

		Maiņoties	pasūtījumam	iespejamās	izmaiņas		
Pirmdiena		11	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Siera- dārzeņu zupa	*A07	150 gr. (+/- 10%)	3.5	8.0	8.2	123	
Vistas gaļas plov		200 gr. (+/- 10%)	13.5	12.0	39.2	320	
Ķīnas kāpostu-tomātu salāti ar eļļu		50 gr. (+/- 10%)	0.9	2.1	1.9	33	
Rudzu rupjmaize	*A01	30 gr. (+/- 10%)	1.9	0.3	13.2	63	
Kefīrs 2%	*A07	160 gr. (+/- 10%)	5.4	3.2	6.1	75	
Kopā :			25.3	25.7	68.6	614	
Otrdiena		11	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Dārzeņu zupa ar puķkāpostiem	*A07	160 gr. (+/- 10%)	2.2	7.4	7.0	104	
Kartupeļu biezenis	*A07	160 gr. (+/- 10%)	4.3	6.1	23.0	168	
Cepti cīsiņi Bērniem		60 gr. (+/- 10%)	8.5	7.0	1.0	101	
Svaigu gurķu salāti ar krējumu	*A07	60 gr. (+/- 10%)	0.6	2.1	1.2	27	
Rudzu rupjmaize	*A01	30 gr. (+/- 10%)	1.9	0.3	13.2	63	
Ābolu sulas dzēriens		150 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	15.1	63	
Auglis (banāns)		100 gr. (+/- 10%)	1.2	0.2	20.0	88	
Kopā :			18.9	23.1	80.6	614	
Trešdiena		10	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Škelto zirņu zupa ar zaļumiem		150 gr. (+/- 10%)	2.5	2.2	9.6	68	
Makaroni ar gaļu un dārzeņiem	*A01	200 gr. (+/- 10%)	14.0	15.9	34.2	343	
Burkānu salāti ar zaļumiem un eļļu		50 gr. (+/- 10%)	0.5	2.1	2.3	30	
Rudzu rupjmaize	*A01	30 gr. (+/- 10%)	1.9	0.3	13.2	63	
Apelsīnu dzēriens		150 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	15.7	63	
Kopā :			19.0	20.5	75.0	567	
Ceturtdiena		12	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Vistas gaļas zupa ar krējumu	*A07	150 gr. (+/- 10%)	4.4	2.5	9.3	79	
Vārīti rīsi		100 gr. (+/- 10%)	2.2	0.2	25.6	114	
Cūkgaļas šnicele	*A01,A03	60 gr. (+/- 10%)	9.0	13.2	8.1	189	
Biešu, zirnīšu salāti ar krējumu	*A07	60 gr. (+/- 10%)	1.1	4.4	4.5	63	
Saldskābā maize		30 gr. (+/- 10%)	1.8	0.3	16.0	74	
Ķiršu kompots		150 gr. (+/- 10%)	0.2	0.1	7.0	31	
Kopā :			18.8	20.7	70.6	549	
Piektdiena		11	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Vārīti griķi		100 gr. (+/- 10%)	3.6	0.8	34.5	159	
Cūkgaļa ar dārzeņiem mērcē	*A01,A07	100 gr. (+/- 10%)	11.0	13.4	7.3	197	
Vitamīnu salāti ar eļļu		60 gr. (+/- 10%)	0.9	2.1	1.7	32	
Saldskābā maize		15 gr. (+/- 10%)	0.9	0.2	8.0	37	
Ogu uzpūtenis ar pienu	*A01,A07	300 gr. (+/- 10%)	7.5	4.2	26.0	174	
Kopā :			23.8	20.6	77.6	599	

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	0 - 0	0 - 0	0 - 0	0 - 0
Kartē	105.7	110.7	372.3	2944

Sastādīja

/ Inese Hoffelde SLA "IRG" tehnoloģis /

Apstiprinu

		Mainoties	pasūtījumam	Iespējamās	izmaiņas	
Pirmdiena		18	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Siera- dārzeņu zupa	*A07	200 gr. (+/- 10%)	4.7	10.7	10.9	164
Vistas gaļas plov		250 gr. (+/- 10%)	14.6	13.9	51.4	390
Ķīnas kāpostu-tomātu salāti ar eļļu		50 gr. (+/- 10%)	0.9	2.1	1.9	33
Rudzu rupjmaize	*A01	30 gr. (+/- 10%)	1.9	0.3	13.2	63
Kefīrs 2%	*A07	160 gr. (+/- 10%)	5.4	3.2	6.1	75
Kopā :			27.6	30.2	83.5	726
Otrdiena		18	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Dārzeņu zupa ar puķkāpostiem	*A07	200 gr. (+/- 10%)	2.5	9.5	9.2	133
Kartupeļu biezenis	*A07	200 gr. (+/- 10%)	7.0	6.3	31.1	214
Cepti cīsiņi Bērniem		60 gr. (+/- 10%)	8.5	7.0	1.0	101
Svaigu gurķu salāti ar krējumu	*A07	60 gr. (+/- 10%)	0.6	2.1	1.2	27
Rudzu rupjmaize	*A01	30 gr. (+/- 10%)	1.9	0.3	13.2	63
Ābolu sulas dzēriens		200 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	20.8	87
Auglis (banāns)		100 gr. (+/- 10%)	1.2	0.2	20.0	88
Kopā :			21.8	25.4	96.5	713
Trešdiena		17	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Škelto zirņu zupa ar zaļumiem		200 gr. (+/- 10%)	3.4	2.9	12.8	90
Makaroni ar gaļu un dārzeņiem	*A01	250 gr. (+/- 10%)	15.6	18.1	44.2	410
Burkānu salāti ar zaļumiem un eļļu		70 gr. (+/- 10%)	0.7	3.1	3.2	44
Rudzu rupjmaize	*A01	45 gr. (+/- 10%)	2.9	0.4	19.8	95
Apelsīnu dzēriens		200 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	21.0	84
Kopā :			22.7	24.6	101.0	723
Ceturtdiena		19	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Vistas gaļas zupa ar krējumu	*A07	210 gr. (+/- 10%)	6.1	4.1	13.0	115
Vārīti rīsi		130 gr. (+/- 10%)	2.9	0.3	33.3	148
Cūkgaļas šnicele	*A01,A03	60 gr. (+/- 10%)	9.0	13.2	8.1	189
Biešu, zirnīšu salāti ar krējumu	*A07	70 gr. (+/- 10%)	1.4	8.8	4.8	104
Saldskābā maize		45 gr. (+/- 10%)	2.7	0.2	27.9	110
Ķiršu kompots		200 gr. (+/- 10%)	0.3	0.1	9.3	41
Kopā :			22.5	26.6	96.4	707
Piektdiena		18	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.		
Vārīti griķi		120 gr. (+/- 10%)	4.3	0.9	41.4	191
Cūkgaļa ar dārzeņiem mērcē	*A01,A07	120 gr. (+/- 10%)	9.9	15.9	11.0	230
Vitamīnu salāti ar eļļu		70 gr. (+/- 10%)	1.0	3.2	2.0	43
Saldskābā maize		30 gr. (+/- 10%)	1.8	0.1	18.6	74
Ogu uzpūtenis ar pienu	*A01,A07	300 gr. (+/- 10%)	7.5	4.2	26.0	174
Kopā :			24.5	24.3	99.0	711

*iespejams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	0 - 0	0 - 0	0 - 0	0 - 0
Kartē	119.0	131.2	476.5	3581

Sastādīja

/ Inese Hohfelde SIA "IRG" tehnologs /

Apstiprinu