

IRG
Launaga ēdienkarte

Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena		27	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
<u>Cūkgalas cīsiņi</u>	*A07	60 gr. (+/- 10%)	7.2	7.8	1.2	109	
<u>Dārzenu plate</u>		60 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	0.9	6	
<u>Saldskābā maize ar zaļumu sviestu</u>	*A01,A07	25 gr. (+/- 10%)	1.4	2.7	11.1	74	
<u>Augļu tēja ar cukuru</u>		150 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	2.0	10	
Kopā :			9.4	10.6	15.1	199	
Otrdiena		6	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
<u>Piena zupa ar auzu pārslām</u>	*A01,A07	200 gr. (+/- 10%)	7.2	4.6	22.7	162	
<u>Rīsu sausmaizīte</u>	*A03,A06,A08,A11	7 gr. (+/- 10%)	0.5	0.0	5.8	25	
<u>Auglis (bumbieris)</u>		100 gr. (+/- 10%)	0.5	0.3	12.4	55	
Kopā :			8.2	4.9	40.8	243	
Trešdiena		32	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
<u>Biezpiena saldā masa ar zemeņu mērci</u>	*A07	100 gr. (+/- 10%)	10.5	7.4	9.9	149	
<u>Auglis (banāns)</u>		100 gr. (+/- 10%)	1.2	0.2	20.0	88	
Kopā :			11.7	7.6	29.9	237	
Ceturtdiena		32	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
<u>Makaroni ar sieru</u>	*A01,A07	180 gr. (+/- 10%)	11.9	9.7	47.1	331	
<u>Marinētu gurķu šķēlītes</u>		30 gr. (+/- 10%)	0.3	0.1	1.1	7	
<u>Piparmētru tēja ar cukuru</u>		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.
<u>Cepta maize ar rīvētu sieru</u>	*A01,A03,A07	60 gr. (+/- 10%)	9.3	11.3	13.3	195	
<u>Tēja ar cukuru</u>		200 gr. (+/- 10%)	0.5	0.1	2.0	11	
Kopā :			9.8	11.4	15.3	206	

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/	Tauki	/	Ogļhidr.	/	Kcal.
MK172	0 - 0		0 - 0		0 - 0		0 - 0
Kartē	51.7		44.4		151.5		1233

Sastādīja _____

Apstiprinu _____