SIA "Elizabetes Restorāni Latvija"
Elizabetes iela 20, Rīga, LV-1010
PVN LV 40003555333
AS "SEB banka" Konts EUR - LV31 UNLA 0050 0144 81510
Konts EUR - LV78 UNLA 0050 0144 4470 3
Linda Brūvere

Daily

Med. māsa Bitāne

Nedēļas Ēdienkarte

Grupa 10.-12.klase

		Svars (g)	Enerģētiskā vērtība (kkal)	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alergēni
pirmdiena, 27.maijs										
Pusdienas										
51663	Skābeņu - spinātu zupa	250	182	9.4036	12.0568	8.6348	0.001	0	2.8442	3,9
51750	Krējums skābs	5	10	0.13	1.	0.135	0	0	0	7
53873	Makaroni jūrnieku gaumē	250	342	16.612	13.2435	38.69	0.0019	0	3.7225	1,3
53964	Ķīnas kāpostu salāti ar gurķiem un krējumu	100	51	1.61	4.165	2.281	0.0001	0	0.76	7
55804	Rudzu maize	60	155	5.16	0.84	30.12	0	0	3.3	1
54870	Dzērveņu sīrupa dzēriens	200	82	0.0332	0	20.1856	0	0	0.5976	
	Kopā:		*821.344*	*32.949*	*31.305*	*100.046*	*0.003*	*0*	*11.224*	
	Diena kopā :		***821.344***	***32.949***	***31.305***	***100.046***	***0.003***	***0***	***11.224***	
otrdiena, 28.maijs										
Pusdienas										
55831	Biešu zupa ar frikadelēm	350	230	14.7411	12.0978	15.0381	0.0007	0.0004	3.9865	1,3,7,9
51750	Krējums skābs	5	10	0.13	1.	0.135	0	0	0	7
53944	Dārzeņu plovs	200	240	5.54	4.7	43.702	0.001	0	3.253	
50643	Svaigu dārzeņu salāti ar eļļas mērci	100	110	0.9645	10.5695	2.7405	0.0001	0.0008	0.8584	
53514	Augļu - ogu dzēriens	200	14	0.138	0.1	3.03	0	0.001	0.692	
51626	Kefīrs	200	96	6.	4.	9.	0	0	0	7
55804	Rudzu maize	60	155	5.16	0.84	30.12	0	0	3.3	1
	Kopā:		*854.891*	*32.674*	*33.307*	*103.766*	*0.002*	*0.002*	*12.09*	
	Diena kopā :		***854.891***	***32.674***	***33.307***	***103.766***	***0.002***	***0.002***	***12.09***	
trešdiena, 29.maijs										
Pusdienas										
52761	Krāsnī cepti vistas gabaliņi	70	174	17.8961	11.3591	0.0483	0.0001	0	0.0186	
51195	Vārīti griķi	200	221	4.95	1.056	47.916	0.0002	0	2.112	
52346	Krējuma - tomātu mērce	50	52	0.3999	4.7392	1.9141	0	0	0.0307	1,7
53985	Kāpostu salāti ar burkāniem un eļļu	120	66	1.5984	3.8352	6.2088	0.0001	0.0012	3.6	
55996	Citronu biezpienkrēms	50	85	6.2993	5.5866	2.2563	0	0.0002	0.0006	7
54477	Ķiršu ķīselis	100	65	0.225	0.072	15.532	0	0.01	0.299	
55804	Rudzu maize	60	155	5.16	0.84	30.12	0	0	3.3	1
55934	Ūdens ar citronu	200	4	0.07	0.06	0.32	0	0	0	
	Kopā:		*821.404*	*36.599*	*27.548*	*104.316*	*0.*	*0.011*	*9.361*	
	Diena kopā :		***821.404***	***36.599***	***27.548***	***104.316***	***0.***	***0.011***	***9.361***	
ceturtdiena, 30.maijs										
Pusdienas										
53803	Aukstā biešu zupa	200	85	4.436	2.5852	10.7406	0.0002	0.001	1.4032	10,3,7
51825	Bērnu cīsiņi	80	243	9.92	22.64	0	0	0	0	1,10,6
53925	Kartupeļu biezputra	200	169	5.414	1.905	31.624	0.0002	0	4.2	7
51668	Burkānu salāti ar eļļu	120	123	1.14	9.828	7.2684	0.0004	0.0018	4.104	
54873	Ābolu sulas dzēriens	200	76	0.08	0	18.86	0	0.01	0	
55804	Rudzu maize	60	155	5.16	0.84	30.12	0	0	3.3	1
	Kopā:		*851.392*	*26.15*	*37.798*	*98.613*	*0.001*	*0.013*	*13.007*	
	Diena kopā :		***851.392***	***26.15***	***37.798***	***98.613***	***0.001***	***0.013***	***13.007***	
piektdiena, 31.maijs										
Pusdienas										
50128	Buljons ar dārzeņiem	250	36	1.9562	0.4244	6.0584	0.0002	0	3.3429	9
51750	Krējums skābs	20	40	0.52	4.	0.54	0	0	0	7
55560	Vistas gaļa karija mērcē	120	191	15.0806	13.0929	3.1026	0.0006	0	0.332	1,7
50653	Vārīti rīsi	200	227	4.488	0.396	51.282	0.0002	0	0.924	
52153	Ķīnas kāpostu salāti ar dillēm un eļļu	120	78	1.83	6.846	3.288	0.0001	0.0006	1.242	
55804	Rudzu maize	40	104	3.44	0.56	20.08	0	0	2.2	1
54694	Ķiršu dzēriens	200	88	0.33	0.09	20.9	0	0	0.41	
	Kopā:		*863.31*	*27.645*	*25.409*	*105.251*	*0.001*	*0.001*	*8.451*	
	Diena kopā :		***863.31***	***27.645***	***25.409***	***105.251***	***0.001***	***0.001***	***8.451***	