

Koolieine nädalamenüü 20.05.2024 - 24.05.2024

esmaspäev, 20.mai		Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kana-kõõgiviljasupp		200	186	5.66	13.08	12.73	
Banaani-maasika kakaosmuuti		150	104	4.19	3.08	14.67	2
Leivatoode		50	144	4.10	1.68	26.62	1;11;2
	Kokku :	434		13.95	17.84	54.02	

teisipäev, 21.mai		Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kodune sealihakaste		130	135	7.68	9.27	5.64	1;2
Ahjukartulid kõõgiviljadega		130	136	3.16	3.66	23.80	
Peedisalat porruga		50	21	0.81	0.10	4.29	
Mahlajook		150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode		35	101	2.87	1.18	18.63	1;11;2
	Kokku :	428		14.54	14.23	60.98	

kolmapäev, 22.mai		Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kalkuni-lillkapsahautis		130	135	10.16	8.47	5.86	
Keedetud tatar		130	155	5.41	1.82	30.17	
Kapsasalat tilliga		50	23	0.54	1.35	2.63	
Maitsevesi		150	3	0.10	0.14	0.71	
Leivatoode		40	115	3.28	1.34	21.30	1;11;2
	Kokku :	431		19.49	13.12	60.67	

neljapäev, 23.mai		Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Riisiroog hakklhaga		200	246	8.39	12.25	26.33	
Porgandisalat jõhvikatega		50	37	0.43	2.46	3.87	
Maitsevesi		150	3	0.10	0.14	0.71	
Leivatoode		50	144	4.10	1.68	26.62	1;11;2
	Kokku :	429		13.02	16.53	57.53	

reede, 24.mai		Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Koorene kanakaste		130	125	10.19	7.31	4.88	1;2
Ahjukartulid ürtidega		130	168	3.70	3.55	31.35	
Kaalikasalat apelsinidega		50	36	0.53	2.11	4.44	
Roheline tee		150	24	0	0	5.99	
Leivatoode		20	57	1.64	0.67	10.65	1;11;2
	Kokku :	412		16.06	13.64	57.31	

Nädala keskmine :	427	15.41	15.07	58.1
10 päeva keskmine :	426	15.09	14.44	59.55

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