

## Ēdienkarte

SIA Miesnieks  
Ziemeļkurzemes slimnīcaMainoties  
pasūtījumam  
iespējamas  
izmaiņas

Brokastis		1	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Tēja /sl./			200 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	16,8	61
Ievārijums (sl.)			20 gr. (+/- 10%)	0,1	0,1	12,2	50
Biezpiens ar krējumu		*A07	60 gr. (+/- 10%)	6,9	8,6	1,3	111
Kukurūzas biezputra		*A01,A07	180 gr. (+/- 10%)	7,5	3,9	34,6	248
Sēklu maize		*A01	15 gr. (+/- 10%)	1,2	0,2	7,5	36
<b>Kopā :</b>				15,7	12,8	72,4	507
Pusdienas		5	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Vistas makaronu zupa (sl.)		*A01	250 gr. (+/- 10%)	22,2	17,0	37,5	382
Vārīti kartupeļi			150 gr. (+/- 10%)	3,2	0,0	23,7	112
Maltās gaļas mērce (s.)		*A01,A07	100 gr. (+/- 10%)	12,6	18,8	1,9	401
Biešu salāti ar sīpoliem		*A03,A07,A10	50 gr. (+/- 10%)	1,6	1,6	9,1	57
Rīgas klaips rudzu maize (sl.)		*A01	45 gr. (+/- 10%)	2,8	0,4	20,6	98
<b>Kopā :</b>				42,4	37,9	92,8	1 050
Launags		9	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Tēja /sl./			250 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	21,0	76
Sviestmaize ar olu		*A01,A03,A07,A10	60 gr. (+/- 10%)	5,2	4,1	13,2	191
<b>Kopā :</b>				5,2	4,1	34,2	267
Vakariņas		13	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Risotto		*A01	200 gr. (+/- 10%)	17,5	37,3	43,9	754
Rīgas klaips rudzu maize (sl.)		*A01	45 gr. (+/- 10%)	2,8	0,4	20,6	98
<b>Kopā :</b>				20,3	37,8	64,5	851

\*iespējams ēdiens satur  
norādītās grupas alergēnus

: / 1

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	83,7	92,5	263,9	2675

Sastādīja \_\_\_\_\_  
/ Kārše /

Apstiprinu \_\_\_\_\_

Apstiprinu \_\_\_\_\_

# Ēdienkarte

SIA Miesnieks  
Ziemeļkurzemes slimnīca

Mainoties  
pasūtījumam  
iespējamas  
izmaiņas

Brokastis		1	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Tēja /sl./			250 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	21,0	76
Ievārijums (sl.)			20 gr. (+/- 10%)	0,1	0,1	12,2	50
Auzu pārslu biezputra (sl.)		*A01,A07	250 gr. (+/- 10%)	18,8	7,7	56,2	367
<b>Kopā :</b>			<b>18,9</b>	<b>7,8</b>	<b>89,4</b>	<b>493</b>	
Pusdienas		5	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Vārīti kartupeļi /sl.			200 gr. (+/- 10%)	6,1	0,0	35,9	199
Mērce (sl.)		*A01,A07	50 gr. (+/- 10%)	0,4	2,0	2,5	30
Aknu plācenīši		*A01	70 gr. (+/- 10%)	11,4	9,0	3,5	208
Burkānu salāti		*A03,A07,A10	50 gr. (+/- 10%)	0,6	3,4	3,2	48
Maizes ķīselis		*A01,A12	200 gr. (+/- 10%)	3,6	0,5	88,8	411
Putukrējums		*A07	25 gr. (+/- 10%)	0,4	5,5	8,8	86
Rīgas klaips rudzu maize (sl.)		*A01	45 gr. (+/- 10%)	2,8	0,4	20,6	98
<b>Kopā :</b>			<b>25,4</b>	<b>20,9</b>	<b>163,4</b>	<b>1 081</b>	
Launags		9	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Sulas dzēriens			250 gr. (+/- 10%)	0,9	0,3	20,1	85
Sviestmaize ar desu		*A01,A06,A07,A09,A11	55 gr. (+/- 10%)	4,8	10,4	13,3	212
<b>Kopā :</b>			<b>5,8</b>	<b>10,7</b>	<b>33,3</b>	<b>297</b>	
Vakariņas		13	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Rasolņiku zupa (sl.)		*A01,A03	250 gr. (+/- 10%)	7,6	13,4	16,4	215
Rīgas klaips rudzu maize (sl.)		*A01	45 gr. (+/- 10%)	2,8	0,4	20,6	98
<b>Kopā :</b>			<b>10,4</b>	<b>13,9</b>	<b>37,0</b>	<b>313</b>	

