

15. septembra ēdienkarte

Ēdienu nosaukums	Daudzums g	Cena EUR	Olbaltum vielas	Tauki	Ogļhidrāt i	Enerģētiskā vērtība (ckal)
ZUPAS						
Skābeņu zupa ar olu, krējums	250/15	0.60	4.0	9.9	15.0	168
OTRIE ĒDIENI						
Kupāti	100(1gb.)	0.70	9.73	10.00	10.59	171
Cūkgaļas gulašs	50/150	1.20	18.2	20.5	1.52	263
Cepti vistu šķiņķi	100	0.70	18.77	16.15	0.46	222
Cūkgaļas kotlete	60(1gb.)	0.60	12.66	6.92	3.28	126
Cepta zivs fileja	100	1.30	17.08	6.77	12.77	180
Cūkgaļas karbonāde	100	1.30	24.22	18.05	8.8	295
Maltās gaļas mērce	50/100	0.90	17.42	15.01	6.96	233
Rauga pankūkas ar ievārījumu	150/20 (3gb.)	0.70	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
Cepti puķkāposti	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						
Vaniļas krems ar jāņogu ķīseli	60/100	0.60	1.67	2.08	16.44	91
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

