

8. septembra ēdienkarte

Ēdienu nosaukums	Daudzums g	Cena EUR	Olbaltum vielas	Tauki	Ogļhidrāt i	Enerģētiskā vērtība (ckal)
ZUPAS						
Pupiņu zupa ar krējumu	250/10	0.60	4.9	5.9	11.10	117
OTRIE ĒDIENI						
Cepta zivs fileja	100	1.30	17.08	6.77	12.77	180
Vistas gaļa mērcē	50/100	0.90	17.42	15.01	6.96	233
Vistas fileja iesmiņš	100	1.30	17.08	6.77	12.77	180
Cūkgaļas kotlete	60(1gb.)	0.60	12.66	6.92	3.28	126
Cūkgaļas karbonāde	100	1.30	24.22	18.05	8.8	295
Cepts vistas šķiņķis	100	0.70	18.77	16.15	0.46	222
Kāpostu tīteņi ar malto gaļu	200	1.20	18.2	20.5	1.52	263
Burkānu – zirnīšu piena mērcē	100	0.70	2.49	2.99	9.14	73
Pildītas pankūkas ar maltu gaļu vai biezpienu, krējumu	150/20	0.90	8.63	9.94	49.37	322
PIEDEVAS						
Varīti kartupeļi	150	0.40	3.09	0.15	22.89	105
Varīti griķi	150	0.40	4.8	3.8	46.8	241
Varīti rīsi	150	0.40	3.3	0.2	40.2	178
Tvaicēti dārzeņi	100	0.70	1.81	1.25	6.86	46
MĒRCES						
Baltā krējuma mērce	50	0.15	1.40	2.6	7.6	59
Skābs krējums	20	0.15	0.39	3.75	0.41	37
SALDIE ĒDIENI						
Mannā biezputra ar ogu ķīseli	100/100	0.60	4.36	4.47	30.12	178
SALĀTI						
Svaigu kāpostu salāti ar eļļu	50	0.20	0.84	2.55	2.74	37
Biešu salāti ar eļļu	100	0.40	1.57	8.56	7.85	115
Burkānu salāti ar eļļu	100	0.40	0.94	8.19	6.06	102
Ķīnas kāpostu – paprikas salāti ar eļļu	100	0.40	2.6	3.0	2.6	48
Rosols ar desu	150	0.80	4.3	20.1	7.0	225
Dārzeņu krabju salāti	150	0.80	4.7	18.8	22.0	276
Pupiņu – šķiņķu salāti	150	0.80	4.19	16.3	7.79	195
Silķe kažokā	150	1.10	5.2	17.8	6.8	208

Ēdn.vad. _____

ĒDINĀŠANAS UZŅĒMUMAM IR TIESĪBAS PRODUKTU NEPIEGĀDĀŠANAS GADĪJUMĀ MAINĪT ĒDIENKARTI

