



Ēdienkarte

No 10-febr.-25
Līdz 14-febr.-25

IRG Launaga ēdienkarte

Mainoties
pasūtījumam
iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena		8	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Rīsu biezputra ar cukuru un kanēli	*A07	202 gr. (+/- 10%)	5.9	4.3	36.3	211	
Sviestmaize ar sieru	*A01, A07	48 gr. (+/- 10%)	7.5	10.1	9.9	162	
Auglis(mandarīns)		100 gr. (+/- 10%)	0.6	0.3	10.1	46	
Kopā:			14.0	14.6	56.3	419	
Otrdiena		5	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Kartupelu 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		3	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / 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		3	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Mannā biezputra	*A01, A07	200 gr. (+/- 10%)	10.7	10.2	41.6	303	
Ābolu - zemenu mērce		20 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	7.4	30	
Karstmaize ar sieru un dārzeņiem	*A01, A03, A07	45 gr. (+/- 10%)	4.9	4.2	10.6	101	
Piparmētru tēja ar cukuru		180 gr. (+/- 10%)	0.5	0.1	2.0	11	
Kopā:			16.2	14.6	61.6	445	
Piektdiena		5	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Kefīra pankūkas	*A01, A03, A07	120 gr. (+/- 10%)	9.0	10.2	48.6	327	
Ievārījums		20 gr. (+/- 10%)	0.1	0.1	12.2	50	
Tēja ar cukuru		200 gr. (+/- 10%)	0.5	0.1	2.0	11	
Kopā:			9.6	10.4	62.7	388	

*Iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/Tauki	/Oglhidr.	/Kcal.
MK172	0 - 0	0 - 0	0 - 0	0 - 0
Kartē	54.2	54.2	237.7	1679

Sastādīja _____
/ Inese Hohlfelde SIA IRG tehnoloģis /

Apstiprinu _____