




Daily

SIA "Daily Restaurants Latvia"

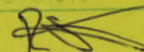
Reģ. Nr. LV40003556933

Elizabetes iela 30, Rīga, LV-1050, Latvija

AS SEB banka, SWIFT UNLA LV2X

LV31UNLA0050000181310

Rūdolfs Dālmanis



SASKAŅOTS

Gundega Muceniece
direktors

**Nedēļas ēdienkarte
Bez Glutena**

10.-12.klase

pirmdiena, 11.maijs		Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas										
Dārzeņu zupa	250	113	3.408	5.401	12.653	0.25			4.809	9.
Krējums skābs	10	20	0.26	2.	0.27					7.
Sautēta cūkgala ar dārzeni	90	132	9.766	9.712	1.405	0.36			0.801	
Vārīti bezglutēna makaroni	250	363	3.762	6.138	72.625	0.25			1.312	
Kāpostu un redīsu salāti ar kefīra mērci un zaļumiem	120	46	1.996	2.138	4.508	0.6			2.568	7.
Kefīrs	200	96	6.	4.	9.					7.
Bezglutēna maize	30	66	0.087	0.968	14.19	0.3				
kopā:		835	25.28	30.36	114.65	1.760	0	0	9.490	

otrdiena, 12.maijs		Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas										
Biešu zupa ar kartupeļiem un gaļu	250	228	10.447	16.054	10.494	0.25	0.825		2.65	
Krējums skābs	10	20	0.26	2.	0.27					7.
Plovs ar vistas gaļu	250	465	17.486	13.988	66.774	1.			3.094	
Svaigu dārzeņu salāti ar eļļas mērci	90	45	0.969	3.761	2.159	0.045	0.27		0.843	
Augļu dzēriens	200	65	0.315	0.234	15.159		6.		1.068	
Bezglutēna maize	30	66	0.087	0.968	14.19	0.3				
kopā:		889	29.56	37.01	109.05	1.595	7.095	0	7.655	

trešdiena, 13.maijs		Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas										
Cūkgalas bumbiņa ar dārzeni, bez miltiem	80	195	12.472	13.179	6.66	0.077			0.569	
Vārīti kartupeļi	200	149	4.24	0.212	31.376	0.2			4.452	
Burkānu salāti ar eļļu	90	64	0.864	4.673	4.596	0.18	0.45		3.11	
Vanīlas krēms uz augu tauku bāzes	50	119	1.018	8.461	9.668		6.			
Ogu ķīselis	100	99	0.32	0.102	23.644		5.		0.993	
Piens	200	96	6.4	4.	9.					7.
Bezglutēna maize	60	131	0.174	1.937	28.38	0.6				
kopā:		853	25.49	32.56	113.32	1.057	11.450	0	9.124	

Launags										
Bezglutēna maize	30	66	0.087	0.968	14.19	0.3				
kopā:		66	0.09	0.97	14.19	0.300	0	0	0	

ceturtdiena, 14.maijs		Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas										
Vistas gaļas zupa ar dārzeni	300	178	10.815	11.35	7.926	0.3			4.118	
Krējums skābs	5	10	0.13	1.	0.135					7.
Cūkgala saldā krējuma mērcē	120	229	13.333	16.729	6.212	0.24			0.532	7;9
Vārīti griķi	230	254	5.692	1.214	55.103	0.23			2.429	
Kāpostu gurķu salāti ar zaļumiem un eļļu	120	59	1.517	3.838	4.532	0.12			3.099	
Ūdens ar ogām	200	4	0.08	0.04	0.55					
Bezglutēna maize	60	131	0.174	1.937	28.38	0.6				
kopā:		864	31.74	36.11	102.84	1.490	0	0	10.178	

piektdiena, 15.maijs		Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas										
Dārzeņu biezenzupa	300	190	2.187	15.309	11.355	0.3			4.467	
Bezglutēna maizes grauzdiņi	20	47	0.58	1.4	7.94	0.02				
Zivju kotlete	70	165	12.354	8.72	9.524	0.006			0.554	4.
Kartupeļu biežputra	250	211	6.768	2.381	39.53	0.25			5.25	7.
Kīnas kāpostu salāti ar burkāniem	120	51	1.704	3.835	3.498	0.12	0.6		1.488	
Augļu un ogu dzēriens	200	29	0.312	0.272	5.931		0.5		1.624	
Bezglutēna maize	60	131	0.174	1.937	28.38	0.6				
kopā:		825	24.08	33.85	106.16	1.296	1.100	0	13.383	