

|                                               |          | Mainoties         | pasūtījumam                                                 | Iespējamās | izmaiņas |     |
|-----------------------------------------------|----------|-------------------|-------------------------------------------------------------|------------|----------|-----|
| Otrdiena                                      | 29       | Svars             | Uzturvērtības porcijā<br>Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal. |            |          |     |
| Biešu, svaigu kāpostu zupa ar gaļu            |          | 250 gr. (+/- 10%) | 7.0                                                         | 8.2        | 12.6     | 155 |
| Vārīti kartupeli                              |          | 180 gr. (+/- 10%) | 3.7                                                         | 0.2        | 27.2     | 129 |
| Maltās gaļas mērce (pārt. alerģ.)             | *A01     | 120 gr. (+/- 10%) | 10.3                                                        | 17.4       | 12.5     | 250 |
| Raibie kāpostu salāti ar eļļu                 |          | 80 gr. (+/- 10%)  | 1.0                                                         | 3.2        | 5.0      | 53  |
| Saldskābā maize                               |          | 45 gr. (+/- 10%)  | 2.7                                                         | 0.2        | 27.9     | 110 |
| Jānogu dzēriens                               |          | 200 gr. (+/- 10%) | 0.6                                                         | 0.1        | 9.8      | 39  |
| Kopā :                                        |          |                   | 25.2                                                        | 29.3       | 95.1     | 737 |
| Trešdiena                                     | 27       | Svars             | Uzturvērtības porcijā<br>Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal. |            |          |     |
| Vistas gaļas plov                             |          | 250 gr. (+/- 10%) | 17.0                                                        | 15.4       | 53.9     | 421 |
| Jauktu dārzeņu salāti ar eļļu                 | *A09     | 80 gr. (+/- 10%)  | 0.8                                                         | 6.2        | 3.9      | 75  |
| Rudzu maize, pilngraudu                       | *A01     | 30 gr. (+/- 10%)  | 1.9                                                         | 0.3        | 13.2     | 63  |
| Biezais augļu ķīselis ar augu izcelsmes pienu | *A12     | 200 gr. (+/- 10%) | 1.1                                                         | 1.6        | 46.0     | 206 |
| Kopā :                                        |          |                   | 20.9                                                        | 23.5       | 117.1    | 766 |
| Ceturtdiena                                   | 31       | Svars             | Uzturvērtības porcijā<br>Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal. |            |          |     |
| Pupu zupa bez krējuma(pārt. alerģ.)           |          | 200 gr. (+/- 10%) | 4.1                                                         | 8.3        | 12.5     | 141 |
| Vārīti makaroni                               | *A01     | 120 gr. (+/- 10%) | 5.4                                                         | 2.8        | 34.6     | 190 |
| Cūkgaļas kotlete                              | *A01,A03 | 60 gr. (+/- 10%)  | 9.0                                                         | 10.4       | 5.1      | 153 |
| Piena mērce (pārt. alerģ.)                    |          | 60 gr. (+/- 10%)  | 0.1                                                         | 3.7        | 9.7      | 72  |
| Veselības salāti ar eļļu                      |          | 80 gr. (+/- 10%)  | 0.9                                                         | 2.2        | 6.6      | 48  |
| Rudzu maize, pilngraudu                       | *A01     | 45 gr. (+/- 10%)  | 2.9                                                         | 0.4        | 19.8     | 95  |
| Cidoniju sulas dzēriens                       |          | 200 gr. (+/- 10%) | 0.2                                                         | 0.0        | 9.0      | 37  |
| Auglis (plūmes)                               |          | 100 gr. (+/- 10%) | 0.6                                                         | 0.2        | 10.2     | 48  |
| Kopā :                                        |          |                   | 23.1                                                        | 28.0       | 107.6    | 784 |
| Piektdiena                                    | 27       | Svars             | Uzturvērtības porcijā<br>Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal. |            |          |     |
| Vistas - nūdeļu zupa ar dārzeņiem             | *A01,A03 | 200 gr. (+/- 10%) | 9.9                                                         | 6.6        | 17.1     | 170 |
| Vārīti griķi                                  |          | 120 gr. (+/- 10%) | 5.2                                                         | 1.0        | 40.6     | 192 |
| Cūkgaļas cīsinī                               |          | 100 gr. (+/- 10%) | 12.0                                                        | 13.0       | 2.0      | 182 |
| Piena mērce ar dārzeņiem (pārt. alerģ.)       |          | 60 gr. (+/- 10%)  | 0.2                                                         | 5.2        | 10.0     | 87  |
| Biešu salāti ar eļļu                          |          | 80 gr. (+/- 10%)  | 1.2                                                         | 3.1        | 6.5      | 59  |
| Saldskābā maize                               |          | 30 gr. (+/- 10%)  | 1.8                                                         | 0.1        | 18.6     | 74  |
| Upēņu dzēriens                                |          | 200 gr. (+/- 10%) | 0.6                                                         | 0.1        | 7.0      | 35  |
| Kopā :                                        |          |                   | 30.9                                                        | 29.1       | 101.8    | 798 |

\*iespējams ēdiens satur  
norādītās grupas alergēnus

Kartē : Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.  
100.2 109.9 421.5 3086

Sastādīja

Apstiprinu