

## Koolieine menüü 06.01-10.01.2025

**Dussmann**

FOOD SERVICES

### Esmaspäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Piima-tatrasupp	250,00	182,80	19,34	8,04	7,66
Sepik toorjuustu ja tomatiga	60,00	105,00	15,78	2,70	3,93
Õun	50,00	24,15	5,45	0,00	0,00
<b>Toidukord kokku</b>		<b>311,95</b>	<b>40,57</b>	<b>10,74</b>	<b>11,59</b>

### Teisipäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Singipasta	200,00	298,36	44,40	5,36	12,56
Jogurtikaste kurgiga	50,00	56,00	6,40	2,89	1,11
Piim	100,00	57,80	5,30	2,60	3,30
Leib	60,00	135,40	31,60	0,60	3,00
<b>Toidukord kokku</b>		<b>547,56</b>	<b>87,70</b>	<b>11,45</b>	<b>19,97</b>

### Kolmapäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Frikadellisupp	200,00	127,80	11,44	5,78	5,92
Keefir	200,00	110,00	8,90	5,08	7,16
Pirn	50,00	23,20	5,10	0,00	0,30
Leib	60,00	135,40	31,60	0,60	3,00
<b>Toidukord kokku</b>		<b>396,40</b>	<b>57,04</b>	<b>11,46</b>	<b>16,38</b>

### Neljapäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Kartulipüree	150,00	168,00	25,65	4,92	4,35
Kodujuustusalat tomati ja redisega	50,00	32,20	1,23	1,54	3,19
Piim	100,00	57,80	5,30	2,60	3,30
Leib	60,00	135,40	31,60	0,60	3,00
<b>Toidukord kokku</b>		<b>393,40</b>	<b>63,78</b>	<b>9,66</b>	<b>13,84</b>

**NÄDALA KESKMINE KOKKU:**

	<b>412,33</b>	<b>62,27</b>	<b>10,83</b>	<b>15,44</b>
--	---------------	--------------	--------------	--------------

Menüü kaloraaz on arvestatud I vanuseastmele.