

## Koolieine nädalamenüü 01.04.2024 - 05.04.2024

esmaspäev, 1.aprill						
	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Läätse-köögiviljasupp veisehakklihaga	200	176	9.45	10.51	11.81	
Kama- kohupiimamagustoit	130	234	5.88	6.64	36.98	1;2
Leivatoode	20	57	1.64	0.67	10.65	1;11;2
Kokku :	468		16.97	17.82	59.44	

teisipäev, 2.aprill						
	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Riisi-karri-kalkuni värviline supertoit	200	235	11.47	7.64	29.23	
Valge redise - hapukooresalat	50	22	0.65	1.55	1.81	2
Mahlajook	150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode	30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
Kokku :	380		14.60	10.22	55.63	

kolmapäev, 3.aprill						
	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kana - paprikakaste	130	108	7.73	6.25	5.59	1;2
Keedetud makaronid	130	208	5.41	3.82	37.18	1
Kapsasalat värskel tomatiga	50	26	0.49	1.85	2.40	
Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
Leivatoode	30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
Kokku :	431		16.19	13.07	61.85	

neljapäev, 4.aprill						
	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Sealiha ahjuroog	200	204	13.20	8.51	19.70	2;3
Porgandisalat jõhvikatega	50	37	0.43	2.46	3.87	
Mahlajook	150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode	40	115	3.28	1.34	21.30	1;11;2
Kokku :	392		16.93	12.33	53.49	

reede, 5.aprill						
	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Koorene kalkunikaste	130	126	8.18	6.90	8.23	1;2
Keedetud riis	130	168	3.28	1.41	35.49	
Peedisalat õliga	50	45	0.84	2.60	4.57	
Piparmündi tee	150	18	0	0	4.49	
Leivatoode	20	57	1.64	0.67	10.65	1;11;2
Kokku :	414		13.94	11.58	63.43	

Nädala keskmine :	417	15.73	13	58.77	
10 päeva keskmine :					

Täpsemat teavet toidu nimetuse ning allergiat või talumatust põhjustavate koostisosade kohta küsi teenindajalt või e-posti aadressilt: [tootearendus@balticrest.com](mailto: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