

			Maņoties	pasūtījumam	iespējamās	izmaiņas
Pirmdiena		40	Svars		Uzturvērtības porcijā	
					Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.	
Frikadeļu zupa ar krējumu un zaļumiem	*A03,A07	210 gr. (+/- 10%)	7.6	11.7	9.2	175
Makaroni ar sieru	*A01,A07	150 gr. (+/- 10%)	10.3	8.4	36.4	268
Svaigu gurķu- tomātu salāti ar eļļu		60 gr. (+/- 10%)	0.4	2.1	1.2	26
Saldskābā maize		30 gr. (+/- 10%)	1.8	0.1	18.6	74
Cidoniju dzēriens		150 gr. (+/- 10%)	0.0	0.0	13.0	53
Kopā :			20.2	22.3	78.4	596
Otrdiena		17	Svars		Uzturvērtības porcijā	
					Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.	
Cūkgaļas un dārzeņu sautējums ar krējumu	*A07	220 gr. (+/- 10%)	10.6	16.5	19.4	273
Marinēts kabacis		50 gr. (+/- 10%)	0.3	0.2	2.5	12
Saldskābā maize		30 gr. (+/- 10%)	1.8	0.1	18.6	74
Dzēriens dzērveņu		150 gr. (+/- 10%)	0.0	0.0	20.8	83
Svaigu augļu deserts ar jogurta mērci	*A07	200 gr. (+/- 10%)	4.3	3.2	24.7	148
Kopā :			17.0	20.0	85.9	590
Trešdiena		18	Svars		Uzturvērtības porcijā	
					Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.	
Biešu zupa ar krējumu	*A07	210 gr. (+/- 10%)	2.4	5.2	13.3	111
Vārīti griķi		100 gr. (+/- 10%)	3.6	0.8	34.5	159
Cūkgaļas kotlete	*A01,A03,A07,A11	60 gr. (+/- 10%)	9.6	12.4	7.0	181
Piena mērce	*A01,A07	40 gr. (+/- 10%)	1.2	1.9	3.3	35
Seleriju, ābolu, burkānu salāti ar krējumu	*A07,A09	60 gr. (+/- 10%)	0.7	2.0	3.2	34
Rudzu rupjmaize	*A01	30 gr. (+/- 10%)	1.9	0.3	13.2	63
Kefīrs 2%	*A07	170 gr. (+/- 10%)	5.8	3.4	6.5	80
Kopā :			25.2	25.9	81.0	664
Ceturtdiena		17	Svars		Uzturvērtības porcijā	
					Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.	
Kartupeļi ar malto gaļu		200 gr. (+/- 10%)	10.1	10.3	26.0	243
Biezpiens ar krējumu	*A07	30 gr. (+/- 10%)	4.3	3.3	0.7	50
Rudzu rupjmaize	*A01	30 gr. (+/- 10%)	1.9	0.3	13.2	63
Upēnu morss		150 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	19.0	81
Auzu pārslas ar saldo krējumu un ķiseļi	*A01,A07	180 gr. (+/- 10%)	3.0	9.5	32.9	225
Kopā :			19.5	23.4	91.7	662
Piektdiena		18	Svars		Uzturvērtības porcijā	
					Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.	
Skābeņu zupa ar olu un krējumu	*A01,A03,A07	200 gr. (+/- 10%)	2.5	6.5	10.3	110
Vārīti rīsi		100 gr. (+/- 10%)	2.2	0.2	25.6	113
Vistas fileja dārzeņu mērcē	*A01,A07	100 gr. (+/- 10%)	10.3	13.0	5.1	179
Burkānu salāti ar saulespuķu sēkliņām un eļļu		50 gr. (+/- 10%)	1.1	3.7	2.8	49
Rudzu rupjmaize	*A01	30 gr. (+/- 10%)	1.9	0.3	13.2	63
Rabarberu dzēriens		150 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	7.5	31
Auglis (ābols)		100 gr. (+/- 10%)	0.3	0.6	11.3	54
Kopā :			18.5	24.3	75.8	599

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	0 - 0	0 - 0	0 - 0	0 - 0
Kartē	100.3	115.9	412.8	3110

Sastādīja

/ Inese Hohfelde SIA "IRG" tehnoloģis /

Apstiprinu