

Koolieine nädalamenüü 13.05.2024 - 17.05.2024

	esmaspäev, 13.mai	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kreemine püreesupp		200	98	2.57	5.83	9.67	2
Rõstitud sepikukuubikud		10	41	2.11	0.65	6.15	1;2
Mustsõstra-kamasmuuti		150	159	5.14	3.03	29.13	1;2
Leivatoode		30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
	Kokku :	384		12.28	10.52	60.92	

	teisipäev, 14.mai	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Küpsetatud kartulid tomati ja juustuga		200	298	12.76	12.46	35.02	2
Punasekapsasalat õuntega		50	27	0.62	1.61	3.07	
Maitsevesi		150	3	0.10	0.14	0.71	
Leivatoode		35	101	2.87	1.18	18.63	1;11;2
	Kokku :	428		16.35	15.39	57.43	

	kolmapäev, 15.mai	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Hakklihakaste		130	166	5.13	12.71	8.02	1;2
Keedetud tatar		130	155	5.41	1.82	30.17	
Porgandi-maisalat		50	29	0.58	1.21	4.62	
Maitsevesi		150	3	0.10	0.14	0.71	
Leivatoode		35	101	2.87	1.18	18.63	1;11;2
	Kokku :	453		14.09	17.06	62.15	

	neljapäev, 16.mai	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kuskuss kalkuni ja köögiviljadega		200	263	12.22	8.94	34.62	1
Peedisalat jogurtiga		50	22	0.88	0.22	4.12	2
Mahlajook		150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode		30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
	Kokku :	408		15.58	10.19	63.33	

	reede, 17.mai	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Makaroniroog juustuga		200	351	13.39	13.41	43.53	1;2;3
Kapsasalat kõrvitsaga		50	26	0.48	1.83	2.49	
Kummeli tee		150	18	0	0	4.49	
Leivatoode		20	57	1.64	0.67	10.65	1;11;2
	Kokku :	453		15.51	15.91	61.16	

Nädala keskmine :	425	14.76	13.81	61
10 päeva keskmine :	425	14.40	13.41	62.27

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