

## Koolieine nädalamenüü 03.03.2025 - 07.03.2025

### Grupp

vanus 7-9

esmaspäev, 3.märts		Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Värskekapsasupp lihata		200	130	1.86	8.25	13.37	
Kohupiimakreem		120	172	7.91	2.79	28.30	2
Aedmaasikamoos		20	36	0.08	0	9.00	
Leivatoode		20	57	1.64	0.67	10.65	1;11;2
Kokku :		396	11.49	11.71	61.32		

teisipäev, 4.märts		Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kuskuss köögiviljadega		200	279	7.00	11.26	38.74	1
Peedisalat õliga		50	45	0.84	2.60	4.57	
Mahlajook		150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode		20	57	1.64	0.67	10.65	1;11;2
Kokku :		417	9.50	14.55	62.58		

kolmapäev, 5.märts		Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kalkuni - aedviljasupp		200	145	7.42	8.89	9.65	
Maasikatarretis		120	137	2.76	0.03	30.84	
Vahukoor		15	53	0.38	5.25	1.05	2
Leivatoode		35	101	2.87	1.18	18.63	1;11;2
Kokku :		435	13.43	15.35	60.17		

neljapäev, 6.märts		Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Tatrarroog sealihaga		200	250	13.12	8.02	32.81	
Punasekapsasalat		50	35	0.81	2.35	3.10	
Mahlajook		150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode		25	72	2.05	0.84	13.31	1;11;2
Kokku :		392	16.00	11.23	57.84		

reede, 7.märts		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		15	43	1.23	0.50	7.99	1;11;2
Kokku :		420	12.11	13.92	61.30		

Nädala keskmine :	412	12.51	13.35	60.64
10 päeva keskmine :				

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 nädalas ühe õpilase kohta.

Oleme liitunud Euroopa Liidu koolipiima- ja puuvilja programmiga.