

Koolieine nädalamenüü 27.05.2024 - 31.05.2024

esmaspäev, 27.mai	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Hernesupp lihata	200	178	4.72	8.57	22.49	1
Hapukoor, R 20 %	20	41	0.56	4.00	0.72	2
Sidruni - kohupiimakreem	130	167	9.82	3.14	24.47	2
Leivatoode	25	72	2.05	0.84	13.31	1;11;2
Kokku :	458		17.15	16.55	60.99	

teisipäev, 28.mai	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Makaronid sealihaga	200	287	11.67	9.47	38.63	1
Peedi - kurgi salat	50	40	0.70	2.59	3.69	
Mahlajook	150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode	15	43	1.23	0.50	7.99	1;11;2
Kokku :	407		13.62	12.58	58.93	

kolmapäev, 29.mai	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kana mango-karikastmes	130	200	10.63	13.66	9.33	2
Keedetud riis	130	168	3.28	1.41	35.49	
Kapsasalat värske tomatiga	50	26	0.49	1.85	2.40	
Piparmündi tee	150	18	0	0	4.49	
Leivatoode	15	43	1.23	0.50	7.99	1;11;2
Kokku :	456		15.63	17.42	59.70	

neljapäev, 30.mai	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Köögivilja - tatarroog hakklihaga	200	217	13.01	3.75	34.25	
Valge redise - hapukooresalat	50	22	0.65	1.55	1.81	2
Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
Leivatoode	45	129	3.69	1.51	23.96	1;11;2
Kokku :	371		17.45	6.95	60.73	

reede, 31.mai	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kartuli - lillkapsavorm	200	211	9.76	10.66	20.41	1;2;3;7;8
Porgandi - porrulaugusalat	50	26	0.56	1.20	3.78	
Mahlajook	150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode	50	144	4.10	1.68	26.62	1;11;2
Kokku :	417		14.44	13.56	59.43	

Nädala keskmine :	422	15.66	13.41	59.96
10 päeva keskmine :	425	15.54	14.24	59.03

Täpsemat teavet toidu nimetuse ning allergiat või talumatust põhjustavate koostisosade kohta küsi teenindajalt või e-posti aadressilt: tootearendus@balticrest.com
 Joogivesi on koolisööklas iga päev tasuta kättesaadav.
 Pakume kuni 0.25 liitrit piima või piimatoodet koolipäevas ühe õpilase kohta.
 Oleme liitunud Euroopa Liidu koolipiima- ja puuvilja programmiga.

Kool

Koolisöökla juhataja