



# Ēdienkarte

No **28-febr.-22**  
Līdz **04-marts-22**

## Žaks 2 SIA (2) Launaga ēdienkarte

Mainoties  
pasūtījumam  
Iespējamās  
izmaiņas

| Pirmdiena                             |          | 7                 | 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                              |          | 7                 | Svars       | Uzturvērtības porcijā |             |            |       |
|                                       |          |                   |             | Olbalt. /             | Tauki /     | Ogļhidr. / | Kcal. |
| <b>Kukurūzas putrainu biezputra</b>   | *A07     | 200 gr. (+/- 10%) | 5.8         | 4.7                   | 29.9        | 191        |       |
| <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>6.2</b>  | <b>4.8</b>            | <b>44.3</b> | <b>248</b> |       |
| Trešdiena                             |          | 7                 | 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                           |          | 7                 | 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> |       |
| Piektdiena                            |          | 7                 | Svars       | Uzturvērtības porcijā |             |            |       |
|                                       |          |                   |             | Olbalt. /             | Tauki /     | Ogļhidr. / | Kcal. |
| <b>Pasta ar rīvētu puscieta 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 | 40.3    | 35.5  | 182.7    | 1207  |