

IRG Launaga ēdienkarte

Mainoties
pasūtījumam
iespējamas
izmaiņas

Trešdiena 14		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
Ceturtdiena 14		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
Kumelišu 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
Piektdiena 14		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 (melone)		100 gr. (+/- 10%)	0.8	0.1	12.3	54
Kopā :			8.3	10.9	36.2	278

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	0 - 0	0 - 0	0 - 0	0 - 0
Kartē	32.5	30.5	95.6	798

Sastādīja

Apstiprinu