



Ceturtdiena		Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Oglhidr.	Kcal.
<b>Pupiņu sautējums ar malto gaļu</b>	*A07	150 gr. (+/- 10%)	12,2	13,0	23,6	245
(pupiņas, svaigi kāposti, burkāni, kartupeļi, saldaiss krējums, tomātu pasta, gaļa, cūkas svaiga, sīpoli, eļļa, garšvielas, sāls, ūdens)						
<b>Kefīrs</b>	*A07	200 gr. (+/- 10%)	5,6	5,0	8,2	104
<b>Kanēļu maizīte</b>		70 gr. (+/- 10%)	2,5	6,6	22,7	160
<b>Rupjmaize klona</b>	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1,8	0,2	9,4	47
<b>Kopā :</b>			22,1	24,8	63,9	555

Piektdiena		Svars	Uzturvērtības porcijā			
			Olbalt.	Tauki	Oglhidr.	Kcal.
<b>Kartupeļi vārīti</b>		100 gr. (+/- 10%)	2,7	0,1	19,7	94
(kartupeļi, sāls, ūdens)						
<b>Gulašs cūkgaļas</b>	*A01, A07	75 gr. (+/- 10%)	6,0	16,2	3,3	185
(gaļa, cūkas svaiga, sīpoli, tomātu pasta, kviešu milti, skābs krējums, sāls, pipari melni malti/graudu, lauru lapas, eļļa, ūdens)						
<b>Sv. kāpostu un burkānu salāti</b>		50 gr. (+/- 10%)	0,8	1,2	4,3	29
(svaigi kāposti, burkāni, cukurs, eļļa, sāls)						
<b>Putukrējums ar rupjmaizi</b>	*A01, A07	50 gr. (+/- 10%)	2,2	8,9	17,0	157
(saldaiss krējums, cukurs, cukurs (vaniļina), rudzu maize, kanēlis)						
<b>Kīselis dzērveņu sīrupa</b>		100 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	23,1	92
(dzērveņu sīrups, cukurs, kartupeļu ciete, ūdens)						
<b>Rupjmaize klona</b>	*A01	20 gr. (+/- 10%)	1,8	0,2	9,4	47
<b>Kopā :</b>			13,5	26,7	76,8	603

\*iespējams ēdiens satur  
norādītās grupas alergēnus

	Olbalt.	Tauki	Oglhidr.	Kcal.
MK172	60 - 140	80 - 145	275 - 565	2450 - 3750
Kartē	89,8	127,1	359,1	2934

Sastādīja

*[Handwritten signature]*

Apstiprinu

*[Handwritten signature]*