



Ēdienkarte

No **06-dec.-21**
Līdz **10-dec.-21**

Žaks 2 SIA (2) Launaga ēdienkarte

Mainoties
pasūtījumam
Iespējamās
izmaiņas

Pirmdiena		11	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
<u>Biezpiena un ābolu sacepums</u>	*A01,A03,A07	80 gr. (+/- 10%)	10.6	5.1	19.2	166	
<u>Skābais krējums</u>	*A07	10 gr. (+/- 10%)	0.3	2.0	0.3	21	
<u>Tēja</u>		150 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	7.5	32	
Kopā :			11.2	7.2	27.0	219	
Otrdiena		14	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
<u>Mannas biezputra</u>	*A01,A07	200 gr. (+/- 10%)	6.5	2.4	29.1	163	
<u>Ievārījums</u>		10 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	6.1	25	
<u>Zāļu tēja</u>		150 gr. (+/- 10%)	0.0	0.0	5.3	21	
Kopā :			6.5	2.5	40.4	209	
Trešdiena		11	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
<u>Ķirbju mīklas pankūciņas</u>	*A01,A03	100 gr. (+/- 10%)	5.2	7.7	28.3	207	
<u>Ievārījums</u>		10 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	6.1	25	
<u>Tēja</u>		150 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	7.5	32	
Kopā :			5.7	7.8	41.9	264	
Ceturtdiena		11	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
<u>Piecu graudu pārslu biezputra</u>	*A01,A07	120 gr. (+/- 10%)	3.3	3.5	14.6	107	
<u>Ievārījums</u>		10 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	6.1	25	
<u>Tēja</u>		150 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	7.5	32	
Kopā :			3.8	3.6	28.2	164	
Piektdiena		11	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
<u>Piena zupa ar makaroniem</u>	*A01,A07	200 gr. (+/- 10%)	7.9	3.4	29.1	177	
<u>Kliju maize ar sviestu</u>	*A01,A07	18 gr. (+/- 10%)	2.1	3.2	8.3	72	
Kopā :			10.0	6.5	37.4	249	

*Iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: / ↓

	Olbalt.	/	Tauki	/	Ogļhidr.	/	Kcal.
Kartē	37.2		27.6		175.0		1105