

## Koolieine nädalamenüü 18.09-22.09.2023

esmaspäev, 18.september	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Lillkapsapüreesupp	200	98	1.96	8.15	5.38	2
Röstitud sepikukuubikud	10	40	1.21	0.44	7.40	1,2
Kohupiimakreem	130	186	8.57	3.02	30.65	2
Aedmaasikamoos	20	36	0.08	0	9.00	
Leivatoode	30	87	2.53	1.23	15.68	1;2
Kokku :	448	448	14.35	12.84	68.11	

teisipäev, 19.september	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kartulivormiroog	200	230	10.43	5.02	36.65	10,2,3
Kõrvitsa - kaalikasalat	50	35	0.40	1.08	6.41	
Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
Leivatoode	40	116	3.37	1.64	20.91	1;2
Kokku :	384	384	14.30	7.88	64.68	

kolmapäev, 20.september	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kana - klimbisupp	200	241	9.47	14.67	18.65	1,2,3
Marjakissell	130	93	0.20	0.02	22.72	
Vahukoor	10	35	0.25	3.50	0.70	2
Leivatoode	30	87	2.53	1.23	15.68	1;2
Kokku :	456	456	12.45	19.42	57.75	

neljapäev, 21.september	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Tatar hakklihaga	200	296	11.53	12.42	35.88	
Värviline punasekapsasalat	50	26	0.65	1.37	3.19	
Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
Leivatoode	30	87	2.53	1.23	15.68	1;2
Kokku :	411	411	14.81	15.16	55.46	

reede, 22.september	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Sealiha-köögiviljakaste	130	123	8.04	7.34	6.71	1,2
Keedetud makaronid	130	208	5.41	3.82	37.18	1
Valge redise - õunasalat	50	22	0.32	1.10	3.24	
Roheline tee	150	24	0	0	5.99	
Leivatoode	30	87	2.53	1.23	15.68	1;2
Kokku :	464	464	16.30	13.49	68.80	

<b>Nädala keskmine :</b>	<b>433</b>	<b>14.44</b>	<b>13.76</b>	<b>62.96</b>
<b>10 päeva keskmine :</b>	<b>423</b>	<b>13.47</b>	<b>13.57</b>	<b>61.75</b>

Täpsemat teavet toidu nimetuse ning allergiat või talumatust põhjustavate koostisosade kohta küsi teenindajalt või e-posti aadressilt: [tootearendus@balticrest.com](mailto: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.