Ēdienkarte

11-nov.-26

"IN gastro" SIA

PII Komplekss (3.-6. g.v.)

Mainoties pasūtījumam Iespējamas izmaiņas

Brokastis 12		Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Biezpiens ar krējumu	*A07	90 gr. (+/- 10%)	12,6	11,0	2,5	**170**
Baltmaize ar krēmsieru	*A01,A07,A11	35 gr. (+/- 10%)	2,7	3,1	10,8	**84**
Melnā tēja ar citronu	*A12	150 gr. (+/- 10%)	0,4	0,1	2,5	**12**
		Kopā :	15,6	14,2	15,8	**266**

Pusdienas 13		Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Siera sakņu zupa	*A07	130 gr. (+/- 10%)	2,1	3,4	7,5	**87**
Makaroni ar malto gaļu	*A01	180 gr. (+/- 10%)	10,3	9,0	39,0	**283**
Kāpostu salāti ar papriku un krējumu	*A07	70 gr. (+/- 10%)	1,3	3,2	3,1	**48**
Jāņogu kompots		150 gr. (+/- 10%)	0,2	0,1	12,4	**26**
Ābols		100 gr. (+/- 10%)	0,4	0,0	11,3	**51**
Rudzu maize	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	**52**
		Kopā :	15,7	15,9	81,7	**546**

Launags 16		Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Svaigi dārzeņi ar krējuma mērci	*A07	170 gr. (+/- 10%)	2,9	9,2	6,4	**125**
Kliju maize ar sviestu un doktordesu	*A01,A03,A07,A09,A10	40 gr. (+/- 10%)	3,4	6,8	10,1	**117**
		Kopā :	6,3	16,0	16,5	**242**

*iespējams ēdiens satur norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	37,5	46,1	114,0	**1054**

*Sastādīja*_____ *Apstiprinu*_____