

Koolieine nädalamenüü 27.11-01.12.2023

esmaspäev, 27.november	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Juurviljapüreesupp	200	153	2.67	10.34	13.83	2
Rõstitud sepikukuubikud	10	41	2.11	0.65	6.15	1;2
Mustsõstra-kamasmuuti	150	159	5.14	3.03	29.13	1;2
Leivatoode	30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
Kokku :	439		12.38	15.03	65.08	

teisipäev, 28.november	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Köögililjaraguu	200	183	3.23	8.40	25.48	
Peedisalat õunaga	50	39	0.48	2.13	4.62	
Mahlajook	150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode	40	115	3.28	1.34	21.30	1;11;2
Kokku :	372		7.01	11.89	60.02	

kolmapäev, 29.november	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kalkuni - aedviljasupp	200	145	7.42	8.89	9.65	
Marjakissell	130	93	0.20	0.02	22.72	
Vahukoor	20	71	0.50	7.00	1.40	2
Leivatoode	30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
Kokku :	395		10.58	16.92	49.74	

neljapäev, 30.november	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
DISTANTSÖPPE PÄEV						
Soovi korral tellige lapsele päev varem huviringipakk.						

reede, 1.detsember	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Hakklihakaste	130	135	4.99	9.46	7.86	1;2
Keedetud makaronid	130	208	5.41	3.82	37.18	1
Kaalikasalat	50	16	0.48	0.14	3.78	
Hibiskuse tee	150	18	0	0	4.49	
Leivatoode	30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
Kokku :	463		13.34	14.43	69.28	

Nädala keskmine :	411	11.69	13.61	60.79
10 päeva keskmine :	418	12.92	13.27	61.71

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.