

IRG Launaga ēdienkarte


 Mainoties
 pasūtījumam
 iespējamas
 izmaiņas

Pirmdiena		18	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Cūkgaļas cīsiņi	*A07	60 gr. (+/- 10%)	7.2	7.8	1.2	109	
Dārzeņu plate		60 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	0.9	6	
Saldskābā maize ar zalumu sviestu	*A01,A07	25 gr. (+/- 10%)	1.4	2.7	11.1	74	
Augļu tēja ar cukuru		150 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	2.0	10	
Kopā :			9.4	10.6	15.1	199	
Otrdiena		28	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Piena zupa ar auzu pārslām	*A01,A07	200 gr. (+/- 10%)	7.2	4.6	22.7	162	
Rīsu sausaizīte	*A03,A06,A08,A11	7 gr. (+/- 10%)	0.5	0.0	5.8	25	
Auglis (bumbieris)		100 gr. (+/- 10%)	0.5	0.3	12.4	55	
Kopā :			8.2	4.9	40.8	243	
Trešdiena		26	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		25	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		30 gr. (+/- 10%)	0.3	0.1	1.1	7	
Piparmētru tēja ar cukuru		150 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	2.0	10	
Kopā :			12.6	9.8	50.3	349	

 *iespējams ēdiens satur
 norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	0 - 0	0 - 0	0 - 0	0 - 0
Kartē	41.9	32.9	136.2	1027

Sastādīja



Apstiprinu