\*iespējams ēdiens satur  
norādītās grupas alergēnus

: / 1

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	60,4	53,2	323,1	2183

Sastādīja \_\_\_\_\_  
/ Kārše /

Apstiprinu \_\_\_\_\_

Apstiprinu \_\_\_\_\_

## Ēdienkarte

SIA Miesnieks  
Ziemeļkurzemes slimnīcaMainoties  
pasūtījumam  
iespējamas  
izmaiņas

Brokastis		1	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Tēja /sl./			250 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	21,0	76
Ievārijums (sl.)			20 gr. (+/- 10%)	0,1	0,1	12,2	50
Manna biezputra (sl.)		*A01,A07	250 gr. (+/- 10%)	11,5	9,7	54,4	418
			<b>Kopā :</b>	<b>11,6</b>	<b>9,8</b>	<b>87,6</b>	<b>544</b>
Pusdienas		5	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Frikadēlu zupa		*A01	250 gr. (+/- 10%)	12,1	9,1	21,1	345
Griķotto		*A01	200 gr. (+/- 10%)	19,2	9,2	38,0	537
Rīgas klaips rudzu maize (sl.)		*A01	45 gr. (+/- 10%)	2,8	0,4	20,6	98
			<b>Kopā :</b>	<b>34,1</b>	<b>18,7</b>	<b>79,8</b>	<b>980</b>
Launags		10	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Tēja /sl./			250 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	21,0	76
Bulciņa		*A03,A07	80 gr. (+/- 10%)	6,1	17,4	41,4	325
			<b>Kopā :</b>	<b>6,1</b>	<b>17,4</b>	<b>62,4</b>	<b>401</b>
Vakariņas		14	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Pildītas pankūkas ar biezpienu		*A01,A03,A07	200 gr. (+/- 10%)	15,2	9,6	40,0	286
Skābais krējums		*A07	20 gr. (+/- 10%)	0,5	5,0	0,5	49
			<b>Kopā :</b>	<b>15,7</b>	<b>14,6</b>	<b>40,5</b>	<b>335</b>

