

IRG Launaga ēdienkarte

Mainoties
pasūtījumam
iespējamas
izmaiņas

Pirmdienā		41	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Kliju maize ar sieru un sviestu	*A01,A07		43 gr. (+/- 10%)	6.4	9.0	8.4	146
Melnā tēja ar cukuru			200 gr. (+/- 10%)	0.5	0.1	2.0	11
Auglis (bumbieris)			100 gr. (+/- 10%)	0.5	0.3	12.4	55
Kopā :				7.5	9.4	22.8	212
Otrdienā		22	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Kukurūzas pārsļas ar pienu	*A07		200 gr. (+/- 10%)	7.3	3.6	31.6	189
Kliju maize ar sviestu un gurķi	*A01,A07		43 gr. (+/- 10%)	2.0	3.2	8.8	76
Kopā :				9.2	6.8	40.4	265
Trešdienā		41	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Kartupeļu pankūkas	*A01,A03		120 gr. (+/- 10%)	5.2	4.6	22.1	154
Skābs krējums 20%	*A07		20 gr. (+/- 10%)	0.6	4.0	0.6	41
Tēja ar cukuru			200 gr. (+/- 10%)	0.5	0.1	2.0	11
Auglis (ābols)			100 gr. (+/- 10%)	0.3	0.6	11.3	54
Kopā :				6.6	9.3	36.1	259
Ceturtdienā		39	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Biezpiens ar krējumu	*A07		100 gr. (+/- 10%)	13.4	6.4	2.2	123
Rudzu rupjmaize ar zaļumu sviestu	*A01,A07		35 gr. (+/- 10%)	2.0	3.6	13.3	94
Kumelīšu tēja ar cukuru			200 gr. (+/- 10%)	0.0	0.0	1.0	4
Auglis (banāns)			100 gr. (+/- 10%)	1.2	0.2	20.0	88
Kopā :				16.7	10.2	36.6	309
Piektdienā		38	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Smalkmaizīte	*A01		80 gr. (+/- 10%)	4.6	9.0	16.0	164
Kakao dzēriens	*A07		200 gr. (+/- 10%)	2.9	1.7	7.9	60
Auglis (bumbieris)			100 gr. (+/- 10%)	0.5	0.3	12.4	55
Kopā :				8.0	11.1	36.3	278

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	0 - 0	0 - 0	0 - 0	0 - 0
Kartē	48.0	46.8	172.2	1323

Sastādīja

Apstiprinu