



Ēdienkarte

No **31-janv.-22**Līdz **04-febr.-22**

Žaks 2 SIA (2) Launaga ēdienkarte

Mainoties
pasūtījumam
iespējamas
izmaiņas

Pirmdiena		11	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Graudaugu pārslas ar pienu	*A07	180 gr. (+/- 10%)	6.9	3.6	29.5	182	
Kopā :			6.9	3.6	29.5	182	
Otrdiena		11	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Kukurūzas putrainu biezputra	*A07	200 gr. (+/- 10%)	5.8	4.7	29.9	191	
Ievārijums		10 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	6.1	25	
Kakao ar pienu		150 gr. (+/- 10%)	3.1	2.6	9.6	74	
Kopā :			8.9	7.3	45.6	290	
Trešdiena		11	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Rauga mīklas pufīgās pankūkas	*A01,A07	100 gr. (+/- 10%)	5.5	8.6	28.8	217	
Ievārijums		10 gr. (+/- 10%)	0.1	0.0	6.1	25	
Tēja		150 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	8.3	32	
Kopā :			5.9	8.7	43.3	274	
Ceturtdiena		5	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Smalkmaizīte	*A01	60 gr. (+/- 10%)	3.7	6.8	36.6	224	
Tēja		150 gr. (+/- 10%)	0.4	0.1	8.3	32	
Kopā :			4.1	6.9	44.9	256	
Piektdiena		5	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Piena zupa ar makaroniem	*A01,A07	220 gr. (+/- 10%)	8.6	3.7	32.0	195	
Kliju maize ar sviestu	*A01,A07	18 gr. (+/- 10%)	2.1	3.2	8.3	72	
Kopā :			10.8	6.9	40.3	267	

*iespējams ēdiens satur
norādītās grupas alergēnus

: / 1

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	36.6	33.4	203.7	1269