

Koolieine nädalamenüü 22.05-26.05.2023

Gustav Adolfi Gümnaasium

esmaspäev, 22.mai	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Tomatine köögiviljasupp pärlkuskussiga	200	220	8.04	6.93	33.04	1,9
Banaani-maasika kakaosmuuti	150	104	4.19	3.08	14.67	2
Leivatoode	30	87	2.53	1.23	15.68	1;2
Kokku :		412	14.76	11.24	63.39	

teisipäev, 23.mai	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kana-lillkapsahautis	130	132	11.32	7.44	6.04	
Ahjukartulid ürtidega	130	168	3.70	3.55	31.35	
Peedisalat porruga	50	21	0.81	0.10	4.29	
Mahlajook	150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode	30	87	2.53	1.23	15.68	1;2
Kokku :		444	18.38	12.34	65.98	

kolmapäev, 24.mai	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Hapukapsasupp sealihaga	200	168	12.86	6.72	14.36	1
Hapukoor, R 20 %	10	20	0.28	2.00	0.36	2
Mango-riisi puding	130	156	3.76	2.15	31.10	2
Aedmaasikamoos	20	36	0.08	0	9.00	
Leivatoode	20	58	1.69	0.82	10.46	1;2
Kokku :		439	18.67	11.69	65.28	

neljapäev, 25.mai	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Makaronid hakklihaga	200	256	14.43	4.69	38.30	1
Porgandisalat jõhvikatega	50	93	0.53	8.52	4.34	
Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
Leivatoode	30	87	2.53	1.23	15.68	1;2
Kokku :		439	17.59	14.58	59.03	

reede, 26.mai	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Azuu kartulitega	200	208	4.52	6.33	32.32	
Kapsasalat tilliga	50	79	0.64	7.41	3.10	
Roheline tee	150	24	0	0	5.99	
Leivatoode	30	87	2.53	1.23	15.68	1;2
Kokku :		399	7.69	14.97	57.09	

Nädala keskmine :	426	15.42	12.96	62.15
10 päeva keskmine :	415	14.09	12.96	60.74

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.