

		Mainoties	pasūtījumam	Iespējamās	izmaiņas
Otrdiena		51	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.	
Šampinjonu - dārzeņu zupa	*A07	200 gr. (+/- 10%)	2.1	5.3	5.8 81
Grūbas ar dārzeņiem	*A01	250 gr. (+/- 10%)	8.0	8.7	53.1 320
Biešu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.2	3.1	6.5 59
Rudzu maize, pilngraudu	*A01	30 gr. (+/- 10%)	1.9	0.3	13.2 63
Ābolu sulas dzēriens		150 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	10.8 46
Kopā :			13.4	17.4	89.4 568
Trešdien		27	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.	
Rosolņiks ar krējumu	*A07	160 gr. (+/- 10%)	1.4	7.8	6.9 104
Vāriņi makaroni	*A01	120 gr. (+/- 10%)	5.4	2.8	34.6 190
Dārzeņu lečo		100 gr. (+/- 10%)	1.2	8.1	6.7 104
Svaigu kāpostu- zaļumu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.1	1.8	3.8 36
Rudzu maize, pilngraudu	*A01	30 gr. (+/- 10%)	1.9	0.3	13.2 63
Upēņu dzēriens		150 gr. (+/- 10%)	0.5	0.1	5.3 27
Kopā :			11.5	20.9	70.5 524
Ceturtdiena		29	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.	
Siera- dārzeņu zupa	*A07	200 gr. (+/- 10%)	4.7	10.8	11.7 167
Dārzeņu risoto		200 gr. (+/- 10%)	5.6	5.4	55.3 293
Sarkano redīsu salāti ar zaļumiem un krējumu	*A07	80 gr. (+/- 10%)	1.2	4.1	1.9 49
Rudzu maize, pilngraudu	*A01	30 gr. (+/- 10%)	1.9	0.3	13.2 63
Ogu dzēriens		150 gr. (+/- 10%)	0.4	0.3	3.6 18
Kopā :			13.8	20.9	85.7 591
Piektdiena		41	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.	
Biešu, svaigu kāpostu zupa ar krējumu	*A07	210 gr. (+/- 10%)	2.1	4.0	13.4 99
Kartupeļu kroketes ar sieru	*A01,A03,A07	160 gr. (+/- 10%)	13.5	20.0	31.6 366
Skābs krējums 20%	*A07	20 gr. (+/- 10%)	0.6	4.0	0.6 41
Rīvīti burkāni		80 gr. (+/- 10%)	0.7	0.2	8.0 33
Rudzu maize, pilngraudu	*A01	30 gr. (+/- 10%)	1.9	0.3	13.2 63
Ūdens ar citronu		150 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	0.2 3
Kopā :			18.9	28.6	67.2 604

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	12 - 28	16 - 29	55 - 113	490 - 750
Kartē	57.6	87.7	312.8	2287

Sastādīja _____

Apstiprinu _____