

Mainoties pasūtījumam iespējamas izmaiņas

TK Nr.	Pirmdiena	15	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Ol.balt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
15	Škelto zirņu zupa ar zaļumiem		200 gr. (+/- 10%)	5.7	8.4	19.5	174
35	Vārīti griķi		120 gr. (+/- 10%)	5.2	1.0	40.6	192
2181	Kurzemes strogonovs (pārt. alerģ.)		100 gr. (+/- 10%)	8.4	16.3	6.6	211
1145	Biešu salāti ar ķiploku un eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.2	1.7	6.6	48
1777	Rīsu galete		20 gr. (+/- 10%)	1.8	0.4	16.1	148
2645	Sausseržu dzēriens		200 gr. (+/- 10%)	0.0	0.0	8.0	35
	Kopā :			22.3	27.9	97.4	807
TK Nr.	Otrdiena	13	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Ol.balt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
2146	Gulaša zupa (pārt. alerģ.)		200 gr. (+/- 10%)	7.5	9.3	15.4	178
2577	Cūkgaļas un dārzeņu sautējums		250 gr. (+/- 10%)	13.4	16.6	23.0	300
926	Balto redīsu- burkānu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	0.7	2.1	6.1	45
1777	Rīsu galete		30 gr. (+/- 10%)	2.6	0.6	24.1	222
2125	Rāmkalnu dzēriens		200 gr. (+/- 10%)	0.0	0.2	19.1	81
	Kopā :			24.3	28.8	87.7	826
TK Nr.	Trešdiena	11	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Ol.balt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
2642	Skābeņu zupa ar olu (pārt. alerģ.)	*A03	210 gr. (+/- 10%)	3.1	7.9	12.7	135
1592	Makaroni ar malto gaļu un dārzeņiem (celiakija)		250 gr. (+/- 10%)	12.5	14.8	44.6	365
1807	Burkānu salāti ar zaļumiem un eļļu		80 gr. (+/- 10%)	0.7	2.1	9.5	57
1777	Rīsu galete		20 gr. (+/- 10%)	1.8	0.4	16.1	148
1518	Jāņogu dzēriens		200 gr. (+/- 10%)	0.6	0.1	9.8	39
	Kopā :			18.7	25.4	92.7	744
TK Nr.	Ceturtdiena	11	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Ol.balt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
1593	Biešu zupa (pārt. alerģ.)		200 gr. (+/- 10%)	2.3	7.4	17.6	147
33	Vārīti kartupeļi		200 gr. (+/- 10%)	4.1	0.2	30.6	145
2506	Zivju filejas kotlete. (pārt. alerģ.)	*A03,A04	80 gr. (+/- 10%)	14.7	13.5	0.4	188
1657	Baltā mērce ar dillēm (pārt. alerģ.)		80 gr. (+/- 10%)	0.3	7.1	11.7	111
1789	Ķīnas kāposti ar puraviem, kukurūzu un eļļu		80 gr. (+/- 10%)	2.0	3.3	3.3	56
1777	Rīsu galete		20 gr. (+/- 10%)	1.8	0.4	16.1	148
1875	Karkadē dzēriens		200 gr. (+/- 10%)	0.4	0.0	2.0	10
	Kopā :			25.5	31.9	81.6	806
TK Nr.	Piektdiena	13	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Ol.balt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
1283	Vārīti rīsi		130 gr. (+/- 10%)	2.9	0.3	33.3	148
1815	Vistas gaļas mērce ar burkāniem (pārt. alerģ.)		130 gr. (+/- 10%)	13.2	16.9	9.0	241
1420	Jauktu dārzeņu salāti ar eļļu	*A09	80 gr. (+/- 10%)	0.8	3.2	4.1	48
1777	Rīsu galete		20 gr. (+/- 10%)	1.8	0.4	16.1	148
2147	Ogas žeļejā ar augu izcelsmes pienu		300 gr. (+/- 10%)	2.5	3.1	39.6	196
	Kopā :			21.1	23.8	102.0	780

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Ol.balt.	/	Tauki	/	Ogļhidr.	/	Kcal.
MK172	18 - 36		23 - 37		79 - 144		79 - 144
Kartē	111.9		137.8		461.4		3964

Sastādīja

Apstiprinu