Daily

SIA "Baltic Restaurants Latvia"
Reģ. Nr. LV40003556833
Elizabetes iela 20, Rīga, LV-1050, Latvija
AS SEB banka, SWIFT: UNLALV2X
LV31UNLA 0050 0[illegible] 81510
Linda Brūvere

Med. māsa Bitāne

Nedēļas ēdienkarte

Grupa 10.-12.klase

Bez glutēna

	Svars (g)	Enerģētiskā vērtība (kkal)	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alergēni
pirmdiena, 27.maijs									
Pusdienas									
Buljons ar bezglutēna makaroniem	250	54	1.4316	0.9248	9.8796	0.0005	0	1.5741	
Krējums skābs	10	20	0.26	2.	0.27	0	0	0	7
Maltas cūkgaļas mērce	120	187	10.3236	15.2091	2.307	0.0001	0	0.399	
Vārīti griķi	220	243	5.445	1.1616	52.7076	0.0002	0	2.3232	
Sviests	5	37	0.03	4.125	0.22	0	0	0	7
Balto redīsu un gurķu salāti ar krējumu	120	51	1.4388	3.7668	2.6808	0	0	1.1856	7
Graudu maize bezglutēna	80	183	4.08	4.08	32.64	0	0	0	
Augļu un ogu dzēriens	200	31	0.312	0.272	6.43	0	0.001	1.624	
Kopā:		*807.438*	*23.321*	*31.539*	*107.135*	*0.001*	*0.001*	*7.106*	
Diena kopā :		***807.438***	***23.321***	***31.539***	***107.135***	***0.001***	***0.001***	***7.106***	
otrdiena, 28.maijs									
Pusdienas									
Aukstā biešu zupa	250	106	5.545	3.2315	13.4258	0.0003	0.0012	1.754	10;3;7
Makaroni ar maltu cūkgaļu un dārzeņiem	270	484	17.5554	23.17	50.7789	0.0004	0	2.9632	
Svaigu dārzeņu salāti ar eļļas mērci	100	88	1.0064	8.1731	2.6123	0.0001	0.0006	0.8876	
Augļu dzēriens	200	65	0.315	0.234	15.159	0	0.006	1.068	
Bezglutēna maize	40	88	0.1162	1.2912	18.92	0.0004	0	0	
Kopā:		*830.283*	*24.538*	*36.1*	*100.896*	*0.001*	*0.008*	*6.673*	
Diena kopā :		***830.283***	***24.538***	***36.1***	***100.896***	***0.001***	***0.008***	***6.673***	
trešdiena, 29.maijs									
Pusdienas									
Cūkgaļas kotlete	90	289	17.1796	20.842	8.1518	0.0001	0	0.0286	
Kartupeļu biezputra	200	169	5.414	1.905	31.624	0.0002	0	4.2	7
Burkānu salāti ar majonēzi	90	92	1.2643	7.6712	4.3551	0.0002	0	2.592	10;3;7
Bezglutēna maize	90	197	0.2614	2.9052	42.57	0.0009	0	0	
Jogurta un zemeņu kokteilis	200	157	6.	3.28	25.33	0	0.01	0.8	7
Ūdens ar citronu	200	4	0.07	0.06	0.32	0	0	0	
Kopā:		*907.601*	*30.189*	*36.663*	*112.351*	*0.001*	*0.01*	*7.621*	
Diena kopā :		***907.601***	***30.189***	***36.663***	***112.351***	***0.001***	***0.01***	***7.621***	
ceturtdiena, 30.maijs									
Pusdienas									
Vārīti cīsiņi (MK172)	70	151	7.91	11.69	3.64	0	0	0	7
Vārīti bezglutēna makaroni	200	291	3.01	4.91	58.1	0.0002	0	1.05	
Tomātu mērce	50	35	0.8919	1.7837	3.7045	0.0001	0	0.0502	1
Kāpostu gurķu salāti ar zaļumiem un eļļu	100	50	1.2645	3.1985	3.9262	0.0001	0.0001	2.5825	
Vaniļas biezpiena sieriņš "Baltais"	38	156	8.094	9.31	9.918	0	0	0	7
Bezglutēna maize	60	132	0.1743	1.9368	28.38	0.0006	0	0	
Augļu dzēriens	0	0	0	0	0	0	0	0	
Kopā:		*814.332*	*21.345*	*32.829*	*107.669*	*0.001*	*0.*	*3.683*	
Diena kopā :		***814.332***	***21.345***	***32.829***	***107.669***	***0.001***	***0.***	***3.683***	
piektdiena, 31.maijs									
Pusdienas									
Cepti vistas stilbiņi	90	211	21.0384	13.783	0.7551	0.0004	0	0.0276	
Kartupeļu biezputra	220	186	5.9554	2.0955	34.7864	0.0002	0	4.62	7
Kāpostu salāti ar sarkanajiem redīsiem	120	69	1.6656	3.8256	6.9408	0.0005	0.0024	3.1752	
Bezglutēna un bezlaktozes smilšu cepum	40	192	2.24	9.28	24.52	0	0	0.88	3
Citronu eļļas mērce	5	37	0.0052	4.004	0.3237	0	0.0003	0.0013	
Jāņogu dzēriens	200	29	0.447	0.086	5.944	0	0.004	1.4	
Bezglutēna maize	60	132	0.1743	1.9368	28.38	0.0006	0	0	
Kopā:		*857.262*	*31.526*	*35.011*	*101.65*	*0.002*	*0.007*	*10.104*	
Diena kopā :		***857.262***	***31.526***	***35.011***	***101.65***	***0.002***	***0.007***	***10.104***	