

Rūdolfs Dālmanis
Ma Britāne

piektdiena, 21.novembris	Svars, g	Kcal	Olībaltumvi elas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvi las	Alerģēni
Pusdienas									
Rasolņiks	250	180	2.572	10.354	18.525	1.02	1.25	3.387	9
Cūkgalas kotlete bez miltiem	70	224	13.362	16.21	6.34	0.084		0.022	
Micīti kartupeļi ar dārzeņu buljonu	200	143	4.103	0.223	30.012	0.2		4.465	9
Burkānu salāti ar eļļu	120	90	1.116	6.223	7.153	0.36	1.8	4.018	
Bezglutēna maize	40	88	0.116	1.291	18.92	0.4			
Ēdens ar upenēm	200	4	0.13	0.02	0.61			0.68	
kopā:		729	21.40	34.32	81.56	2.064	3.050	12.572	