\*iespējams ēdiens satur  
norādītās grupas alergēnus

: / 1

	Olbalt.	/ Tauki	/ Oglhidr.	/ Kcal.
Kartē	67,5	60,5	270,2	2260

Sastādīja \_\_\_\_\_  
/ Kārše /

Apstiprinu \_\_\_\_\_

Apstiprinu \_\_\_\_\_

# Ēdienkarte

SIA Miesnieks  
Ziemeļkurzemes slimnīca

Mainoties  
pasūtījumam  
iespējamas  
izmaiņas

Brokastis		1	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Tēja /sl./			250 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	21,0	76
Ievārijums (sl.)			20 gr. (+/- 10%)	0,1	0,1	12,2	50
Rīsu biezputra		*A01,A07	200 gr. (+/- 10%)	8,3	12,0	51,0	351
Olu kultenis		*A03,A07	60 gr. (+/- 10%)	6,4	6,5	0,9	121
Sēklu maize		*A01	15 gr. (+/- 10%)	1,2	0,2	7,5	36
			<b>Kopā :</b>	<b>16,0</b>	<b>18,7</b>	<b>92,6</b>	<b>635</b>
Pusdienas		5	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Sēņu zupa		*A01,A03,A07,A08	250 gr. (+/- 10%)	10,4	10,6	21,7	229
Makaroni ar gaļu		*A01	200 gr. (+/- 10%)	23,9	12,5	81,7	655
Burkānu salāti		*A03,A07,A10	50 gr. (+/- 10%)	0,6	3,4	3,2	48
Rīgas klaips rudzu maize		*A01	30 gr. (+/- 10%)	1,9	0,3	13,7	65
			<b>Kopā :</b>	<b>36,8</b>	<b>26,8</b>	<b>120,4</b>	<b>996</b>
Launags		9	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Tēja /sl./			250 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	21,0	76
Sviestmaize ar sieru		*A01,A07	53 gr. (+/- 10%)	6,0	8,8	12,6	208
			<b>Kopā :</b>	<b>6,0</b>	<b>8,8</b>	<b>33,6</b>	<b>285</b>
Vakariņas		13	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Slinkie tīteņi(sl.)		*A01	200 gr. (+/- 10%)	26,3	26,9	65,0	674
Rīgas klaips rudzu maize		*A01	30 gr. (+/- 10%)	1,9	0,3	13,7	65
			<b>Kopā :</b>	<b>28,1</b>	<b>27,2</b>	<b>78,8</b>	<b>739</b>

\*iespējams ēdiens satur  
norādītās grupas alergēnus

: / 1

	Olbalt.	/ Tauki	/ Oglhidr.	/ Kcal.
Kartē	87,0	81,5	325,4	2655

Sastādīja \_\_\_\_\_  
/ Kārše /

Apstiprinu \_\_\_\_\_

Apstiprinu \_\_\_\_\_

# Ēdienkarte

SIA Miesnieks  
Ziemeļkurzemes slimnīca

Mainoties  
pasūtījumam  
iespējamas  
izmaiņas

Brokastis		1	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Tēja /sl./			250 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	21,0	76
Ievārijums (sl.)			20 gr. (+/- 10%)	0,1	0,1	12,2	50
Prosu biezputra		*A01,A07	250 gr. (+/- 10%)	9,8	12,7	44,9	318
<b>Kopā :</b>				9,9	12,8	78,1	444
Pusdienas		5	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Makaronu buljonu zupa		*A01,A03	250 gr. (+/- 10%)	10,3	14,2	15,6	225
Sautēti kartupeļi		*A01,A07	200 gr. (+/- 10%)	3,7	15,8	17,2	398
Cepta vista			105 gr. (+/- 10%)	25,7	17,7	0,6	267
Marinētas bietes			50 gr. (+/- 10%)	0,4	0,0	2,9	14
Rīgas klaips rudzu maize (sl.)		*A01	45 gr. (+/- 10%)	2,8	0,4	20,6	98
<b>Kopā :</b>				43,0	48,1	57,0	1 002
Launags		9	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Auglis (sl.)			155 gr. (+/- 10%)	1,4	0,3	18,8	141
Jogurts		*A07	200 gr. (+/- 10%)	7,2	6,6	23,6	166
<b>Kopā :</b>				8,6	6,9	42,4	307
Vakariņas		13	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Dārzeņu, pupiņu sautējums		*A01,A08	200 gr. (+/- 10%)	19,5	1,3	60,3	334
Rīgas klaips rudzu maize (sl.)		*A01	45 gr. (+/- 10%)	2,8	0,4	20,6	98
<b>Kopā :</b>				22,3	1,8	80,9	432

