

Koolieine nädalamenüü 22.09.2025 - 26.09.2025

1–3 klass

esmaspäev, 22.september	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Värskekapsasupp lihata	200	55	1.51	1.25	10.39	
Maasikasmuuti	150	158	3.57	2.66	29.64	2
Leivatoode	50	144	4.10	1.68	26.62	1;11;2
Kokku :	357	357	9.18	5.59	66.65	

teisipäev, 23.september	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Tatraroorog köögiviljadega	200	246	9.99	3.29	43.62	
Punasekapsasalat	50	35	0.81	2.35	3.10	
Mahlajook	150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode	15	43	1.23	0.50	7.99	1;11;2
Kokku :	360	360	12.05	6.16	63.33	

kolmapäev, 24.september	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Koorene sealihakaste	130	136	8.35	8.01	8.02	1;2
Keedetud riis	130	166	3.28	1.15	35.49	
Hiinakapsasalat maisiga	50	33	0.88	2.18	2.86	
Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
Leivatoode	30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
Kokku :	424	424	15.07	12.49	63.05	

neljapäev, 25.september	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Makaronid kanaga	200	266	14.38	2.44	45.98	1;2
Peedisalat õunaga	50	39	0.48	2.13	4.62	
Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
Leivatoode	20	57	1.64	0.67	10.65	1;11;2
Kokku :	365	365	16.60	5.38	61.96	

reede, 26.september	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Azuu veiselihast	200	140	8.83	5.02	15.08	
Porgandisalat	50	17	0.48	0.19	3.97	
Piim, R 2,5%	150	80	4.50	3.75	7.20	2
Leivatoode	50	144	4.10	1.68	26.62	1;11;2
Kokku :	381	381	17.91	10.64	52.87	

Nädala keskmine :	377	14.16	8.05	61.57
10 päeva keskmine :	394	15.47	9.67	60.70

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.

Kool

Koolisöökla juhataja