

Koolieine nädalamenüü 03.02.2025 - 07.02.2025

Grupp

vanus 7-9

| esmaspäev, 3.veebruar | | Kogus, g | Kcal | Valgud ,g | Rasvad,g | Süsivesikud,g | Allergeen |
|-----------------------------|--|----------|------|-----------|----------|---------------|-----------|
| Kanasupp | | 200 | 230 | 7.93 | 17.30 | 12.08 | |
| Banaani-maasika kakaosmuuti | | 150 | 104 | 4.19 | 3.08 | 14.67 | 2 |
| Leivatoode | | 45 | 129 | 3.69 | 1.51 | 23.96 | 1;11;2 |
| Kokku : | | 464 | 464 | 15.81 | 21.89 | 50.71 | |

| teisipäev, 4.veebruar | | Kogus, g | Kcal | Valgud ,g | Rasvad,g | Süsivesikud,g | Allergeen |
|-------------------------|--|----------|------|-----------|----------|---------------|-----------|
| Kartuli-juusturoog | | 200 | 196 | 8.49 | 6.53 | 27.23 | 2;9 |
| Hiinakapsasalat maisiga | | 50 | 33 | 0.88 | 2.18 | 2.86 | |
| Maitsevesi | | 150 | 3 | 0.10 | 0.14 | 0.71 | |
| Leivatoode | | 50 | 144 | 4.10 | 1.68 | 26.62 | 1;11;2 |
| Kokku : | | 376 | 376 | 13.57 | 10.53 | 57.42 | |

| kolmapäev, 5.veebruar | | Kogus, g | Kcal | Valgud ,g | Rasvad,g | Süsivesikud,g | Allergeen |
|-----------------------|--|----------|------|-----------|----------|---------------|-----------|
| Köögiviljasupp | | 200 | 131 | 2.45 | 6.29 | 16.92 | |
| Teraviljjavaht | | 80 | 122 | 5.08 | 6.30 | 11.33 | 1;2 |
| Aedmaasikamoos | | 20 | 36 | 0.08 | 0 | 9.00 | |
| Leivatoode | | 50 | 144 | 4.10 | 1.68 | 26.62 | 1;11;2 |
| Kokku : | | 433 | 433 | 11.71 | 14.27 | 63.87 | |

| neljapäev, 6.veebruar | | Kogus, g | Kcal | Valgud ,g | Rasvad,g | Süsivesikud,g | Allergeen |
|-----------------------|--|----------|------|-----------|----------|---------------|-----------|
| Riisiroog hakklihaga | | 200 | 246 | 8.39 | 12.25 | 26.33 | |
| Peedisalat jogurtiga | | 50 | 22 | 0.88 | 0.22 | 4.12 | 2 |
| Mahlajook | | 150 | 36 | 0.02 | 0.02 | 8.62 | |
| Leivatoode | | 35 | 101 | 2.87 | 1.18 | 18.63 | 1;11;2 |
| Kokku : | | 404 | 404 | 12.16 | 13.67 | 57.70 | |

| reede, 7.veebruar | | Kogus, g | Kcal | Valgud ,g | Rasvad,g | Süsivesikud,g | Allergeen |
|-----------------------|--|----------|------|-----------|----------|---------------|-----------|
| Kodune sealihakaste | | 130 | 135 | 7.68 | 9.27 | 5.64 | 1;2 |
| Ahjukartulid ürtidega | | 130 | 168 | 3.70 | 3.55 | 31.35 | |
| Porgandisalat | | 50 | 23 | 0.31 | 0.59 | 4.51 | |
| Hibiskuse tee | | 150 | 18 | 0 | 0 | 4.49 | |
| Leivatoode | | 30 | 86 | 2.46 | 1.01 | 15.97 | 1;11;2 |
| Kokku : | | 430 | 430 | 14.15 | 14.42 | 61.96 | |

| | | | | |
|---------------------|-----|-------|-------|-------|
| Nädala keskmine : | 422 | 13.48 | 14.96 | 58.33 |
| 10 päeva keskmine : | | | | |

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 nädalas ühe õpilase kohta.

Oleme liitunud Euroopa Liidu koolipiima- ja puuvilja programmiga.