

Koolieine nädalamenüü 17.02.2025 - 21.02.2025

Grupp

vanus 7-9

esmaspäev, 17.veebruar		Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kaunviljapüreesupp		200	308	12.68	13.55	40.05	2
Röstitud sepikukuubikud		5	21	1.06	0.32	3.07	1;2
Maasika-jogurtidessert		80	98	2.81	5.14	10.01	2
Leivatoode		10	29	0.82	0.34	5.32	1;11;2
	Kokku :	456		17.37	19.35	58.45	

teisipäev, 18.veebruar		Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kartulivormiroog		200	230	10.43	5.02	36.65	10;2;3
Porgandisalat hernestega		50	37	0.60	2.20	4.31	
Mahlajook		150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode		30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
	Kokku :	389		13.51	8.25	65.55	

kolmapäev, 19.veebruar		Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Tomatine hakklihakaste		130	118	7.92	7.16	5.84	
Keedetud makaronid		130	208	5.41	3.82	37.18	1
Punasekapsasalat		50	35	0.81	2.35	3.10	
Maitsevesi		150	3	0.10	0.14	0.71	
Leivatoode		25	72	2.05	0.84	13.31	1;11;2
	Kokku :	435		16.29	14.31	60.14	

neljapäev, 20.veebruar		Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Tatar kalkunilihaga		200	269	13.69	11.09	30.12	
Peedisalat õunaga		50	39	0.48	2.13	4.62	
Mahlajook		150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode		20	57	1.64	0.67	10.65	1;11;2
	Kokku :	401		15.83	13.91	54.01	

reedel, 21.veebruar		Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Riisiroog hakklilhaga		200	240	8.15	12.69	22.98	
Koorene porgandisalat		50	18	0.61	0.30	3.67	2
Kummeli tee		150	18	0	0	4.49	
Leivatoode		40	115	3.28	1.34	21.30	1;11;2
	Kokku :	391		12.04	14.33	52.44	

Nädala keskmine :	414	15.01	14.03	58.12
10 päeva keskmine :	414	15.06	13.41	58.97

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 nädalas ühe õpilase kohta.

Oleme liitunud Euroopa Liidu koolipiima- ja puuvilja programmiga.

Kool

Koolisöökla juhataja