

Mainoties pasūtījumam Iespējamās izmaiņas

TK Nr.	Pirmdiena	16	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
4	Frikadeļu zupa ar krējumu un zaļumiem	*A01,A03,A07	210 gr. (+/- 10%)	10.7	12.3	19.6	235
716	Makaroni ar sieru	*A01,A07	200 gr. (+/- 10%)	14.3	12.0	47.6	364
782	Kāpostu, burkānu, zaļumu salāti ar ellu		80 gr. (+/- 10%)	1.0	2.1	7.8	54
1845	Rudzu maize, pilngraudu	*A01	60 gr. (+/- 10%)	3.9	0.6	26.5	127
1609	Ābolu - ķiršu dzēriens		200 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	12.1	49
<b>Kopā :</b>				<b>30.0</b>	<b>27.1</b>	<b>113.5</b>	<b>829</b>

TK Nr.	Otrdiena	15	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
1147	Borščs svaigu kāpostu, ar krējumu	*A07	210 gr. (+/- 10%)	2.3	5.2	14.3	114
1497	Mājas sautējums ar vistas gaļu		300 gr. (+/- 10%)	15.7	16.6	36.1	358
1532	Burkānu salāti ar āboliem un krējumu	*A03,A07,A10	80 gr. (+/- 10%)	0.8	9.7	8.3	122
1845	Rudzu maize, pilngraudu	*A01	60 gr. (+/- 10%)	3.9	0.6	26.5	127
1848	Paniņas	*A07	200 gr. (+/- 10%)	7.0	1.0	8.0	74
1395	Auglis ( bumbieris )		100 gr. (+/- 10%)	0.5	0.3	12.4	55
<b>Kopā :</b>				<b>30.3</b>	<b>33.4</b>	<b>105.5</b>	<b>850</b>

TK Nr.	Trešdiena	15	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
1873	Plovs ar cūkgaļu		300 gr. (+/- 10%)	14.8	23.1	62.2	520
1647	Kīnas kāpostu salāti ar zaļumiem un ellu		70 gr. (+/- 10%)	1.6	1.0	2.6	31
1845	Rudzu maize, pilngraudu	*A01	30 gr. (+/- 10%)	1.9	0.3	13.2	63
240	Biezpiena saldā masa ar ķiseļi	*A07	200 gr. (+/- 10%)	10.6	9.0	27.4	234
<b>Kopā :</b>				<b>29.0</b>	<b>33.4</b>	<b>105.4</b>	<b>848</b>

TK Nr.	Ceturtdiena	15	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
1752	Dārzeņu zupa ar gaļu un krējumu	*A07	210 gr. (+/- 10%)	3.7	6.1	8.9	106
35	Vārīti griķi		150 gr. (+/- 10%)	5.3	1.1	51.8	239
1636	Malta cūkgaļa saldā krējuma mērcē	*A01,A07	120 gr. (+/- 10%)	9.1	27.5	10.7	328
1145	Biešu salāti ar ķiploku un ellu		50 gr. (+/- 10%)	0.7	1.7	4.0	35
57	Rudzu rupjmaize	*A01	45 gr. (+/- 10%)	2.9	0.4	19.8	95
1394	Zemenu kompots		200 gr. (+/- 10%)	0.3	0.1	4.6	22
<b>Kopā :</b>				<b>22.0</b>	<b>37.0</b>	<b>99.8</b>	<b>825</b>

TK Nr.	Piektdiena	16	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
2440	Gurķu zupa ar krējumu		260 gr. (+/- 10%)	2.9	10.6	21.7	195
1978	Kartupeļu biezenis	*A07	250 gr. (+/- 10%)	5.7	5.9	34.3	217
2362	Cūkgaļas kotlete	*A01,A03	70 gr. (+/- 10%)	10.5	11.2	12.1	193
1572	Kāļu salāti ar krējumu	*A07	80 gr. (+/- 10%)	1.3	4.1	5.3	63
800	Graudu maize	*A01	40 gr. (+/- 10%)	0.0	3.3	18.0	116
1330	Ābolu kompots		200 gr. (+/- 10%)	0.2	0.1	19.4	79
<b>Kopā :</b>				<b>20.4</b>	<b>35.1</b>	<b>110.7</b>	<b>863</b>

\*iespējams ēdiens satur  
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	20 - 37	27 - 38	90 - 147	800 - 980
Kartē	131.6	165.9	535.0	4215

Sastādīja

/ Inese Hohfelde SLA "IRG" tehnoloģis /

Apstiprinu