\*iespējams ēdiens satur  
norādītās grupas alergēnus

: / 1

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	83,7	69,6	258,3	2185

# Ēdienkarte

SIA Miesnieks  
Ziemeļkurzemes slimnīca

Mainoties  
pasūtījumam  
Iespējamās  
izmaiņas

Brokastis		1	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Tēja /sl./			250 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	21,0	76
Ievārijums (sl.)			20 gr. (+/- 10%)	0,1	0,1	12,2	50
Kukurūzas biezputra (sl.)		*A01,A07	250 gr. (+/- 10%)	11,9	5,1	55,7	348
			<b>Kopā :</b>	12,0	5,2	88,9	474
Pusdienas		5	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Vārīti kartupeļi /sl.			200 gr. (+/- 10%)	6,1	0,0	35,9	199
Mērce (sl.)		*A01,A07	50 gr. (+/- 10%)	0,4	2,0	2,5	30
Cūkgalas tefteli (sl.)		*A01	70 gr. (+/- 10%)	12,0	13,9	3,1	351
Svaigu kāpostu,zirniņu salāti		*A01	50 gr. (+/- 10%)	0,7	2,1	3,6	69
Ogu ķīselis		*A01	200 gr. (+/- 10%)	0,5	1,6	35,0	229
Putukrējums		*A07	25 gr. (+/- 10%)	0,4	5,5	8,8	86
Rīgas klaips rudzu maize (sl.)		*A01	45 gr. (+/- 10%)	2,8	0,4	20,6	98
			<b>Kopā :</b>	22,9	25,5	109,6	1 063
Launags		9	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Sulas dzēriens			250 gr. (+/- 10%)	0,9	0,3	20,1	85
Bulciņa		*A03,A07	80 gr. (+/- 10%)	6,1	17,4	41,4	325
			<b>Kopā :</b>	7,0	17,8	61,4	409
Vakariņas		13	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. /	Tauki /	Ogļhidr. /	Kcal.
Zivju zupa (sl.)		*A01,A04	250 gr. (+/- 10%)	6,3	3,2	16,7	140
Rīgas klaips rudzu maize (sl.)		*A01	45 gr. (+/- 10%)	2,8	0,4	20,6	98
			<b>Kopā :</b>	9,1	3,7	37,3	238

\*iespējams ēdiens satur  
norādītās grupas alergēnus

: / 1

	Olbalt.	/ Tauki	/ Ogļhidr.	/ Kcal.
Kartē	50,9	52,2	297,3	2185

Sastādīja \_\_\_\_\_  
/ Kārše /

Apstiprinu \_\_\_\_\_

Apstiprinu \_\_\_\_\_

## Ēdienkarte

SIA Miesnieks  
Ziemeļkurzemes slimnīcaMainoties  
pasūtījumam  
iespējamas  
izmaiņas

Brokastis		1	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Tēja /sl./			250 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	21,0	76
Ievārijums (sl.)			20 gr. (+/- 10%)	0,1	0,1	12,2	50
Auzu pārslu biezputra (sl.)		*A01,A07	250 gr. (+/- 10%)	18,8	7,7	56,2	367
			<b>Kopā :</b>	18,9	7,8	89,4	493
Pusdienas		5	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Soļankas zupa		*A01,A03,A06,A07,A10	250 gr. (+/- 10%)	12,6	20,2	6,6	263
Grubotto		*A01	200 gr. (+/- 10%)	19,9	8,9	40,2	529
Rīgas klaips rudzu maize (sl.)		*A01	45 gr. (+/- 10%)	2,8	0,4	20,6	98
			<b>Kopā :</b>	35,2	29,5	67,4	890
Launags		9	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Tēja /sl./			250 gr. (+/- 10%)	0,0	0,0	21,0	76
Sviestmaize ar desu		*A01,A06,A07,A09,A11	55 gr. (+/- 10%)	4,8	10,4	13,3	212
			<b>Kopā :</b>	4,8	10,4	34,3	289
Vakariņas		13	Svars	Uzturvērtības porcijā			
				Olbalt. / Tauki / Oglhidr. / Kcal.			
Kartupeļu, zirņu salāti		*A03,A07,A10	180 gr. (+/- 10%)	3,1	17,3	19,4	290
Rīgas klaips rudzu maize (sl.)		*A01	45 gr. (+/- 10%)	2,8	0,4	20,6	98
			<b>Kopā :</b>	5,9	17,8	40,0	387

\*iespējams ēdiens satur  
norādītās grupas alergēnus

: / 1

	Olbalt.	/ Tauki	/ Oglhidr.	/ Kcal.
Kartē	64,8	65,5	231,1	2059

Sastādīja \_\_\_\_\_  
/ Kārše /

Apstiprinu \_\_\_\_\_

Apstiprinu \_\_\_\_\_