

SIA ROZI
VJCG Raiņa iela 28, 8.-12.klases

Mainoties
pasūtījumam
iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena	3	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Risoto ar vistas gaļu	*A01,A07	300 gr. (+/- 10%)	17.1	16.7	48.3	421
(rīsi, vistas šķiņķi, dārzeņu maisījums, garšvielas, sviests 82%, pētersīļi, sāls, malti melnie pipari, eļļa, ūdens)						
Kīnas kāpostu, tomātu, gurķu salāti	*A12	100 gr. (+/- 10%)	3.4	4.6	3.9	74
(kīnas kāposti, tomāti, svaigi gurķi, cukurs, sāls, citroni, pētersīļi, dillies, eļļa)						
Rudzu klona maize	*A01	40 gr. (+/- 10%)	2.3	0.4	18.0	86
Dzērveņu sīrupa dzēriens		200 gr. (+/- 10%)	0.0	0.0	22.6	90
(dzērveņu sīrups, cukurs, ūdens)						
Biezpiena sacepums	*A01,A03,A07	50 gr. (+/- 10%)	9.0	2.2	8.7	90
(biezpiens 0,5%, manna, cukurs, olas, margarīns, rīvmaize, skābais krējums 20%)						
Kīselis ābolu		100 gr. (+/- 10%)	0.1	0.2	15.6	65
(āboli, cukurs, kartupeļu ciete, ūdens, kanēlis)						
Kopā :			31.9	24.2	117.2	824

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: 1

	Olbalt.	/ Tauki	/ Oglhidr.	/ Kcal.
MK172	100 - 185	135 - 185	450 - 735	4000 - 4800
Kartē	31.9	24.2	117.2	824

Sastādīja

D. Pakalne

/ Daiga Pakalne /

SIA ROZI
VJCG Raiņa iela 28, 8.-12.klases

Mainoties
pasūtījumam
iespējamās
izmaiņas

Otrdiena	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Biešu zupa ar gaļu (vistas šķiņķi, bietes, kartupeļi, burkāni, sīpoli, tomātu mērce, eļļa, sāls, malti melnie pipari, lauru lapas, garšvielas, cukurs, ūdens)	*A05,A09,A10 250 gr. (+/- 10%)	9.2	12.0	15.8	209
Krējums skābais 20%	*A07 20 gr. (+/- 10%)	0.6	4.0	0.6	41
Rudzu klona maize	*A01 40 gr. (+/- 10%)	2.3	0.4	18.0	86
Kartupeļi vārīti (kartupeļi, sāls, ūdens)	150 gr. (+/- 10%)	4.2	0.2	31.1	147
Teftelis tomātu mērcē (gaļa cūkas svaiga, ūdens, rīsi, sīpoli, sāls, garšvielas, kviešu milti, tomātu mērce, lauru lapas, sāls, malti melnie pipari, ūdens)	*A01,A05,A09,A10 100 gr. (+/- 10%)	6.2	12.1	8.1	168
Burkānu-ķirbju sēklu salāti (burkāni, ķirbju sēklas, eļļa, sāls, cukurs)	100 gr. (+/- 10%)	2.7	5.8	8.7	98
Kefīrs 2,5%	*A07 200 gr. (+/- 10%)	5.6	5.0	8.2	104
Kopā :		30.7	39.4	90.6	853

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	100 - 185	135 - 185	450 - 735	4000 - 4800
Kartē	30.7	39.4	90.6	853

Sastādīja

/ Daiga Pakalne /

SIA ROZI
VJCĢ Raiņa iela 28, 8.-12.klasesMainoties
pasūtījumam
iespējamās
izmaiņas

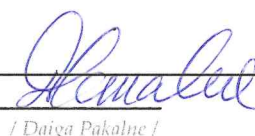
Trešdiena	3	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Makaroni ar gaļu	*A01	250 gr. (+/- 10%)	17.9	26.4	54.4	529
(makaroni, ūdens, gaļa cūkas svaiga, siļņi, burkāni, garšvielas, sāls, sāls, eļļa)						
Marinēti gurķi		50 gr. (+/- 10%)	0.4	0.0	3.0	14
Rudzu klona maize	*A01	40 gr. (+/- 10%)	2.3	0.4	18.0	86
Āboli cepti ar putukrējumu	*A07	150 gr. (+/- 10%)	1.5	16.6	24.3	253
(āboli, cukurs, saldaiss krējums 35%, cukurs, cukurs (vanilīna))						
Citrona dzēriens	*A12	200 gr. (+/- 10%)	0.2	0.0	10.8	44
(citroni, cukurs, ūdens)						
Kopā :			22.4	43.5	110.5	925

