NEVAINOJAMI SABIEDRISKĀS ĒDINĀŠANAS UZŅĒMUMS

Ēdienkarte

No 09-nov.-26
Līdz 13-nov.-26

IRG
Launaga ēdienkarte

Mainoties pasūtījumam Iespējamas izmaiņas

Pirmdiena	45		Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Cūkgaļas cīsiņi		*A07	60 gr. (+/- 10%)	7.2	7.8	1.2	109
Rudens dārzeņu asorti			80 gr. (+/- 10%)	1.0	0.1	3.7	20
Saldskābā maize ar zaļumu sviestu		*A01,A07	45 gr. (+/- 10%)	2.6	4.8	19.9	133
Augļu tēja ar cukuru			150 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	2.0	10
			Kopā :	11.2	12.8	26.9	272

Otrdiena	33		Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Biezpiena saldā masa ar zemeņu mērci		*A07	150 gr. (+/- 10%)	13.3	9.3	14.9	199
Auglis (banāns)			100 gr. (+/- 10%)	1.2	0.2	20.0	88
			Kopā :	14.5	9.5	34.9	287

Trešdiena	32		Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Piena zupa ar auzu pārslām		*A01,A07	200 gr. (+/- 10%)	7.2	4.6	22.7	162
Rīsu sausmaizīte		*A03,A06,A08,A11	7 gr. (+/- 10%)	0.5	0.0	5.8	25
Auglis (bumbieris)			100 gr. (+/- 10%)	0.5	0.3	12.4	55
			Kopā :	8.2	4.9	40.8	243

Ceturtdiena	29		Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Makaroni ar sieru		*A01,A07	180 gr. (+/- 10%)	11.9	9.7	47.1	331
Marinētu gurķu šķēlītes			30 gr. (+/- 10%)	0.3	0.1	1.1	7
Piparmētru tēja ar cukuru			150 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	2.0	10
			Kopā :	12.6	9.8	50.3	349

Piektdiena	29		Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Cepta maize ar rīvētu sieru		*A01,A03,A07	60 gr. (+/- 10%)	9.3	11.3	13.3	195
Tēja ar cukuru			200 gr. (+/- 10%)	0.5	0.1	2.0	11
Auglis (ābols)			100 gr. (+/- 10%)	0.3	0.6	11.3	54
			Kopā :	10.1	12.0	26.6	259

*iespējams ēdiens satur norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	0 - 0	0 - 0	0 - 0	0 - 0
Kartē	56.6	49.1	179.6	**1410**

*Sastādīja*_____ *Apstiprinu*_____