

Koolieine nädalamenüü 09.03.2026 - 13.03.2026

1–3 klass

esmaspäev, 9.märts	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Sealiha - aedviljasupp	250	115	10.57	3.64	10.88	
Mango - banaanismuuti	150	93	3.74	2.76	13.70	2
Leivatoode	50	144	4.10	1.68	26.62	1;11;2
Kokku :	351		18.41	8.08	51.20	

teisipäev, 10.märts	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Makaroniroog juustuga	200	353	17.37	10.25	46.80	1;2;3
Valge redise - porgandisalat	50	14	0.50	0.13	3.13	
Mahlajook	150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode	15	43	1.23	0.50	7.99	1;11;2
Kokku :	446		19.12	10.90	66.54	

kolmapäev, 11.märts	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kartuli panniroog brokoliga	200	125	4.87	1.50	25.22	
Peedisalat jogurtiga	50	22	0.88	0.22	4.12	2
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 :	370		14.35	7.15	63.16	

neljapäev, 12.märts	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kana-koorekaste	130	138	9.44	7.42	8.60	1;2
Keedetud tatar	130	153	5.41	1.56	30.17	
Kaalikasalat jöhvikatega	50	23	0.43	0.17	5.70	
Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
Leivatoode	30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
Kokku :	403		17.84	10.30	61.15	

reede, 13.märts	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kodune sealihakaste	130	115	7.89	6.68	6.10	1;2
Keedetud riis	130	166	3.28	1.15	35.49	
Kapsasalat värske tomatiga	50	26	0.49	1.85	2.40	
Piim, R 2,5%	150	80	4.50	3.75	7.20	2
Leivatoode	15	43	1.23	0.50	7.99	1;11;2
Kokku :	430		17.39	13.93	59.18	

Nädala keskmine :	400	17.42	10.07	60.25
10 päeva keskmine :	393	16.22	9.95	59.89

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