

IRG Launaga ēdienkarte

Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena	49	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Apcepta dubulta maize ar ievārījumu *A01,A03,A07		50 gr. (+/- 10%)	3.5	5.3	21.7	149
Auglis (ābols)		100 gr. (+/- 10%)	0.3	0.6	11.3	54
Augļu tēja ar cukuru		150 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	2.0	10
Kopā :			4.2	6.0	35.0	213
Otrdiena	50	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 sausmaizīte ar ievārījumu *A03,A06,A08,A11		22 gr. (+/- 10%)	0.6	0.1	14.9	63
Kopā :			7.8	4.6	37.6	225
Trešdiena	49	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	49	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Dārzu vinegrets		100 gr. (+/- 10%)	1.6	4.2	10.1	84
Rudzu rupjmaize ar sviestu *A01,A07		35 gr. (+/- 10%)	2.0	4.4	13.3	100
Piparmētru tēja ar cukuru		150 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	2.0	10
Auglis (bumbieris)		100 gr. (+/- 10%)	0.5	0.3	12.4	55
Kopā :			4.5	8.9	37.7	250
Piektdiena	49	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Ogļhidr. / Kcal.			
Cepta maize ar rīvētu sieru *A01,A03,A07		60 gr. (+/- 10%)	9.3	11.3	13.3	195
Svaigu burkānu ripiņas		30 gr. (+/- 10%)	0.3	0.1	3.0	12
Tēja ar cukuru		200 gr. (+/- 10%)	0.5	0.1	2.0	11
Kopā :			10.1	11.5	18.3	218

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
MK172	0 - 0	0 - 0	0 - 0	0 - 0
Kartē	38.3	38.7	158.6	1144

Sastādīja

Apstiprinu