

Koolieine menüü 29.04-03.05.2024

Dussmann

FOOD SERVICES

Esmaspäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Piima-makaronisupp	200,00	179,00	38,20	4,36	8,54
Rukkisepik juustu ja tomatiga	80,00	203,60	28,02	2,12	5,46
Õun	100,00	48,30	10,90	0,00	0,00
Toidukord kokku		430,90	77,12	6,48	14,00

Teisipäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Tatar, aurutatud	140,00	111,80	23,22	0,70	4,12
Hakklihakaste	120,00	248,02	19,69	11,99	11,39
Peedisalat	100,00	56,24	8,54	5,52	1,08
Leib	40,00	84,20	19,32	0,48	2,80
Toidukord kokku		500,26	70,77	18,69	19,39

Kolmapäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Toidukord kokku		0,00	0,00	0,00	0,00

Neljapäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Ahjukartulid sealihaga	200,00	292,00	31,80	11,26	13,88
Tomatisalat hapukoorega	100,00	49,80	2,66	5,60	1,14
Mustsõstra mahlajook	200,00	38,20	11,15	0,08	0,22
Leib	40,00	84,20	19,32	0,48	2,80
Toidukord kokku		464,20	64,93	17,42	18,04

Reede

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Rabarberi-kohupiimakook	150,00	378,00	36,60	19,35	11,76
Piparmünditee	200,00	38,80	21,10	0,00	0,10
Banaan	100,00	67,60	15,30	0,20	0,80
Toidukord kokku		484,40	73,00	19,55	12,66
NÄDALA KESKMINE KOKKU:		375,95	57,16	12,43	12,82

Menüü kaloraaž on arvestatud I vanuseastmele.