

Koolieine nädalamenüü 12.02.2024 - 16.02.2024

esmaspäev, 12.veebruar	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Brokolipüreesupp	200	149	3.69	8.89	15.20	2
Rõstitud sepikukuubikud	10	41	2.11	0.65	6.15	1;2
Maasika-jogurtidessert	130	194	2.59	6.20	31.49	2
Leivatoode	20	57	1.64	0.67	10.65	1;11;2
Kokku :	442	10.03	16.41	63.49		

teisipäev, 13.veebruar	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kanakaste ürtidega	130	125	10.19	7.31	4.88	1;2
Keedetud tatar	130	155	5.41	1.82	30.17	
Peedisalat valge redisega	50	26	0.70	1.08	3.44	
Mahlajook	150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode	30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
Kokku :	428	18.78	11.24	63.08		

kolmapäev, 14.veebruar	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Hakklihasupp	200	216	6.84	15.52	13.19	
Rabarberikissell	130	67	0.16	0.01	16.46	
Karamelliseeritud müsli	20	90	2.63	3.22	13.42	1;6
Leivatoode	30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
Kokku :	459	12.09	19.76	59.04		

neljapäev, 15.veebruar	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Sealiha ahjukartulitega	200	303	12.57	10.64	40.63	
Kapsasalat värskel tomatiga	50	26	0.49	1.85	2.40	
Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
Leivatoode	30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
Kokku :	419	15.62	13.64	59.71		

reede, 16.veebruar	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kuskuss köögiviljadega	200	279	7.00	11.26	38.74	1
Koorene porgandisalat	50	18	0.61	0.30	3.67	2
Ingveritee sidruniga	150	27	0.08	0.03	6.63	
Leivatoode	30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
Kokku :	410	10.15	12.60	65.01		

Nädala keskmine :	431	13.33	14.73	62.07		
10 päeva keskmine :	423	13.08	13.93	61.94		

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.