

Restorāns "Latvian"  
 Pilsētas laukums 20, Rīga, LV-1050  
 P/VN: LV 40003556833  
 "SAB bankas", kods UNLALV2X  
 EUR - LV31 UNLA 0050 0004 8151 0  
 RUB - LV78 UNLA 0050 0174 4470 3



Linda Brūvere

Med. maģistra Patone

## Nedēļas Ēdienkarte

Grupa 7.-9.klase  
 Bezglutēna

	Svars (g)	Enerģētiskā vērtība (kkal)	Olbaltum vielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāļi	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
<b>pirmdienas, 4.februāris</b>									
<b>Pusdienas</b>									
56022 Skābeņu zupa	250	224	12.7925	15.6605	7.8075	0.0002	0	2.185	
51750 Krējums skābs	5	10	0.13	1.	0.135	0	0	0	7
55165 Cūkgaļas strogonovs	110	160	12.0256	11.3911	2.3712	0.0001	0	0.2549	
52920 Vārīti bezglutēna makaroni	130	189	1.9565	3.1915	37.765	0.0001	0	0.6825	
56475 Sarkano kāpostu salāti	50	39	0.702	3.101	2.0665	0.0002	0.0002	1.275	
52914 Griķu galetes	16	53	1.68	0.464	10.544	0	0	0	
54870 Dzērveņu sīrupa dzēriens	200	82	0.0332	0	20.1856	0	0	0.5976	
<i>Kopā:</i>		757.653	29.32	34.808	80.875	0.001	0.	4.995	
<b>Diena kopā :</b>		<b>757.653</b>	<b>29.32</b>	<b>34.808</b>	<b>80.875</b>	<b>0.001</b>	<b>0.</b>	<b>4.995</b>	
<b>otrdiena, 5.februāris</b>									
<b>Pusdienas</b>									
54070 Gaļas zupa ar tomātiem	300	354	21.8082	25.1766	9.546	0.0003	0	2.514	
50220 Rīsi ar dārzeņiem	250	285	4.927	8.1028	48.0092	0.0027	0	2.7793	
56035 Jāņogu dzēriens	250	33	0.4488	0.0875	6.95	0	0.005	1.4	
55968 Sausmaizīte BG/BL	40	146	3.84	0.92	29.72	0	0	0	
<i>Kopā:</i>		817.908	31.024	34.287	94.225	0.003	0.005	6.693	
<b>Diena kopā :</b>		<b>817.908</b>	<b>31.024</b>	<b>34.287</b>	<b>94.225</b>	<b>0.003</b>	<b>0.005</b>	<b>6.693</b>	
<b>trešdiena, 6.februāris</b>									
<b>Pusdienas</b>									
55291 Cepta vistas gaļa	70	210	16.2295	15.4332	1.3517	0.0001	0	1.6538	
51195 Vārīti griķi	200	221	4.95	1.056	47.916	0.0002	0	2.112	
52922 Baltā mērce	50	35	0.0615	0.7036	7.0758	0	0	0	
55955 Biešu salāti	70	59	0.9975	3.5665	5.6559	0.0001	0.0001	1.6625	
55871 Jogurta zemeņu kokteilis	200	157	6.	3.28	25.33	0	0.01	0.8	7
56184 Bezglutēna maize	20	44	0.0581	0.6456	9.46	0.0002	0	0	
<i>Kopā:</i>		725.073	28.297	24.685	96.789	0.001	0.01	6.228	
<b>Diena kopā :</b>		<b>725.073</b>	<b>28.297</b>	<b>24.685</b>	<b>96.789</b>	<b>0.001</b>	<b>0.01</b>	<b>6.228</b>	
<b>ceturtdiena, 7.februāris</b>									
<b>Pusdienas</b>									
53799 Svaigu kāpostu zupa	250	185	3.725	14.423	9.745	0.0002	0	3.4038	
51750 Krējums skābs	10	20	0.26	2.	0.27	0	0	0	7
52929 Zivju kotlete	70	152	11.6114	7.7561	9.0125	0.0001	0	0.4938	4
53925 Kartupeļu biežputra	200	169	5.414	1.905	31.624	0.0002	0	4.2	7
54873 Ābolu sulas dzēriens	200	76	0.08	0	18.86	0	0.01	0	
51668 Burkānu salāti ar eļļu	70	72	0.665	5.733	4.2399	0.0002	0.0011	2.394	
56184 Bezglutēna maize	20	44	0.0581	0.6456	9.46	0.0002	0	0	
<i>Kopā:</i>		717.531	21.814	32.463	83.211	0.001	0.011	10.492	
<b>Diena kopā :</b>		<b>717.531</b>	<b>21.814</b>	<b>32.463</b>	<b>83.211</b>	<b>0.001</b>	<b>0.011</b>	<b>10.492</b>	
<b>piektdiena, 8.februāris</b>									
<b>Pusdienas</b>									
52227 Borščs	250	133	4.111	6.9108	13.303	0.0002	0.0005	3.9471	
51750 Krējums skābs	10	20	0.26	2.	0.27	0	0	0	7
56649 Vistas gaļa karija mērcē	110	189	13.3239	13.6518	3.0882	0.0001	0	0.361	
50653 Vārīti rīsi	150	170	3.366	0.297	38.4615	0.0001	0	0.693	
53933 Svaigu kāpostu salāti ar āboliem u	70	55	0.924	3.71	4.242	0.0001	0	2.17	
55154 Graudu maize bezglutēna	40	92	2.04	2.04	16.32	0	0	0	
54694 Ķiršu dzēriens	200	88	0.33	0.09	20.9	0	0	0.41	
<i>Kopā:</i>		745.817	24.355	28.7	96.585	0.001	0.001	7.581	
<b>Diena kopā :</b>		<b>745.817</b>	<b>24.355</b>	<b>28.7</b>	<b>96.585</b>	<b>0.001</b>	<b>0.001</b>	<b>7.581</b>	