

IRG Launaga ēdienkarte

Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena		26	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Karstmaize ar sieru, dārzeņiem	*A01,A03,A07	45 gr. (+/- 10%)	5.6	5.1	10.5	111	
Karstmaize ar sieru un desu	*A01,A03,A07,A10	50 gr. (+/- 10%)	3.6	4.5	8.0	87	
Tēja ar cukuru		200 gr. (+/- 10%)	0.5	0.1	2.0	11	
Kopā :			9.7	9.7	20.6	210	
Otrdiena		4	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Kefīra pankūkas	*A01,A03,A07	100 gr. (+/- 10%)	7.5	8.5	40.5	273	
Ievārijums		20 gr. (+/- 10%)	0.1	0.1	12.2	50	
Augļu tēja ar cukuru		150 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	2.0	10	
Auglis (ābols)		100 gr. (+/- 10%)	0.3	0.6	11.3	54	
Kopā :			8.2	9.3	66.0	387	
Trešdiena		31	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Biezpiena saldā masa ar zemeņu mērci	*A07	100 gr. (+/- 10%)	10.5	7.4	9.9	149	
Auglis (banāns)		100 gr. (+/- 10%)	1.2	0.2	20.0	88	
Kopā :			11.7	7.6	29.9	237	
Ceturtdiena		31	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Kartupeļu un gaļas sacepums ar krējumu	*A03,A07	220 gr. (+/- 10%)	18.7	23.8	22.7	387	
Augļu tēja ar cukuru		150 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	2.0	10	
Kopā :			19.0	23.9	24.7	397	
Piektdiena		28	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Makaroni ar sieru	*A01,A07	180 gr. (+/- 10%)	11.9	9.7	47.1	331	
Marinētu gurķu šķēlītes		40 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	1.5	10	
Lieziedu tēja ar cukuru		150 gr. (+/- 10%)	0.0	0.0	1.0	4	
Kopā :			12.3	9.8	49.6	345	

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	0 - 0	0 - 0	0 - 0	0 - 0
Kartē	60.9	60.3	190.8	1576

Sastādīja

Apstiprinu