

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

Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena	12	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Oglhidr.	Kcal.
Svaigu kāpostu zupa	*A05,A09,A10	250 gr. (+/- 10%)	7.6	8.2	10.2	142
(vistas šķiņķi, svaigi kāposti, kartupeļi, burkāni, sīpoli, tomātu mērce, eļļa, sāls, malti melnie pipari, lauru lapas, garšvielas, dilles, pētersīji, ūdens)						
Krējums skābais 20%	*A07	10 gr. (+/- 10%)	0.3	2.0	0.3	20
Rudzu klona maize	*A01	40 gr. (+/- 10%)	2.3	0.4	18.0	86
Kartupeļi vārīti		150 gr. (+/- 10%)	4.2	0.2	31.1	147
(kartupeļi, sāls, ūdens)						
Maltās gaļas mērce	*A01,A07	100 gr. (+/- 10%)	7.9	22.0	3.6	247
(gaļa cūkas svaiga, sīpoli, kviešu milti, burkāni, saldais krējums 35%, garšvielas, sāls, eļļa, ūdens)						
Seleriju salāti	*A03,A09,A10	80 gr. (+/- 10%)	2.8	8.3	2.3	95
(selerija sakne, āboli, garšvielas, majonēze, olas)						
Dzērveņu sīrupa dzēriens		200 gr. (+/- 10%)	0.0	0.0	22.6	90
(dzērveņu sīrups, cukurs, ūdens)						
Kopā :			25.1	41.2	88.2	827

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: ')

	Olbalt.	/ Tauki	/ Oglhidr.	/ Kcal.
MK172	100 - 185	135 - 185	450 - 735	4000 - 4800
Kartē	25.1	41.2	88.2	827

Sastādīja

Daiga Pakalne

/ Daiga Pakalne /

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

Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Otrdiena	11	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olībalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Rīsi vārīti	*A01	200 gr. (+/- 10%)	6.3	0.3	55.1	256
(rīsi, sāls, ūdens)						
Cūkgaļa meksikāņu gaumē		100 gr. (+/- 10%)	8.7	20.5	6.9	251
(kakla karbonāde, burkāni, ananāsi, paprika, tomātu mērce, sāls, eļļa, ūdens)						
Rudzu klona maize	*A01	40 gr. (+/- 10%)	2.3	0.4	18.0	86
Burkānu-saulespuķu sēklu salāti	*A05,A11,A12	70 gr. (+/- 10%)	1.2	3.4	5.1	59
(burkāni, saulespuķu sēklas, citroni, sāls, cukurs, eļļa)						
Biezpiena krēms	*A07	50 gr. (+/- 10%)	4.9	5.4	6.6	95
(biezpiens 0,5%, saldaiss krējums 35%, cukurs, cukurs (vanīlīna), želatīns, ābolu sula, ūdens)						
Kīselis augļu-ogu		100 gr. (+/- 10%)	0.2	0.2	15.7	72
(āboli, bumbieri, ogu maisījums, cukurs, kartupeļu ciete, ūdens)						
Citrona dzēriens	*A12	200 gr. (+/- 10%)	0.2	0.0	10.8	44
(citroni, cukurs, ūdens)						
Kopā :			23.8	30.2	118.2	863

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olībalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	100 - 185	135 - 185	450 - 735	4000 - 4800
Kartē	23.8	30.2	118.2	863

