

SIA „UNTI”

Vidusskolas ēdnīca, Kanaviņu ielā 14, Alūksne

Piedāvato ēdienu sadales līnijas 5.-12. Klases skolēnu ēdināšanai.

ZUPAS

Nosaukums	Porcijas svars gramos	Kalorijas	Olbaltumvielas	Ogļhidrāti	Tauki
Pupiņu zupa	250	133.6	10.43	17.45	3.65
Makoronu zupa	250	134.31	8.1	15.25	3.67
Vistas rīsu zupa	250	97.2	6.58	10.5	3.35
Sv.kāpostu borščs	250	79.52	2.55	8.67	3.2
Sv.kāpostu zupa	250	73.53	2.1	6.95	3.2
Biešu zupa	250	52.86	2.09	7.6	0.7

SALĀTI

Ķīnas kāposti ar šampiņjoniem	100	37.2	1.37	1.97	2.6
Kāpostu salāti ar gurķiem	100	26.25	1.05	2.96	1.25
Bietes ar marinētiem gurķiem	100	36.95	1.15	5.66	1.25
Tomātu - puravu	100	52	1.8	3.6	3
Burkānu – zirnīšu	100	40	1.6	5.36	1.25
Sv.kāpostu un burkānu salāti eļļa	100	194.2	0.41	1.82	20
Burkāni ar sekliņām	100	44.1	67.6	2.6	7.2
Sv.tomātu, gurķu, kāpostu	100	31	0.47	1.6	2.5
Ķīnas kāposts ar dārzeņiem	100	31.24	0.44	1.52	2.5
Burkānu – redīsu	100	32.53	0.62	2.69	4.25

PIEDEVAS

Vārīti makaroni	200	314.3	10.5	57.7	37.3
Vārīti griķi	200	191.8	6.6	31.1	14.8
Vārīti rīsi	200	172.3	3.1	32.1	22.3
Kartupeļu biezenis	200	189.8	4.36	39.26	5.02
Vārīti kartupeļi	200	154	4	36	0

OTRIE ĒDIENI

Cepta zivs mīklā	75	118.8	7.5	1	6.6
Aknu plācenīši	75	112.1	12.5	4.3	5.1
Kurzemes strogonovs	75/50	261.2	11.59	3.3	12.24
Vistas cepetis	100	143.1	12.12	0.48	11.2
Makaroni ar gaļu	250	211.8	9.35	26.4	7.75
Dārzeņu sautējums	300	170.8	2.71	13.7	9.22
Kotlete	50/75	91.8/108.6	405.6/474.97	3.2/3.39	6.8/7.59
Šnicele	75	194	9.56	6.65	14.33
Gulašs	75/50	361.2	11.15	3.3	31.02
Vista krējuma mērcē	75/50	300.2	11.8	4.6	24.54
Plovs	250/75	307.1	13.9	29.5	13.6
Maltās gaļas mērce	75/50	149.1	7.06	4.35	10.37

SALDIE ĒDIENI

Jogurta krēms	100	188.2	1.58	18.2	10.7
Kakao krēms	100	193.6	0.76	20.04	8.67
Auzu pārslas ar putukrējumu	100	256.4	2.88	30	12.1