



Daily

SIA "Baltic Restaurants Latvia"

Reģ. Nr. LV40003556833

Elizabetes iela 20, Rīga, LV-1050, Latvija

AS SEB banka, SWIFT UNLALV2X

LV31UNLA 0050 0000 81510

Linda Brūvere

Mēd. māta Būtane

Nedēļas ēdienkarte

Grupa
Bez piena

7.-9.klase

	Svars (g)	Energēti skā vērtība (kkal)	Olbaltum vielas	Tauki	Ogļhidrāt i	Sāls	Cukurs	Šķiedrvi las	Alerģcni
pirmdienā, 13.maijs									
Pusdienas									
Zivju zupa	250	71	7.6042	0.5117	8.7478	0.0002	0	3.91	4;9
Sautēta cūkgaļa ar dārzeņiem	120	166	13.0212	11.7498	1.8732	0.0005	0	1.0686	
Vārīti griķi	180	199	4.455	0.9504	43.1244	0.0002	0	1.9008	
Kāpostu salāti ar zaļumiem un eļļu	100	64	1.42	4.196	5.084	0.0001	0.001	2.885	
Margarīns sviestmaizēm	10	72	0	8.	0	0	0	0	
Dzērveņu dzēriens	200	56	0	0	14.2	0	0	0	
Rudzu maize	40	104	3.44	0.56	20.08	0	0	2.2	1
<i>Kopā:</i>		730.956	29.94	25.968	93.109	0.001	0.001	11.968	
Diena kopā :		730.956	29.94	25.968	93.109	0.001	0.001	11.968	
otrdiena, 14.maijs									
Pusdienas									
Borščs	250	128	4.0788	6.9366	12.1202	0.001	0.0005	4.0674	
Makaroni ar maltu cūkgaļu un dārzeņiem	250	448	16.255	21.4538	47.0175	0.0004	0	2.7438	
Svaigu dārzeņu salāti ar eļļas mērci	90	79	0.9058	7.3557	2.3511	0.0001	0.0005	0.7989	
Augļu dzēriens	200	65	0.315	0.234	15.159	0	0.006	1.068	
Rudzu maize	40	104	3.44	0.56	20.08	0	0	2.2	1
<i>Kopā:</i>		823.885	24.995	36.54	96.728	0.002	0.007	10.878	
Diena kopā :		823.885	24.995	36.54	96.728	0.002	0.007	10.878	
trešdiena, 15.maijs									
Pusdienas									
Vistas gaļas kotlete	70	169	10.0692	9.9908	8.9806	0.0001	0	0.0816	3
Baltā mērce	75	53	0.0901	1.0217	10.9221	0.0001	0	0.002	
Vārīti kartupeļi	200	149	4.24	0.212	31.376	0.0002	0	4.452	
Ērkāņu salāti ar eļļu	90	67	0.837	4.6674	5.3649	0.0003	0.0013	3.0132	
Rīsu pudiņš	50	91	1.3411	1.5672	17.7512	0.0001	0.003	0.3096	3
Ogu ķīselis	100	99	0.32	0.102	23.644	0	0.005	0.993	
Ūdens ar citronu	200	4	0.07	0.06	0.32	0	0	0	
Margarīns sviestmaizēm	10	72	0	8.	0	0	0	0	
Rudzu maize	40	104	3.44	0.56	20.08	0	0	2.2	1
<i>Kopā:</i>		806.56	20.407	26.181	118.439	0.001	0.009	11.051	
Diena kopā :		806.56	20.407	26.181	118.439	0.001	0.009	11.051	
ceturtdiena, 16.maijs									
Pusdienas									
Skābeņu zupa	250	224	12.7925	15.6605	7.8075	0.0002	0	2.185	
Maltas cūkgaļas mērce	100	156	8.603	12.6743	1.9225	0.0001	0	0.3325	
Vārīti griķi	200	221	4.95	1.056	47.916	0.0002	0	2.112	
Kāpostu gurķu salāti ar zaļumiem un eļļu	90	45	1.138	2.8786	3.5336	0.0001	0.0001	2.3242	
Rabarberu dzēriens	200	54	0.264	0.044	12.592	0	0.012	1.408	
Rudzu maize	40	104	3.44	0.56	20.08	0	0	2.2	1
<i>Kopā:</i>		803.82	31.188	32.873	93.852	0.001	0.012	10.562	
Diena kopā :		803.82	31.188	32.873	93.852	0.001	0.012	10.562	
piektdiena, 17.maijs									
Pusdienas									
Vistas gaļas zupa ar nūdelēm	250	101	5.5193	3.182	12.4608	0.0002	0	1.4421	
Cepta vistas gaļa	80	198	17.3944	13.0508	1.6552	0.0001	0	0.1244	
Mīcīti kartupeļi ar dārzeņu buljonu	230	164	4.7184	0.2559	34.5141	0.0007	0	5.1349	9
Biešu salāti	100	85	1.425	5.095	8.0798	0.0004	0.0001	2.375	
Sēklu maisījums	10	58	2.139	5.26	0.7426	0	0	0.716	11
Augļu un ogu dzēriens	200	31	0.312	0.272	6.43	0	0.001	1.624	
Rudzu maize	60	155	5.16	0.84	30.12	0	0	3.3	1
<i>Kopā:</i>		792.484	36.668	27.956	94.003	0.001	0.001	14.716	
Diena kopā :		792.484	36.668	27.956	94.003	0.001	0.001	14.716	