

## Koolieine nädalamenüü 20.11-24.11.2023

esmaspäev, 20.november	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Lillkapsapüreesupp	200	98	1.96	8.15	5.38	2
Röstitud sepikukuubikud	10	41	2.11	0.65	6.15	1;2
Kohupiimakreem	130	186	8.57	3.02	30.65	2
Aedmaasikamoos	20	36	0.08	0	9.00	
Leivatoode	30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
Kokku :	448	448	15.18	12.83	67.15	

teisipäev, 21.november	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Azuu kartulitega	200	210	4.59	6.34	32.69	
Kõrvitsa - kaalikasalat	50	35	0.40	1.08	6.41	
Mahlajook	150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode	40	115	3.28	1.34	21.30	1;11;2
Kokku :	396	396	8.29	8.78	69.02	

kolmapäev, 22.november	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kanasupp	200	230	11.20	14.43	15.21	
Jõhvika-mannavaht	100	100	1.08	0.22	23.48	1
Piim, R 2,5%	50	27	1.50	1.25	2.40	2
Leivatoode	30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
Kokku :	443	443	16.24	16.91	57.06	

neljapäev, 23.november	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Makaronid sealihaga	200	287	11.67	9.47	38.63	1
Värviline punasekapsasalat	50	54	0.70	4.40	3.42	
Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
Leivatoode	30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
Kokku :	430	430	14.93	15.02	58.73	

reede, 24.november	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Tomatine hakklihakaste	130	118	7.92	7.16	5.84	
Keedetud tatar	130	155	5.41	1.82	30.17	
Valge redise - õunasalat	50	22	0.32	1.10	3.24	
Roheline tee	150	24	0	0	5.99	
Leivatoode	30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
Kokku :	406	406	16.11	11.09	61.21	

Nädala keskmine :	425	14.15	12.93	62.63
10 päeva keskmine :	423	13.35	13.24	62.51

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.