

Koolieine nädalamenüü 15.04.2024 - 19.04.2024

	esmaspäev, 15.aprill	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Oasupp sealihaga		200	223	14.40	10.55	19.04	1;9
Maasika-jogurtidessert		120	179	2.39	5.73	29.06	2
Leivatoode		20	57	1.64	0.67	10.65	1;11;2
	Kokku :	460		18.43	16.95	58.75	

	teisipäev, 16.aprill	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Tatar hakklihaga		200	297	11.58	12.43	36.13	
Kõrvitsasalat punase sõstraga		50	14	0.43	0.09	3.42	
Mahlajook		150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode		20	57	1.64	0.67	10.65	1;11;2
	Kokku :	405		13.67	13.21	58.82	

	kolmapäev, 17.aprill	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Köögivilja-kikerhernekarri kalkunilihaga		130	132	7.56	8.10	7.97	
Keedetud makaronid		130	208	5.41	3.82	37.18	1
Peedisalat		50	22	0.80	0.10	4.35	
Maitsevesi		150	3	0.10	0.14	0.71	
Leivatoode		20	57	1.64	0.67	10.65	1;11;2
	Kokku :	421		15.51	12.83	60.86	

	neljapäev, 18.aprill	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kuskuss kana ja köögiviljadega		200	282	14.00	11.09	32.58	1
Punasekapsasalat õunttega		50	27	0.62	1.61	3.07	
Mahlajook		150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode		20	57	1.64	0.67	10.65	1;11;2
	Kokku :	402		16.28	13.39	54.92	

	reed, 19.aprill	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kalkuniguljašš		130	160	7.68	9.04	12.04	1;2
Keedetud kartulid		130	135	3.46	0.18	30.76	
Porgandi - porrulaugusalat		50	26	0.56	1.20	3.78	
Hibiskuse tee		150	18	0	0	4.49	
Leivatoode		25	72	2.05	0.84	13.31	1;11;2
	Kokku :	411		13.75	11.26	64.38	

Nädala keskmine :	420	15.53	13.53	59.55
10 päeva keskmine :	420	15.57	13.83	58.75

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