

Koolieine nädalamenüü 01.12.2025 - 05.12.2025

1–3 klass

esmaspäev, 1.detsember	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kõõgiviljasupp lihata	250	55	1.81	0.33	12.45	
Kohupiima - kamavaht	120	179	6.98	12.71	9.32	1;2
Leivatoode	50	144	4.10	1.68	26.62	1;11;2
Kokku :	378		12.89	14.72	48.39	

teisipäev, 2.detsember	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Makaroniroog juustuga	200	353	17.37	10.25	46.80	1;2;3
Valge redise - porgandisalat	50	14	0.50	0.13	3.13	
Mahlajook	150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode	15	43	1.23	0.50	7.99	1;11;2
Kokku :	446		19.12	10.90	66.54	

kolmapäev, 3.detsember	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kana-koorekaste	130	138	9.44	7.42	8.60	1;2
Keedetud riis	130	166	3.28	1.15	35.49	
Peedisalat jogurtiga	50	22	0.88	0.22	4.12	2
Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
Leivatoode	40	115	3.28	1.34	21.30	1;11;2
Kokku :	444		16.98	10.27	70.22	

neljapäev, 4.detsember	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kartuliroog hakklihaga	200	286	10.90	12.76	32.97	
Kaalikasalat jõhvikatega	50	23	0.43	0.17	5.70	
Mahlajook	150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode	30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
Kokku :	432		13.81	13.96	63.26	

reede, 5.detsember	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kodune sealihakaste	130	115	7.89	6.68	6.10	1;2
Keedetud kartulid	130	135	3.46	0.18	30.76	
Kapsasalat värske tomatiga	50	26	0.49	1.85	2.40	
Piim, R 2,5%	150	80	4.50	3.75	7.20	2
Leivatoode	15	43	1.23	0.50	7.99	1;11;2
Kokku :	399		17.57	12.96	54.45	

Nädala keskmine :	420	16.07	12.56	60.57
10 päeva keskmine :				

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