

IRG  
Launaga ēdienkarte

Mainoties  
pasūtījumam  
Iespējamās  
izmaiņas

Otrdiena	46	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
<u>Kliju maize ar sieru un sviestu</u>	*A01,A07	43 gr. (+/- 10%)	6.4	9.0	8.4	146
<u>Melnā tēja ar cukuru</u>		200 gr. (+/- 10%)	0.5	0.1	2.0	11
<u>Auglis ( bumbieris )</u>		100 gr. (+/- 10%)	0.5	0.3	12.4	55
<b>Kopā :</b>			<b>7.5</b>	<b>9.4</b>	<b>22.8</b>	<b>212</b>
Trešdiena	51	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
<u>Kukurūzas pārslas ar pienu</u>	*A07	200 gr. (+/- 10%)	7.3	3.6	31.6	189
<u>Kliju maize ar sviestu un gurķi</u>	*A01,A07	43 gr. (+/- 10%)	2.0	3.2	8.8	76
<b>Kopā :</b>			<b>9.2</b>	<b>6.8</b>	<b>40.4</b>	<b>265</b>
Ceturtdiena	44	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
<u>Smalkmaizīte</u>	*A01	80 gr. (+/- 10%)	4.6	9.0	16.0	164
<u>Kakao dzēriens</u>	*A07	200 gr. (+/- 10%)	2.9	1.7	7.9	60
<u>Auglis ( bumbieris )</u>		100 gr. (+/- 10%)	0.5	0.3	12.4	55
<b>Kopā :</b>			<b>8.0</b>	<b>11.1</b>	<b>36.3</b>	<b>278</b>
Piektdiena	43	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
<u>Biezpiens ar krējumu</u>	*A07	100 gr. (+/- 10%)	13.4	6.4	2.2	123
<u>Rudzu rupjmaize ar zaļumu sviestu</u>	*A01,A07	35 gr. (+/- 10%)	2.0	3.6	13.3	94
<u>Kumelīšu tēja ar cukuru</u>		200 gr. (+/- 10%)	0.0	0.0	1.0	4
<u>Auglis ( banāns )</u>		100 gr. (+/- 10%)	1.2	0.2	20.0	88
<b>Kopā :</b>			<b>16.7</b>	<b>10.2</b>	<b>36.6</b>	<b>309</b>

\*iespējams ēdiens satur  
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	0 - 0	0 - 0	0 - 0	0 - 0
Kartē	41.4	37.5	136.1	1064

Sastādīja \_\_\_\_\_

Apstiprinu \_\_\_\_\_