



Ēdienkarte

Žaks 2 SIA
PII 3-6

04-okt.-21

Mainoties pasūtījumam iespējamās izmaiņas

Pirmdiena-Brokastis		5	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
<u>Kukurūzas putrainu biezputra</u>	*A07		120 gr. (+/- 10%)	3.5	2.8	17.9	115
<u>Ievārījums</u>			10 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	6.1	25
<u>Kliju maize ar sviestu un sieru</u>	*A01,A07		38 gr. (+/- 10%)	5.1	9.6	9.7	147
<u>Tēja</u>			150 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	7.5	32
Kopā:				9.0	12.5	41.2	319

Pirmdiena-Pusdienas		4	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
<u>Sezonas dārzeņu zupa ar krējumu</u>	*A07		150 gr. (+/- 10%)	3.1	5.1	8.1	91
<u>Pasta ar maltu cūkgaļu un mix dārzeņiem</u>			160 gr. (+/- 10%)	11.2	14.5	29.9	296
<u>Svaigu kāpostu un burkānu salāti</u>			60 gr. (+/- 10%)	1.1	3.0	3.7	47
<u>Rudzu maize</u>	*A01		20 gr. (+/- 10%)	1.4	0.2	8.3	52
<u>Ogu morss</u>			150 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	8.0	33
Kopā:				16.7	22.7	58.1	519

Pirmdiena-Launags		8	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
<u>Biezpiens ar krējumu</u>	*A07		70 gr. (+/- 10%)	9.2	7.9	1.9	123
<u>Graudu maize</u>	*A01		20 gr. (+/- 10%)	2.0	1.5	10.3	61
<u>Tēja</u>			150 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	7.5	32
<u>Svaigs auglis-ābols</u>			80 gr. (+/- 10%)	0.3	0.5	10.7	43
Kopā:				11.9	10.0	30.5	260

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: / 1

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	37.6	45.3	129.8	1097