

Mainoties pasūtījumam iespējamas izmaiņas

TK Nr.	Otrdiena	57	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
2397	Vistas - rīsu zupa ar dārzeņiem		200 gr. (+/- 10%)	9.2	6.4	17.9	168
1954	Vārīti griķi		120 gr. (+/- 10%)	4.4	0.8	34.1	161
2024	Malta cūkgaļa mērcē (pārt. alerg.)		120 gr. (+/- 10%)	9.3	15.5	10.1	219
1465	Biešu salāti ar ellu		80 gr. (+/- 10%)	1.2	2.1	6.6	50
1777	Rīsu galete		20 gr. (+/- 10%)	1.8	0.4	16.1	148
1455	Ābolu sulas dzēriens		200 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	14.4	61
Kopā :				25.9	25.2	99.2	807

TK Nr.	Trešdiena	6	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
2517	Rosolņiks ar gaļu		200 gr. (+/- 10%)	3.5	5.5	16.4	131
1627	Vārīti bezglutēna makaroni		130 gr. (+/- 10%)	3.3	2.2	39.7	193
2524	Cūkgaļas gulašs ar dārzeņiem (p+m)		120 gr. (+/- 10%)	8.8	14.5	7.9	201
1256	Svaigu kāpostu- zaļumu salāti ar ellu		80 gr. (+/- 10%)	1.1	1.8	3.8	36
1777	Rīsu galete		20 gr. (+/- 10%)	1.8	0.4	16.1	148
1584	Upēņu dzēriens		200 gr. (+/- 10%)	0.6	0.1	7.0	35
Kopā :				19.1	24.5	90.9	745

TK Nr.	Ceturtdiena	4	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
1973	Zivju zupa ar dārzeņiem	*A04	200 gr. (+/- 10%)	4.7	9.4	12.9	157
1986	Cūkgaļas plovš		250 gr. (+/- 10%)	13.6	15.1	53.8	409
2590	Sarkano redīsu salāti ar zaļumiem un ellu		80 gr. (+/- 10%)	0.9	2.1	1.6	29
1777	Rīsu galete		20 gr. (+/- 10%)	1.8	0.4	16.1	148
679	Ogu dzēriens		200 gr. (+/- 10%)	0.5	0.4	4.8	24
Kopā :				21.5	27.3	89.1	767

TK Nr.	Piektdiena	44	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
2132	Biešu, svaigu kāpostu zupa ar gaļu		220 gr. (+/- 10%)	6.7	7.8	11.0	144
33	Vārīti kartupeli		200 gr. (+/- 10%)	4.1	0.2	30.6	145
1471	Cūkgaļas veltnītis (celiakija)	*A03	80 gr. (+/- 10%)	11.0	16.7	0.6	200
2525	Mērce ar sīpoliem (p+m)		100 gr. (+/- 10%)	0.4	5.2	19.2	125
1874	Rīvīti burkāni		80 gr. (+/- 10%)	0.7	0.2	8.0	33
1777	Rīsu galete		20 gr. (+/- 10%)	1.8	0.4	16.1	148
2120	Ūdens ar citronu		200 gr. (+/- 10%)	0.1	0.1	0.3	4
Kopā :				24.8	30.5	85.7	798

*iespējams ēdiens satur norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	18 - 36	23 - 37	79 - 144	79 - 144
Kartē	91.3	107.5	365.0	3117

Sastādīja

Apstiprinu