NEVAINOJAMIE 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*_____