

Koolieine nädalamenüü 03.11.2025 - 07.11.2025

1–3 klass

esmaspäev, 3.november	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Köögiviljasupp lihata	250	55	1.81	0.33	12.45	
Kirsi - jogurtidessert	150	161	7.08	3.13	25.79	2
Leivatoode	50	144	4.10	1.68	26.62	1;11;2
Kokku :	359		12.99	5.14	64.86	

teisipäev, 4.november	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Täisterapasta aedviljadega	200	237	8.63	3.09	41.56	1;3
Hiinakapsasalat tilliga	50	19	0.81	1.15	1.65	
Mahlajook	150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode	30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
Kokku :	378		11.92	5.27	67.80	

kolmapäev, 5.november	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Koorene kanakaste	130	124	9.28	6.09	8.25	1;2
Keedetud tatar	130	153	5.41	1.56	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 :	382		17.27	11.06	54.35	

neljapäev, 6.november	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kalkuni - kartuliroog	250	199	12.43	2.78	32.67	
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 :	380		17.44	6.95	63.10	

reede, 7.november	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kodune hakklihakaste	130	157	5.94	12.20	6.10	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	0	0	0	0	
Leivatoode	35	101	2.87	1.18	18.63	1;11;2
Kokku :	427		13.18	15.74	58.56	

Nädala keskmine :	385	14.56	8.83	61.73
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