SIA «Baltic Restaurants Latvia»
Elizabetes iela 20, Rīga, LV-1050
PVN LV 40003553333
AS «SEB banka» kods UNLALV2X
Konts EUR - LV31 UNLA 0004 8151 0
Konts EUR - LV78 UNLA 0174 4400 3

Linda Brūvere

Daily

Med. māsa Britāne

Nedēļas ēdienkarte

Grupa 7.-9.klase

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

Bez glutēna

		Svars (g)	Enerģētis kā vērtība (kkal)	Olbaltum vielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alergēni
pirmdiena, 2.marts										
Pusdienas										
53792	Biešu zupa ar kartupeļiem	250	84	2.1052	2.7662	12.3261	0.001	0.0008	3.6953	9
56239	Makaroni ar maltu cūkgaļu un dārzeņiem	220	394	14.3044	18.8793	41.3754	0.0004	0	2.4145	
53985	Kāpostu salāti ar burkāniem un eļļu	120	66	1.5984	3.8352	6.2088	0.0001	0.0012	3.6	
55154	Graudu maize bezglutēna	60	137	3.06	3.06	24.48	0	0	0	
55933	Ūdens ar cidoniju garšu	200	47	0.02	0.02	11.54	0	0	0	
	Kopā:		*728.751*	*21.088*	*28.561*	*95.93*	*0.002*	*0.002*	*9.71*	
	Diena kopā :		***728.751***	***21.088***	***28.561***	***95.93***	***0.002***	***0.002***	***9.71***	
otrdiena, 3.marts										
Pusdienas										
56780	Gulašzupa	200	213	11.1788	15.545	6.9526	0.0016	0	1.1156	
50653	Vārīti rīsi	150	170	3.366	0.297	38.4615	0.0001	0	0.693	
55960	Sautēti dārzeņi	50	18	1.1565	0.6265	1.883	0	0	1.644	
50807	Siera mērce ar ķiploku	50	112	6.3936	9.3333	0.5881	0	0	0.0171	1,7
55154	Graudu maize bezglutēna	60	137	3.06	3.06	24.48	0	0	0	
52153	Ķīnas kāpostu salāti ar dillēm un eļļu	100	42	1.525	3.205	2.74	0.0001	0.0005	1.035	
54870	Dzērveņu sīrupa dzēriens	200	82	0.0332	0	20.1856	0	0	0.5976	
	Kopā:		*775.131*	*26.713*	*32.067*	*95.291*	*0.002*	*0.001*	*5.102*	
	Diena kopā :		***775.131***	***26.713***	***32.067***	***95.291***	***0.002***	***0.001***	***5.102***	
trešdiena, 4.marts										
Pusdienas										
53590	Cepts vistas giross	80	237	15.5712	18.692	0.456	0.0001	0	0	10,3,7
52346	Krējuma un tomātu mērce	50	52	0.4085	4.7399	1.9586	0	0	0.0307	1,7
50219	Vārīti kartupeļi	200	149	4.24	0.212	31.376	0.0002	0	4.452	
55230	Burkānu salāti ar krējumu	100	62	1.3648	4.1635	4.611	0.0002	0	2.88	7
55868	Piena kokteilis ar zemenēm	200	122	4.64	2.84	19.13	0	0.01	0.96	7
55154	Graudu maize bezglutēna	60	137	3.06	3.06	24.48	0	0	0	
	Kopā:		*758.876*	*29.285*	*33.707*	*82.012*	*0.001*	*0.01*	*8.323*	
	Diena kopā :		***758.876***	***29.285***	***33.707***	***82.012***	***0.001***	***0.01***	***8.323***	
ceturtdiena, 5.marts										
Pusdienas										
53791	Zivju zupa	250	76	7.4418	1.1292	8.7478	0.001	0	3.91	4,9
51750	Krējums skābs	25	50	0.65	5.	0.675	0	0	0	7
55165	Cūkgaļas strogonovs	120	175	13.1189	12.4266	2.5867	0.0001	0	0.278	
51195	Vārīti griķi	200	221	4.95	1.056	47.916	0.0002	0	2.112	
56366	Biešu - burkānu salāti	100	82	1.3535	5.133	7.4358	0.0001	0.0001	2.83	
56035	Jāņogu dzēriens	200	29	0.447	0.086	5.944	0	0.004	1.4	
55968	Bezglutēna un bezlaktozes sausmaizīte	60	218	5.76	1.38	44.58	0	0	0	
	Kopā:		*851.479*	*33.721*	*26.211*	*117.885*	*0.001*	*0.004*	*10.53*	
	Diena kopā :		***851.479***	***33.721***	***26.211***	***117.885***	***0.001***	***0.004***	***10.53***	
piektdiena, 6.marts										
Pusdienas										
51226	Šķelto zirņu zupa	200	144	7.7342	5.7784	14.9416	0.0002	0	5.4353	9
51750	Krējums skābs	10	20	0.26	2.	0.27	0	0	0	7
51536	Plovs ar cūkgaļu	230	464	17.6281	19.0571	55.3511	0.0009	0	2.7276	
52329	Ķīnas kāpostu salāti ar dillēm un kukurūzu	100	66	1.7825	4.8525	4.4451	0.0001	0.0002	0.8675	
55968	Bezglutēna un bezlaktozes sausmaizīte	40	146	3.84	0.92	29.72	0	0	0	
54870	Dzērveņu sīrupa dzēriens	200	82	0.0332	0	20.1856	0	0	0.5976	
	Kopā:		*921.217*	*31.278*	*32.608*	*124.913*	*0.001*	*0.*	*9.628*	
	Diena kopā :		***921.217***	***31.278***	***32.608***	***124.913***	***0.001***	***0.***	***9.628***	