

Restorāns "Latvian"
 Rīga, LV-1050
 LV-400356233
 "Banka" Kods UNLALV2X
 - LV31 UNLA 0050 0004 8151 0
 - LV78 UNLA 0050 0174 4470 3



Linda Brūvere

Med-māta Bīstane

Nedēļas Ēdienkarte

Grupa 10.-12.klase
 Bezglutēna

	Svars (g)	Energētiskā vērtība (kkal)	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāļi	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
pirmdienā, 4.marts									
Pusdienas									
56022 Skābeņu zupa	250	224	12.7925	15.6605	7.8075	0.0002	0	2.185	
56239 Makaroni ar malto gaļu un dārzeņiem	250	448	16.255	21.4538	47.0175	0.0004	0	2.7438	
55865 Kāpostu salāti ar baziliku un eļļas mērci	100	53	1.425	3.2088	4.5376	0.0005	0.0007	2.612	
52914 Griķu galetes (110g/pac) 1gb/10g	16	53	1.68	0.464	10.544	0	0	0	
54870 Dzērveņu sīrupa dzēriens	220	90	0.0365	0	22.2042	0	0	0.6574	
Kopā:		868.503	32.189	40.787	92.111	0.001	0.001	8.198	
Diena kopā :		868.503	32.189	40.787	92.111	0.001	0.001	8.198	
otrdienā, 5.marts									
Pusdienas									
52933 Frikadeļu zupa	300	298	8.7177	21.0362	18.1072	0.0003	0	4.8157	9
53944 Dārzeņu plovš	250	300	6.925	5.875	54.6275	0.0012	0	4.0662	
51626 Kefīrs	200	96	6.	4.	9.	0	0	0	7
56157 Auglis	100	56	0.79	0.25	12.2	0	0	0.7	
55968 Sausmaizīte BG/BL	45	164	4.32	1.035	33.435	0	0	0	
Kopā:		913.605	26.753	32.196	127.37	0.002	0	9.582	
Diena kopā :		913.605	26.753	32.196	127.37	0.002	0	9.582	
trešdienā, 6.marts									
Pusdienas									
55291 Cepta vistas gaļa	70	210	16.2295	15.4332	1.3517	0.0001	0	1.6538	
51195 Vārīti griķi	250	276	6.1875	1.32	59.895	0.0002	0	2.64	
52922 Baltā mērce	50	35	0.0615	0.7036	7.0758	0	0	0	
51030 Biešu - ābolu salāti ar mārutkiem	100	67	1.321	2.8445	8.9041	0.0002	0.0002	2.028	7
55954 Biezais ogu ķīselis	120	66	0.576	0.1524	14.8008	0	0.006	1.746	
51748 Piens	120	58	3.84	2.4	5.4	0	0	0	7
56184 Bezglutēna maize	60	132	0.1743	1.9368	28.38	0.0006	0	0	
Kopā:		842.802	28.39	24.791	125.807	0.001	0.006	8.068	
Diena kopā :		842.802	28.39	24.791	125.807	0.001	0.006	8.068	
ceturtdienā, 7.marts									
Pusdienas									
53799 Svaigu kāpostu zupa	300	222	4.47	17.3076	11.694	0.0003	0	4.0845	
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	100	102	0.95	8.19	6.057	0.0003	0.0015	3.42	
56184 Bezglutēna maize	30	66	0.0871	0.9684	14.19	0.0003	0	0	
Kopā:		807.139	22.873	38.127	91.708	0.001	0.012	12.198	
Diena kopā :		807.139	22.873	38.127	91.708	0.001	0.012	12.198	
piektdienā, 8.marts									
Pusdienas									
52150 Pupiņu zupa	250	211	6.7332	14.5908	13.0085	0.0006	0	4.7679	9
56649 Vistas gaļa karija mērcē	120	206	14.5352	14.8929	3.369	0.0001	0	0.3938	
50653 Vārīti rīsi	200	227	4.488	0.396	51.282	0.0002	0	0.924	
52153 Ķīnas kāpostu salāti ar dillēm un eļļu	100	65	1.525	5.705	2.74	0.0001	0.0005	1.035	
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	
Kopā:		887.477	29.651	37.715	107.62	0.001	0.001	7.531	
Diena kopā :		887.477	29.651	37.715	107.62	0.001	0.001	7.531	