

Koolieine nädalamenüü 19.05.2025 - 23.05.2025

vanus 7-9

esmaspäev, 19.mai	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Külasupp sealihaga	200	170	8.98	9.48	13.43	1
Kirsi - jogurtidessert	120	129	5.67	2.50	20.63	2
Leivatoode	40	115	3.28	1.34	21.30	1;11;2
Kokku :	413		17.93	13.32	55.36	

teisipäev, 20.mai	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Makaroniroog juustuga	200	351	13.39	13.41	43.53	1;2;3
Hiinakapsasalat tilliga	50	19	0.81	1.15	1.65	
Mahlajook	150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode	15	43	1.23	0.50	7.99	1;11;2
Kokku :	450		15.45	15.08	61.79	

kolmapäev, 21.mai	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Sealihagulašš	130	169	7.57	10.09	12.14	1;2
Keedetud tatar	130	155	5.41	1.82	30.17	
Peedisalat õliga	50	45	0.84	2.60	4.57	
Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
Leivatoode	20	57	1.64	0.67	10.65	1;11;2
Kokku :	429		15.56	15.32	58.24	

neljapäev, 22.mai	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kana - kartuliroog	200	219	13.73	7.39	25.58	
Punasekapsasalat	50	35	0.81	2.35	3.10	
Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
Leivatoode	50	144	4.10	1.68	26.62	1;11;2
Kokku :	400		18.74	11.56	56.01	

reede, 23.mai	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kodune hakklihakaste	130	99	7.43	5.68	4.97	1;2
Keedetud kartulid	130	135	3.46	0.18	30.76	
Hiinakapsasalat kurgi ja maisiga	50	34	0.91	2.18	3.07	
Piparmündi tee	150	18	0	0	4.49	
Leivatoode	35	101	2.87	1.18	18.63	1;11;2
Kokku :	388		14.67	9.22	61.92	

Nädala keskmine :	416	16.47	12.9	58.66
10 päeva keskmine :	414	14.72	13.72	58.28

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