

		Mainoties	pasūtījumam	Iespējamās	izmaiņas
Pirmdiena		30	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.	
Vistas buljons ar nūdelēm un zaļumiem	*A01	150 gr. (+/- 10%)	4.1	5.0	8.9 97
Vārīti griķi		100 gr. (+/- 10%)	3.6	0.7	28.4 134
Malta cūkgaļa mērcē (pārt. alerg.)		100 gr. (+/- 10%)	7.7	12.9	8.5 182
Biešu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.2	2.1	6.6 50
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 :			18.7	20.9	76.3 574
Otrdiena		22	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.	
Biešu zupa ar gaļu (pārt. alerg.)		250 gr. (+/- 10%)	4.4	11.2	14.9 180
Kartupeļi ar malto gaļu		200 gr. (+/- 10%)	11.6	12.6	24.5 263
Svaigu gurķu, redīsu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	0.6	2.1	1.5 28
Rudzu maize, pilngraudu	*A01	30 gr. (+/- 10%)	1.9	0.3	13.2 63
Rabarberu dzēriens		150 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	3.2 14
Auglis (bumbieris)		100 gr. (+/- 10%)	0.5	0.3	12.4 55
Kopā :			19.1	26.6	69.6 604
Trešdiena		30	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.	
Rosolņiks ar gaļu	*A01	150 gr. (+/- 10%)	3.9	5.0	10.6 105
Vārīti makaroni	*A01	120 gr. (+/- 10%)	5.4	2.8	34.6 190
Cūkgaļas gulašs ar dārzeņiem (pārtikas alerg.)	*A01	100 gr. (+/- 10%)	7.6	12.1	6.2 167
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
Upenu dzēriens		150 gr. (+/- 10%)	0.5	0.1	5.3 27
Kopā :			20.4	22.2	73.7 588
Ceturtdiena		30	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.	
Zivju zupa ar dārzeņiem	*A04	160 gr. (+/- 10%)	3.8	7.5	10.3 126
Cūkgaļas plovš		200 gr. (+/- 10%)	12.5	13.5	41.0 339
Sarkano redīsu salāti ar zaļumiem un eļļu		80 gr. (+/- 10%)	0.9	2.1	1.6 29
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 :			19.4	23.7	69.8 575

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

Kartē	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
	77.5	93.4	289.4	2340

Sastādīja

Apstiprinu