

Koolieine nädalamenüü 31.03.2025 - 04.04.2025

vanus 7-9

esmaspäev, 31.märts	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kanasupp	200	230	11.20	14.43	15.21	
Kakao-kohupiimakreem	100	138	12.63	1.14	18.32	2
Aedmaasikamoos	20	36	0.08	0	9.00	
Leivatoode	20	57	1.64	0.67	10.65	1;11;2
Kokku :	462		25.55	16.24	53.18	

teisipäev, 1.aprill	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Täisterapasta aedviljadega	200	311	8.46	11.92	40.70	1;3
Peedisalat jogurtiga	50	22	0.88	0.22	4.12	2
Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
Leivatoode	25	72	2.05	0.84	13.31	1;11;2
Kokku :	408		11.49	13.12	58.84	

kolmapäev, 2.aprill	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kartuli - hapukoorevorm	200	276	6.35	16.63	26.34	2
Kõrvitsasalat punase sõstraga	50	14	0.43	0.09	3.42	
Mahlajook	150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode	40	115	3.28	1.34	21.30	1;11;2
Kokku :	441		10.08	18.08	59.68	

neljapäev, 3.aprill	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Riisiroog hakklihaga	200	246	8.39	12.25	26.33	
Kapsasalat porgandiga	50	14	0.51	0.14	3.30	
Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
Leivatoode	50	144	4.10	1.68	26.62	1;11;2
Kokku :	407		13.10	14.21	56.96	

reede, 4.aprill	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Sealiha-kõõgiviljakaste	130	124	8.08	7.35	6.96	1;2
Keedetud makaronid	130	208	5.41	3.82	37.18	1
Valge redise - porgandisalat	50	14	0.50	0.13	3.13	
Roheline tee	150	24	0	0	5.99	
Leivatoode	15	43	1.23	0.50	7.99	1;11;2
Kokku :	413		15.22	11.80	61.25	

Nädala keskmine :	426	15.09	14.69	57.98
10 päeva keskmine :	421	14.64	14.06	59.13

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