

Koolilõuna nädalamenüü 01.06.2026 - 05.06.2026
Grupp

4–9 klass

esmaspäev, 1.juuni	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
teisipäev, 2.juuni						
Kana mango-karrikastmes	150	164	10.35	9.93	8.40	2
Aurutatud lillkapsas	60	14	1.06	0.13	3.04	
Keedetud makaronid	60	85	2.50	0.56	17.16	1
Keedetud riis	60	77	1.51	0.53	16.38	
Hiinakapsasalat värskel kurgiga	60	11	0.67	0.35	0.89	
Redis, brokoli, peet, mais	60	28	1.30	0.21	5.74	
Kastmevalik salatitele	7	39	0.08	4.26	0.15	10;2
Seemnesegu	17	96	4.55	7.86	2.11	11
Maitsevesi	150	3	0.11	0.14	0.74	
Pria piimatooted	Kuni 250					2
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	60	173	5.05	2.01	31.94	1;11;2
Pirn ja kaalika snäkid	150	55	1.05	0.52	13.42	
	Kokku :	745	28.23	26.50	99.97	
Sinepi-koorekaste kalkunilihaga	150	150	9.95	8.41	8.73	1;10;2
Kana - paprikakaste	150	91	10.56	1.57	8.35	1;2
Röstitud köögiviljad idamaiste vürtsidega	150	58	2.94	1.14	9.04	1;7
kolmapäev, 3.juuni						
Kalasupp sulajuustuga	300	276	21.60	16.74	10.07	2;4
Kohupiimakreem marjadega	150	211	7.17	11.66	18.28	2
Seemne-pähklisegu	10	57	2.70	4.74	1.17	11;6
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	70	202	5.89	2.35	37.27	1;11;2
Õun ja nuikapsa snäkid	150	48	0.52	0.42	11.92	
	Kokku :	796	37.88	35.91	78.71	
Kalasupp tomatiga	300	127	16.22	1.92	11.21	4
Aedvilja-kalasupp	300	186	16.57	7.64	13.20	4
Hernepüreesupp kookospiimaga	300	208	12.08	5.74	33.09	9
Röstitud sepikukuubikud	20	82	4.22	1.30	12.28	1
neljapäev, 4.juuni						
reede, 5.juuni						
		Nädala keskmine :	759	29.12	29.47	95.64
		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.