

[Handwritten Signature]
SASKAŅOTS
 Gundega Muceniece
 direktors



SIA "Baltic Restaurants Latvia"
 Reģ. Nr. LV40003456633
 Elizabetes iela 20, Rīga, LV-1050, Latvija
 AS SEB banka SWIFT UNLALV2X
 LV37ONLA0050000481910

Rūdolfs Dālmanis

[Handwritten Signature]

Nedēļas ēdienkarte
Grupa

10.-12.klase

pirmdiena, 18.maijs	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas									
Vistas buljona zupa ar rīsiem	250	130	5.677	4.872	15.695	0.212		1.928	
Krējums skābs	5	10	0.13	1.	0.135				7.
Cūkgālas strogonovs	120	243	13.849	18.343	5.79	0.36		0.196	7.
Vārīti griķi	200	221	4.95	1.056	47.916	0.2		2.112	
Balto redīsu un gurķu salāti ar krējumu	100	43	1.199	3.139	2.234			0.988	7.
Augļu un ogu dzēriens	200	29	0.312	0.272	5.931		0.5	1.624	
Rudzu maize	80	207	6.88	1.12	40.16			4.4	1.
kopā:		883	33.00	29.80	117.86	0.772	0.500	11.248	

19.05.2026	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas									
Svaigu kāpostu zupa ar cūkgālu	200	94	3.072	5.582	7.641	0.2		3.173	
Plovs ar cūkgālu	250	509	19.28	20.725	61.524	1.		2.989	
Biešu - burkānu salāti	100	54	1.35	2.13	7.32	0.2		2.83	
Kefīrs	200	96	6.	4.	9.				7.
Rudzu maize	60	155	5.16	0.84	30.12			3.3	1.
kopā:		909	34.86	33.28	115.61	1.400	0	12.292	

trešdiena, 20.maijs	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas									
Cūkgālas teftelis	100	222	13.975	13.556	10.805	0.12		0.577	1;3;7
Kartupeļu biežputra	230	194	6.226	2.191	36.368	0.23		4.83	7.
Kīnas kāpostu salāti ar dillēm un eļļu	100	22	1.525	1.205	2.241	0.4		1.035	
Rudzu maize	70	181	6.02	0.98	35.14			3.85	1.
Persiku un jogurta kokteilis	150	117	3.539	2.03	21.951			0.644	7.
Ūdens ar citronu	200	4	0.07	0.06	0.32				
Sviests 82%	10	74	0.05	8.2	0.08			0.18	7.
kopā:		815	31.41	28.22	106.91	0.750	0	11.116	

ceturtdiena, 21.maijs	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas									
Dārzenu un sakņu siera zupa	250	147	5.36	9.254	10.334			3.355	7.
Maltas vistas gaļas mērce	100	159	10.789	10.227	5.97	0.3		0.566	7.
Vārīta pasta - makaroni	200	346	11.193	3.547	65.975	0.8			1.
Burkānu salāti ar eļļu	90	64	0.864	4.673	4.596	0.18	0.45	3.11	
Kefīrs	200	96	6.	4.	9.				7.
Rudzu maize	40	104	3.44	0.56	20.08			2.2	1.
kopā:		916	37.65	32.26	115.96	1.280	0.450	9.231	

piektdiena, 22.maijs	Svars, g	Kcal	Olbaltumvielas	Tauki	Ogļhidrāti	Sāls	Cukurs	Šķiedrvielas	Alerģēni
Pusdienas									
Biešu zupa	250	80	2.105	2.766	11.578	0.25		3.695	9.
Krējums skābs	10	20	0.26	2.	0.27				7.
Cepti vistas stīlbīni	90	211	21.038	13.783	0.755	0.36		0.028	
Vārīti rīsi	200	227	4.488	0.396	51.282	0.2		0.924	
Saldā krējuma mērce ar ķiploku	70	70	0.686	6.339	2.611	0.07		0.049	1;7
Jauno kāpostu un gurķu salāti ar eļļas mērci	100	52	1.196	3.557	3.813	0.075	0.275	2.282	
Jānogu dzēriens	200	27	0.227	0.046	5.982		5.	0.7	
Rudzu maize	70	181	6.02	0.98	35.14			3.85	1.
kopā:		869	36.02	29.87	111.43	0.955	5.275	11.528	