



# Ēdienkarte

No **07-febr.-22**  
Līdz **11-febr.-22**

## Žaks 2 SIA (2) Launaga ēdienkarte

Mainoties  
pasūtījumam  
Iespējamas  
izmaiņas

Pirmdiena		4	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
<b>Kviešu maize ar biezpiena masu</b>	*A01,A07	70 gr. (+/- 10%)	7.1	5.9	17.2	152	
<b>Tēja</b>		150 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	8.3	32	
<b>Kopā :</b>			<b>7.5</b>	<b>6.0</b>	<b>25.5</b>	<b>184</b>	
Otrdiena		4	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
<b>Ābolu mīklas pankūciņas</b>	*A01,A03,A07	100 gr. (+/- 10%)	3.8	6.9	27.1	183	
<b>Ievārījums</b>		10 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	6.1	25	
<b>Tēja</b>		150 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	8.3	32	
<b>Kopā :</b>			<b>4.2</b>	<b>7.0</b>	<b>41.5</b>	<b>240</b>	
Trešdiena		4	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
<b>Piena zupa ar rīsiem</b>	*A07	200 gr. (+/- 10%)	6.8	3.0	30.1	174	
<b>Kviešu maize ar sviestu</b>	*A01,A07	18 gr. (+/- 10%)	1.3	2.9	8.1	62	
<b>Kopā :</b>			<b>8.0</b>	<b>5.9</b>	<b>38.2</b>	<b>236</b>	
Ceturtdiena		4	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
<b>Auzu pārslu biezputra</b>	*A01,A07	200 gr. (+/- 10%)	6.9	4.1	27.5	174	
<b>Ievārījums</b>		10 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	6.1	25	
<b>Kakao ar pienu</b>		150 gr. (+/- 10%)	3.1	2.6	9.6	74	
<b>Kopā :</b>			<b>10.1</b>	<b>6.7</b>	<b>43.2</b>	<b>273</b>	
Piekdiena		4	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
<b>Pasta ar rīvētu puscieto sieru</b>	*A01,A07	120 gr. (+/- 10%)	8.1	12.2	23.1	234	
<b>Tēja</b>		150 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	8.3	32	
<b>Kopā :</b>			<b>8.5</b>	<b>12.2</b>	<b>31.4</b>	<b>266</b>	

\*Iespējams ēdiens satur  
norādītās grupas alergēnus

: / ↓

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	38.3	37.7	179.9	1200