

IRG Launaga ēdienkarte

Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena	46	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Piena zupa ar nūdelēm	*A01,A07	200 gr. (+/- 10%)	5.1	4.3	21.1	147
Baltmaize ar olu, siera salātiem	*A01,A03,A07,A11	40 gr. (+/- 10%)	4.0	7.2	10.5	125
Auglis (bumbieris)		100 gr. (+/- 10%)	0.5	0.3	12.4	55
Kopā :			9.6	11.9	44.0	327
Otrdiena	42	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Kartupeļu pankūkas	*A01,A03	100 gr. (+/- 10%)	4.4	3.8	18.4	128
Skābs krējums 20%	*A07	20 gr. (+/- 10%)	0.6	4.0	0.6	41
Augļu tēja ar cukuru		200 gr. (+/- 10%)	0.5	0.1	2.0	11
Kopā :			5.4	7.9	21.1	180
Trešdiena	47	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Makaroni ar sieru	*A01,A07	130 gr. (+/- 10%)	8.5	6.6	32.2	227
Marinētu gurķu šķēlītes		20 gr. (+/- 10%)	0.2	0.0	0.8	5
Karkadē tēja ar cukuru		200 gr. (+/- 10%)	0.4	0.0	3.0	14
Kopā :			9.1	6.7	36.0	246
Ceturtdiena	44	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Mannā biezputra	*A01,A07	200 gr. (+/- 10%)	10.7	10.2	41.6	303
Ābolu - zemeņu mērce		10 gr. (+/- 10%)	0.0	0.0	3.7	15
Piparmētru tēja ar cukuru		200 gr. (+/- 10%)	0.5	0.1	2.0	11
Kopā :			11.2	10.3	47.3	329
Piektdiena	49	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Vārītu dārzeņu salāti ar desu	*A03,A07,A10	120 gr. (+/- 10%)	7.1	8.7	8.4	141
Rudzu rupjmaize ar sviestu	*A01,A07	35 gr. (+/- 10%)	2.0	4.4	13.3	100
Tēja ar cukuru		200 gr. (+/- 10%)	0.5	0.1	2.0	11
Kopā :			9.6	13.2	23.7	252

*Iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	0 - 0	0 - 0	0 - 0	0 - 0
Kartē	44.9	50.1	172.1	1334

Sastādīja _____
/ Inese Hohfeldte SLA "IRG" tehnoloģis /

Apstiprinu _____