Sastādīja

[Signature]
/ Daiga Pakalne /

SIA ROZI
VJCG Raiņa iela 28, 8.-12.klasesMainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Trešdiena	11	Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Soļanka	*A05,A06,A09,A10	200 gr. (+/- 10%)	5.7	9.5	8.9	145
(vistas šķiņķi, vārītā desa, kartupeļi, burkāni, sīpoli, tomātu mērce, sāls, malti melnie pipari, lauru lapas, eļļa, garšvielas, marinēti gurķi, ūdens)						
Krējums skābais 20%	*A07	10 gr. (+/- 10%)	0.3	2.0	0.3	20
Rudzu klona maize	*A01	40 gr. (+/- 10%)	2.3	0.4	18.0	86
Makaroni vārīti	*A01	150 gr. (+/- 10%)	5.8	1.3	39.9	194
(makaroni, ūdens, sāls, eļļa)						
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)						
Mājas kotlete	*A01	50 gr. (+/- 10%)	8.6	23.0	9.8	277
(gaļa cūkas svaiga, kviešu maize, sīpoli, ķiploki, kartupeļu ciete, sāls, malti melnie pipari, ūdens, rīvaizmaize, eļļa)						
Svaigs gurķis		70 gr. (+/- 10%)	0.6	0.1	1.8	10
Kefīrs 2,5%	*A07	200 gr. (+/- 10%)	5.6	5.0	8.2	104
Kopā :			29.5	46.6	89.9	898

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: |

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	100 - 185	135 - 185	450 - 735	4000 - 4800
Kartē	29.5	46.6	89.9	898

Sastādīja

D. Pakalne

/ Daiga Pakalne /

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

Mainoties
pasūtījumam
iespējamās
izmaiņas

Ceturtdiena		12	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
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, garšviela vistas ēdienam, sāls, malti melnie pipari)					
Rudzu klona maize	*A01	20 gr. (+/- 10%)		1.2	0.2	9.0	43
Kāpostu, gurķu, tomātu salāti		70 gr. (+/- 10%)		1.3	2.6	3.8	42
		(svaigi kāposti, ķīnas kāpoti, svaigi gurķi, tomāti, dilles, citronskābe, cukurs, sāls, eļļa)					
Āboli cepti ar putukrējumu	*A07	150 gr. (+/- 10%)		1.5	16.6	24.3	253
		(āboli, cukurs, saldaiss krējums 35%, cukurs, cukurs (vaniļīna))					
Citrona dzēriens	*A12	200 gr. (+/- 10%)		0.1	0.0	0.2	1
		(citroni, ūdens)					
Kopā :				36.4	51.2	93.0	971

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	100 - 185	135 - 185	450 - 735	4000 - 4800
Kartē	36.4	51.2	93.0	971

Sastādīja

[Signature]

/ Daiga Pakalne /

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

Piektiena	Svars	Uzturvērtības porcijā			
		Olbalt.	Tauki	Ogļhidr.	Kcal.
Gulaša zupa	250 gr. (+/- 10%)	1.1	5.5	5.3	80
(kakla karbonāde, sīpoli, burkāni, kartupeļi, paprika, tomātu pasta, ķiploki, eļļa, sāls, malti melnie pipari, ūdens)					
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 cepti	150 gr. (+/- 10%)	4.2	3.7	31.1	178
(kartupeļi, sāls, eļļa)					
Gaļas lodītes krējuma mērcē	*A01, A05, A07, A09, A10 100 gr. (+/- 10%)	7.9	25.1	11.1	304
ūkas svaiga, kviešu maize, sīpoli, ķiploki, kartupeļu ciete, sāls, malti melnie pipari, ūdens, eļļa, saldaļs krējums 35%, kviešu milti, ūdens, eļļa, sāls, garšvielas, lauru lapas					
Kīnas kāpostu, tomātu, gurķu salāti	*A12 70 gr. (+/- 10%)	2.4	3.3	2.7	52
(ķīnas kāposti, tomāti, svaigie gurķi, cukurs, sāls, citroni, pētersīļi, dillies, eļļa)					
Dzērveņu sīrupa dzēriens	200 gr. (+/- 10%)	0.0	0.0	22.6	90
(dzērveņu sīrups, cukurs, ūdens)					
Kopā:		18.5	42.0	91.5	830

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: 1

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	100 - 185	135 - 185	450 - 735	4000 - 4800
Kartē	18.5	42.0	91.5	830

Sastādīja

/ Daiga Pakalne /