

TK Nr.	Pirmdiena	53	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
2517	Rosolņiks ar gaļu		160 gr. (+/- 10%)	3.1	4.7	13.0	108
1627	Vārīti bezglutēna makaroni		100 gr. (+/- 10%)	2.5	1.7	30.5	148
2524	Cūkgālas gulašs ar dārzeņiem (p+m)		100 gr. (+/- 10%)	7.4	12.1	6.6	167
1928	Svaigu gurķu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	0.5	2.2	1.4	28
1777	Rīsu galete		10 gr. (+/- 10%)	0.9	0.2	8.0	74
1584	Upēņu dzēriens		150 gr. (+/- 10%)	0.5	0.1	5.3	27
Kopā:				14.9	20.9	64.8	552

TK Nr.	Otrdiena	53	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
2132	Biešu, svaigu kāpostu zupa ar gaļu		160 gr. (+/- 10%)	3.8	4.6	8.2	91
121	Kartupeli ar malto gaļu		200 gr. (+/- 10%)	11.6	13.2	24.5	269
926	Balto redīsu- burkānu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	0.7	2.1	6.1	45
1777	Rīsu galete		10 gr. (+/- 10%)	0.9	0.2	8.0	74
1264	Rabarberu dzēriens		150 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	3.2	14
1385	Auglis (ābols)		100 gr. (+/- 10%)	0.3	0.6	11.3	54
Kopā:				17.4	20.7	61.3	546

TK Nr.	Trešdiena	52	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
2397	Vistas - rīsu zupa ar dārzeņiem		150 gr. (+/- 10%)	8.7	5.6	13.0	138
1954	Vārīti griķi		100 gr. (+/- 10%)	3.6	0.7	28.4	134
2158	Sautēta malta gaļa ar dārzeņiem (pārt. alerg.)		100 gr. (+/- 10%)	10.9	17.0	2.0	207
1465	Biešu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.2	2.1	6.6	50
1777	Rīsu galete		10 gr. (+/- 10%)	0.9	0.2	8.0	74
1455	Ābolu sulas dzēriens		150 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	10.8	46
Kopā:				25.3	25.5	68.7	650

TK Nr.	Ceturtdiena	52	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
1973	Zivju zupa ar dārzeņiem	*A04	160 gr. (+/- 10%)	3.8	7.5	10.3	126
1986	Cūkgālas plovš		200 gr. (+/- 10%)	12.7	10.5	41.9	317
773	Ķīnas kāpostu, svaigu gurķu salāti ar eļļu		80 gr. (+/- 10%)	1.2	2.2	2.0	36
1777	Rīsu galete		10 gr. (+/- 10%)	0.9	0.2	8.0	74
1456	Sulas dzēriens		150 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	9.6	41
Kopā:				18.7	20.4	71.8	594

TK Nr.	Piektdiena	52	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
33	Vārīti kartupeli		160 gr. (+/- 10%)	3.3	0.2	24.5	116
1471	Cūkgālas veltnītis (celiakija)	*A03	80 gr. (+/- 10%)	11.0	16.7	0.6	200
2525	Mērce ar sīpoliem (p+m)		60 gr. (+/- 10%)	0.2	3.1	11.5	75
1874	Rīvēti burkāni		80 gr. (+/- 10%)	0.7	0.2	8.0	33
2120	Ūdens ar citronu		150 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	0.2	3
1604	Biezais augļu ķīselis ar augu izcelsmes pienu	*A12	200 gr. (+/- 10%)	1.1	1.6	46.0	206
Kopā:				16.5	21.8	90.9	633

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	12 - 28	16 - 29	55 - 113	490 - 750
Kartē	92.7	109.4	357.5	2975

Sastādīja

Apstiprinu