

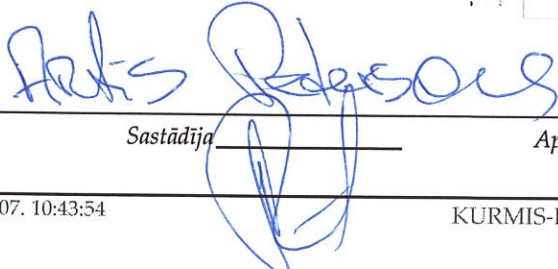
Rīgas tirdzniecības profesionālā vidusskola Kompleksās pusdienas

Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena		2	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Dārzeņu sautējums ar gaļu			400 gr. (+/- 10%)	18,0	8,4	32,4	369
Biešu salāti	*A07		80 gr. (+/- 10%)	2,6	15,1	9,2	205
Ābolu - dzērveņu kompots	*A12		200 gr. (+/- 10%)	0,2	0,0	44,8	182
rudzu maize	*A01		20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52
Kopā :				22,2	23,6	94,7	807
Otrdiena		2	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Plovs			250 gr. (+/- 10%)	18,1	22,9	53,8	574
Krējums	*A07		20 gr. (+/- 10%)	0,5	6,0	0,5	60
Skābu kāpostu salāti ar krējumu	*A07		80 gr. (+/- 10%)	1,3	7,9	3,0	96
Ābolu - dzērveņu kompots	*A12		200 gr. (+/- 10%)	0,2	0,0	44,8	182
Kopā :				20,2	36,9	102,1	912
Trešdiena		2	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Maltās gaļas mērce	*A01,A07		150 gr. (+/- 10%)	1,0	9,1	4,6	107
Vārīti makaroni	*A01,A07		205 gr. (+/- 10%)	5,2	4,3	34,5	192
Vinegrets			200 gr. (+/- 10%)	2,5	20,0	13,9	256
Ābolu - dzērveņu kompots	*A12		200 gr. (+/- 10%)	0,2	0,0	44,8	182
rudzu maize	*A01		20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52
Kopā :				10,3	33,5	106,2	789
Ceturtdiena		2	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Bolonas mērce			150 gr. (+/- 10%)	2,6	0,2	10,4	316
Vārīti makaroni	*A01,A07		205 gr. (+/- 10%)	5,2	4,3	34,5	192
Biešu salāti	*A07		80 gr. (+/- 10%)	2,6	15,1	9,2	205
Ābolu - dzērveņu kompots	*A12		200 gr. (+/- 10%)	0,2	0,0	44,8	182
rudzu maize	*A01		20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52
Kopā :				12,1	19,7	107,2	947
Piektdiena		2	Svars	Uzturvērtības porcijā Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Makaroni ar dārzeņiem un gaļu	*A01,A07		250 gr. (+/- 10%)	11,9	14,8	68,7	452
Krējums	*A07		20 gr. (+/- 10%)	0,5	6,0	0,5	60
Burkānu salāti	*A07		80 gr. (+/- 10%)	7,7	4,5	40,7	268
Ābolu - dzērveņu kompots	*A12		200 gr. (+/- 10%)	0,2	0,0	44,8	182
rudzu maize	*A01		20 gr. (+/- 10%)	1,4	0,2	8,3	52
Kopā :				21,6	25,5	163,1	1 014

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	/ Tauki	/ Oglhidr.	/ Kcal.
Kartē	86,3	139,1	573,2	4468

Sastādīja 

Apstiprinu _____

Rīgas Tirdzniecības
profesionālās vidusskolas
direktore


Inita Safronova