SASKAŅOTS
Gundega Muceniece
direktors

Daily

SIA "Baltic Restaurants Latvia"
Reg. Nr. LV40003556833
Elizabetes iela 20, Rīga, LV-1050, Latvija
AS SEB banka, SWIFT: UNLALV2X
LV31UNLA0050 0004 81510
Linda Brūvere

Nedēļas ēdienkarte

Grupa

10.-12.klase

Bez glutēna

pirmdiena, 26.maijs	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alergēni
Pusdienas									
Buljons ar bezglutēna makaroniem	250	54	1.432	0.925	9.88	0.5		1.574	
Krējums skābs	10	20	0.26	2.	0.27				7.
Cūkgaļas strogonovs	130	189	14.212	13.462	2.802	0.13		0.301	
Vārīti bezglutēna makaroni	200	290	3.01	4.91	58.1	0.2		1.05	
Sviests	10	75	0.06	8.25	0.44				7.
Balto redīsu un gurķu salāti ar krējumu	120	51	1.439	3.767	2.681			1.186	7.
Graudu maize bezglutēna	80	183	4.08	4.08	32.64				
Augļu un ogu dzēriens	200	31	0.312	0.272	6.43		1.	1.624	
kopā:		**894**	**24.81**	**37.67**	**113.24**	**0.830**	**1.000**	**5.735**	

otrdiena, 27.maijs	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alergēni
Pusdienas									
Biešu zupa ar kartupeļiem	250	83	2.105	2.766	12.326	0.25	0.75	3.695	9
Krējums skābs	10	20	0.26	2.	0.27				7
Plovs ar cūkgaļu	220	443	16.862	18.229	52.945	0.88		2.609	
Svaigu dārzeņu salāti ar eļļas mērci	100	86	1.006	8.173	2.612	0.1	0.6	0.888	
Kefīrs	150	72	4.5	3.	6.75				7.
Bezglutēna maize	60	131	0.174	1.937	28.38	0.6			
kopā:		**836**	**24.91**	**36.11**	**103.28**	**1.830**	**1.350**	**7.192**	

trešdiena, 28.maijs	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alergēni
Pusdienas									
Tvaicēta vistas gaļas kotlete	80	184	12.957	13.151	2.658	0.08		0.23	3.
Kartupeļu biezputra	220	186	5.955	2.096	34.786	0.22		4.62	7.
Sviests	10	75	0.06	8.25	0.44				7.
Ķīnas kāpostu salāti ar dillēm un eļļu	120	50	1.83	3.846	3.288	0.12	0.6	1.242	
Bezglutēna maize	90	197	0.261	2.905	42.57	0.9			
Kārtainais augļu un ogu kokteilis	250	114	1.862	0.854	24.28			4.145	
Ūdens ar citronu	200	4	0.07	0.06	0.32				
kopā:		**809**	**23.00**	**31.16**	**108.34**	**1.320**	**0.600**	**10.237**	

ceturtdiena, 29.maijs	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alergēni
Pusdienas									
Brīvs !!!									

piektdiena, 30.maijs	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alergēni
Pusdienas									
Brīvs !!!									