

		Mainoties	pasūtījumam	iespejamās	izmaiņas
Pirmdiena		29	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.	
Frikadeļu zupa ar krējumu un zaļumiem	*A03,A07	210 gr. (+/- 10%)	7.6	11.3	9.8 174
Makaroni ar sieru (celiakija)	*A07	180 gr. (+/- 10%)	8.6	8.5	48.8 310
Burkānu - sēklinu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	2.5	5.0	8.2 85
Rīsu galete		20 gr. (+/- 10%)	1.8	0.4	16.1 148
Cidoniju sulas dzēriens		200 gr. (+/- 10%)	0.2	0.0	9.0 37
Kopā :			20.8	25.3	91.9 753
Otrdiena		30	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.	
Biešu, svaigu kāpostu zupa ar gaļu un krējumu	*A07	210 gr. (+/- 10%)	4.0	12.2	12.8 178
Vārīti kartupeli		180 gr. (+/- 10%)	3.7	0.2	27.5 131
Maltās gaļas mērce (celiakija)	*A07	120 gr. (+/- 10%)	10.4	14.6	6.1 200
Kāpostu, burkānu, zalamu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.0	2.1	7.8 54
Rīsu galete		20 gr. (+/- 10%)	1.8	0.4	16.1 148
Jānoģu dzēriens		200 gr. (+/- 10%)	0.6	0.1	9.8 39
Kopā :			21.4	29.6	80.1 750
Trešdiena		27	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.	
Vistas gaļas plov		250 gr. (+/- 10%)	14.9	14.3	56.6 414
Jauktu dārzeņu salāti ar eļļu	*A09	80 gr. (+/- 10%)	0.8	3.2	4.1 48
Rīsu galete		10 gr. (+/- 10%)	0.9	0.2	8.0 74
Biezpiena saldā masa ar ķīseli	*A07	200 gr. (+/- 10%)	9.6	7.9	31.8 237
Kopā :			26.2	25.6	100.5 773
Ceturtdiena		30	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.	
Pupiņu zupa ar krējumu	*A07	200 gr. (+/- 10%)	4.7	9.1	18.7 177
Vārīti bezglutēna makaroni		120 gr. (+/- 10%)	3.0	2.0	36.6 178
Cūkgāļas kotlete (celiakija)	*A03	70 gr. (+/- 10%)	11.2	14.5	0.7 181
Svaigu gurķu salāti ar krējumu	*A07	80 gr. (+/- 10%)	0.9	4.1	1.7 48
Rīsu galete		10 gr. (+/- 10%)	0.9	0.2	8.0 74
Rāmkalnu dzēriens		200 gr. (+/- 10%)	0.0	0.2	19.1 81
Auglis (ābols)		100 gr. (+/- 10%)	0.3	0.6	11.3 54
Kopā :			21.0	30.8	96.2 793
Piektdiena		32	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.	
Vistas - rīsu zupa ar dārzeņiem		200 gr. (+/- 10%)	9.2	6.4	17.9 168
Vārīti griķi		120 gr. (+/- 10%)	5.2	1.0	40.6 192
Cūkgāļas cīsiņi	*A07	60 gr. (+/- 10%)	7.2	7.8	1.2 109
Piena mērce ar dārzeņiem (pārt. alerg.)		80 gr. (+/- 10%)	0.3	6.9	13.4 116
Biešu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.2	3.1	6.5 59
Bezglutēna maize		15 gr. (+/- 10%)	6.0	0.8	6.0 55
Upēņu dzēriens		200 gr. (+/- 10%)	0.6	0.1	7.0 35
Kopā :			29.7	26.0	92.6 734

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	119.1	137.3	461.3	3803

Sastādīja _____

Apstiprinu _____