

Koolieine nädalamenüü 13.10.2025 - 17.10.2025

1–3 klass

esmaspäev, 13.oktoober	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Lihne kalasupp	200	101	10.11	2.95	8.79	4
Mustsõstra-kamasmuuti	150	159	5.14	3.03	29.13	1;2
Leivatoode	45	129	3.69	1.51	23.96	1;11;2
Kokku :	388		18.94	7.49	61.88	

teisipäev, 14.oktoober	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kartuli panniroog brokoliga	200	125	4.87	1.50	25.22	
Punapeedi - rohelinehernesalat	50	47	1.07	2.61	4.98	
Mahlajook	150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode	50	144	4.10	1.68	26.62	1;11;2
Kokku :	352		10.06	5.81	65.44	

kolmapäev, 15.oktoober	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kana-koorekaste	130	138	9.44	7.42	8.60	1;2
Ahjukartulid ürtidega	130	141	3.46	0.83	30.76	
Punasekapsasalat	50	35	0.81	2.35	3.10	
Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
Leivatoode	25	72	2.05	0.84	13.31	1;11;2
Kokku :	388		15.86	11.58	56.48	

neljapäev, 16.oktoober	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Tatar kalkunilihaga	200	228	13.29	3.71	36.68	
Külm hapukoorekaste	20	21	0.61	1.72	0.81	2
Porgandisalat lõhvikatega	50	37	0.43	2.46	3.87	
Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
Leivatoode	30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
Kokku :	374		16.89	9.04	58.04	

reed, 17.oktoober	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Magushapu sealihakaste	130	80	7.15	2.74	6.90	
Keedetud riis	130	166	3.28	1.15	35.49	
Hiinakapsasalat maisiga	50	33	0.88	2.18	2.86	
Piparmündi tee	150	0	0	0	0	
Leivatoode	30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
Kokku :	365		13.77	7.08	61.22	

Nädala keskmine :	374	15.1	8.2	60.61
10 päeva keskmine :	383	16.09	8.23	61.22

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 Pria piima või piimatoodet nädalas ühe õpilase kohta.

Oleme liitunud Euroopa Liidu koolipiima- ja puuvilja programmiga.

Kool

Koolisöökla juhataja