

SIA ROZI

Pusdienu komplekss 1.-4.kl - VJCG Ausekļa iela 5

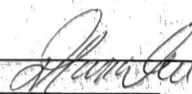
Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena		9	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Frikadeļu zupa	*A03,A05,A09,A10	250 gr. (+/- 10%)	10.2	20.6	14.4	288	
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	
Biezpiena saldā masa	*A05,A07,A11,A12	100 gr. (+/- 10%)	17.7	0.6	6.4	102	
Ievārījums		10 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	6.1	25	
Kopā :			30.6	23.6	45.2	521	
Otrdiena		9	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Mājas sautējums ar gaļu	*A01,A05,A09,A10	200 gr. (+/- 10%)	10.0	19.9	22.8	315	
Rudzu klona maize	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1.2	0.2	9.0	43	
Kukurūza		50 gr. (+/- 10%)	2.0	0.7	10.0	55	
MORSS		200 gr. (+/- 10%)	0.0	0.0	22.6	90	
Kopā :			13.2	20.8	64.4	502	
Trešdiena		11	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Pupuņu zupa c/g	*A01,A05,A09,A10	200 gr. (+/- 10%)	11.2	9.6	22.7	221	
Krējums skābais 20%	*A07	10 gr. (+/- 10%)	0.3	2.0	0.3	20	
Rudzu klona maize	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1.2	0.2	9.0	43	
Kanēļa maizīte		90 gr. (+/- 10%)	3.2	8.4	29.1	205	
Ābolu-dzērvenu dzēriens		200 gr. (+/- 10%)	0.2	0.3	21.0	87	
Kopā :			16.0	20.5	82.1	576	
Ceturtdiena		10	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Griķi vārīti	*A01	100 gr. (+/- 10%)	6.3	1.5	34.7	175	
Saldā krējuma mērce	*A01,A05,A07,A09,A10	50 gr. (+/- 10%)	0.7	5.4	3.0	163	
Teftelis	*A01	60 gr. (+/- 10%)	6.9	17.1	8.8	219	
Kāpostu un gurķu salāti		50 gr. (+/- 10%)	1.0	1.9	2.9	30	
Kefīrs 2,5%	*A07	200 gr. (+/- 10%)	5.6	5.0	8.2	104	
Kopā :			20.5	30.9	57.4	591	
Piektdiena		11	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Plovs cūkgaļas	*A01,A05,A09,A10	200 gr. (+/- 10%)	13.8	23.9	45.3	460	
Rudzu klona maize	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1.2	0.2	9.0	43	
Svaigs gurķis		50 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	1.3	7	
Ābolu-bumbieru kompots	*A12	200 gr. (+/- 10%)	0.2	0.2	13.9	58	
Kopā :			15.5	24.4	69.5	568	

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olball.	/ Tauki	/ Oglhidr.	/ Kcal.
Kopā	95.9	120.2	318.6	2758

Sastādīja


 / Daiga Pakulne /