SIA «Baltic Restaurants Latvia»
Elizabetes iela 20, Riga, LV-1050
PVN LV 40003556833
AS «SEB banka» kods: UNLALV2X
Konts EUR - LV31 UNLA 0050 0004 8151 0
Konts EUR - LV18 UNLA 0050 0174 4470 3

Daily

Linda Brūvere

Med. māsa Bitare

Nedēļas Ēdienkarte

Grupa 7.-9.klase

Papildus 3x nedēļā LAD programma "Piens un Augļi skolai"(Pirmsskola un no 1.-9. klasei)

BEZGLUTĒNA

		Svars (g)	Enerģētis kā vērtība (kkal)	Olbaltum vielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alergēni
pirmdiena, 29.aprīlis										
Pusdienas										
56022	Skābeņu zupa	200	180	10.234	12.5284	6.246	0.0002	0	1.748	
51750	Krējums skābs	5	10	0.13	1.	0.135	0	0	0	7
56239	Makaroni ar malto gaļu un dārzeņiem	200	358	13.004	17.163	37.614	0.0003	0	2.195	
54887	Kāpostu salāti ar redīsiem un zaļumu-kefīra mērci	70	27	1.1641	1.2474	2.6952	0.0004	0	1.4981	7
55968	Sausmaizīte BG/BL	20	73	1.92	0.46	14.86	0	0	0	
54870	Dzērveņu sīrupa dzēriens	200	82	0.0332	0	20.1856	0	0	0.5976	
	Kopā:		*729.207*	*26.485*	*32.399*	*81.736*	*0.001*	*0*	*6.039*	
	Diena kopā :		***729.207***	***26.485***	***32.399***	***81.736***	***0.001***	***0***	***6.039***	
otrdiena, 30.aprīlis										
Pusdienas										
52933	Frikadeļu zupa	250	249	7.2648	17.5301	15.0894	0.0003	0	4.0131	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	70	77	0.6752	7.3986	1.9183	0.0001	0.0005	0.6009	
51626	Kefīrs	200	96	6.	4.	9.	0	0	0	7
56184	Bezglutēna maize	40	88	0.1162	1.2912	18.92	0.0004	0	0	
	Kopā:		*758.882*	*19.726*	*35.92*	*88.765*	*0.002*	*0.001*	*7.867*	
	Diena kopā :		***758.882***	***19.726***	***35.92***	***88.765***	***0.002***	***0.001***	***7.867***	
trešdiena, 1.maijs										
Pusdienas										
52761	Krāsnī cepti vistas gabaliņi	70	174	17.8961	11.3591	0.0483	0.0001	0	0.0186	
51195	Vārīti griķi	150	166	3.7125	0.792	35.937	0.0001	0	1.584	
55160	Krējuma - tomātu mērce	50	92	0.7625	8.7703	2.3985	0	0	0.0132	7
52746	Kāpostu un biešu salāti ar āboliem	70	82	0.8512	6.468	5.0477	0.0005	0.0007	1.876	
56006	Šokolādes pudiņš	50	72	2.5475	3.3122	8.0448	0	0.005	0.608	7
54477	Ķiršu ķīselis	100	65	0.225	0.072	15.532	0	0.01	0.299	
56184	Bezglutēna maize	40	88	0.1162	1.2912	18.92	0.0004	0	0	
55934	Ūdens ar citronu	200	4	0.07	0.06	0.32	0	0	0	
	Kopā:		*741.249*	*26.181*	*32.125*	*86.248*	*0.001*	*0.016*	*4.399*	
	Diena kopā :		***741.249***	***26.181***	***32.125***	***86.248***	***0.001***	***0.016***	***4.399***	
ceturtdiena, 2.maijs										
Pusdienas										
53799	Svaigu kāpostu zupa	200	148	2.98	11.5384	7.796	0.0002	0	2.723	
51750	Krējums skābs	5	10	0.13	1.	0.135	0	0	0	7
52929	Zivju kotlete	70	152	11.6114	7.7561	9.0125	0.0001	0	0.4938	4
53925	Kartupeļu biezputra	150	127	4.0605	1.4288	23.718	0.0001	0	3.15	7
51668	Burkānu salāti ar eļļu	100	102	0.95	8.19	6.057	0.0003	0.0015	3.42	
54873	Ābolu sulas dzēriens	200	76	0.08	0	18.86	0	0.01	0	
56184	Bezglutēna maize	40	88	0.1162	1.2912	18.92	0.0004	0	0	
	Kopā:		*702.83*	*19.928*	*31.205*	*84.499*	*0.001*	*0.012*	*9.787*	
	Diena kopā :		***702.83***	***19.928***	***31.205***	***84.499***	***0.001***	***0.012***	***9.787***	
piektdiena, 3.maijs										
Pusdienas										
55914	Kabaču pupiņu zupa ar dārzeņiem	250	108	4.2139	5.0799	11.1541	0.0012	0	4.5694	9
51750	Krējums skābs	10	20	0.26	2.	0.27	0	0	0	7
56649	Vistas gaļa karija mērcē	100	171	12.1126	12.4107	2.8075	0.0001	0	0.3282	
50653	Vārīti rīsi	150	170	3.366	0.297	38.4615	0.0001	0	0.693	
52153	Ķīnas kāpostu salāti ar dillēm un eļļu	100	65	1.525	5.705	2.74	0.0001	0.0005	1.035	
56184	Bezglutēna maize	40	88	0.1162	1.2912	18.92	0.0004	0	0	
54694	Ķiršu dzēriens	200	88	0.33	0.09	20.9	0	0	0.41	
	Kopā:		*709.419*	*21.924*	*26.874*	*95.253*	*0.002*	*0.001*	*7.036*	
	Diena kopā :		***709.419***	***21.924***	***26.874***	***95.253***	***0.002***	***0.001***	***7.036***	