Ēdienkarte

09-nov.-26

"IN gastro" SIA
PII Komplekss (3.-6. g.v.)

Mainoties pasūtījumam Iespējamas izmaiņas

Brokastis 12		Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Siera karstmaize	*A01,A03,A07,A10	100 gr. (+/- 10%)	7,5	15,0	32,6	**296**
Svaiga gurķa šķēlītes		50 gr. (+/- 10%)	0,5	0,1	0,9	**6**
Ābols		100 gr. (+/- 10%)	0,4	0,0	11,3	**51**
Piparmētru tēja		150 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	2,6	**10**
		Kopā :	8,4	15,1	47,4	**363**

Pusdienas 14		Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Pupiņu zupa	*A01	130 gr. (+/- 10%)	3,0	1,0	9,6	**61**
Maltās gaļas un dārzeņu sautējums		180 gr. (+/- 10%)	8,7	15,3	14,0	**246**
Skābais krējums	*A07	20 gr. (+/- 10%)	0,5	6,0	0,5	**60**
Svaigu/marinētu gurķu salāti ar eļļu		70 gr. (+/- 10%)	0,7	4,3	1,8	**51**
Ogu kompots		150 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	8,6	**27**
Rudzu maize	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	**52**
		Kopā :	14,4	26,9	42,8	**496**

Launags 16		Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Augļu asorti	*A12	170 gr. (+/- 10%)	1,2	0,3	19,6	**86**
Baltmaize ar ievārījumu	*A01,A07,A11	40 gr. (+/- 10%)	1,6	0,5	22,4	**103**
		Kopā :	2,9	0,9	41,9	**189**

*iespējams ēdiens satur norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	25,6	42,9	132,2	**1048**

*Sastādīja*_____ *Apstiprinu*_____