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: /

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	100 - 185	135 - 185	450 - 735	4000 - 4800
Kartē	22.4	43.5	110.5	925

Sastādīja



/ Daiga Pakalne /

SIA ROZI
VJCG Raiņa iela 28, 8.-12.klases

Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Ceturtdiena	Svars	Uzturvērtības porcijā			
		Ol.balt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Dārzeņu zupa ar vistas gaļu *A07,A12	200 gr. (+/- 10%)	7.3	9.4	10.3	156
(kartupeļi, burkāni, puravi, pētersīļi, dīles, ķiploki, eļļa, citroni, cukurs, vistas šķiņķi, skābais krējums 20%, ūdens, garšvielas)					
Rudzu klona maize *A01	20 gr. (+/- 10%)	1.2	0.2	9.0	43
Griķi vārīti *A01	150 gr. (+/- 10%)	9.5	2.3	52.0	262
(griķi, ūdens, sāls)					
Saldā krējuma mērce *A01,A05,A07,A09,A10	50 gr. (+/- 10%)	0.7	5.4	3.0	63
(saldais krējums 35%, kviešu milti, eļļa, malti melnie pipari, lauru lapas, sāls, ūdens)					
Vistas giross	90 gr. (+/- 10%)	22.1	24.0	0.7	308
(vistas šķiņķi, eļļa, garšvielas vistas ēdienam, sāls, malti melnie pipari)					
Svaigie zaļie salāti *A12	100 gr. (+/- 10%)	1.4	4.7	5.2	66
(svaigi kāposti, svaigi gurķi, tomāti, paprika, citroni, dīles, sāls, cukurs, eļļa)					
Citrona dzēriens *A12	200 gr. (+/- 10%)	0.2	0.0	10.8	44
(citroni, cukurs, ūdens)					
Kopā :		42.3	46.0	90.9	941

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Ol.balt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	100 - 185	135 - 185	450 - 735	4000 - 4800
Kartē	42.3	46.0	90.9	941

Sastādīja

Daiga Pakalne
/ Daiga Pakalne /

SIA ROZI
VJCG Raiņa iela 28, 8.-12.klases

Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Piektdiena	3	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Ol.balt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Mājas sautējums ar v/gaļu	*A01,A05,A09,A10	300 gr. (+/- 10%)	17.8	19.1	34.6	387
(kartupeļi, burkāni, sīpoli, vistas šķiņķi, dillies, tomātu mērce, malti melnie pipari, sāls, eļļa, kviešu milti, lauru lapas, garšvielas, ūdens)						
Marinēti ķirbji		80 gr. (+/- 10%)	0.5	0.1	14.9	63
(ķirbji, citrons kābe, cukurs, kanēlis, krustnagliņas, ūdens, garšvielas)						
Rudzu klona maize	*A01	40 gr. (+/- 10%)	2.3	0.4	18.0	86
Jogurta krēms	*A07	50 gr. (+/- 10%)	1.1	6.8	9.7	105
(jogurts, saldais krējums 35%, cukurs (vaniļīna), cukurs, želatīns, ūdens)						
Kīselis ābolu-ogu		100 gr. (+/- 10%)	0.2	0.2	13.8	72
(āboli, ogu maisījums, cukurs, kartupeļu ciete, ūdens)						
Dzērveņu sīrupa dzēriens		200 gr. (+/- 10%)	0.0	0.0	22.6	90
(dzērveņu sīrups, cukurs, ūdens)						
Kopā :			22.0	26.6	113.7	803

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: 1

	Ol.balt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	100 - 185	135 - 185	450 - 735	4000 - 4800
Kartē	22.0	26.6	113.7	803

Sastādīja



/ Daiga Pakalne /