

## Koolieine menüü 13.01-17.01.2025

**Dussmann**

FOOD SERVICES

### Esmaspäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Mannapuder maasikamoosiga 200/20g	220,00	240,76	27,80	4,20	8,85
Kakaojook	100,00	63,60	10,33	2,17	2,41
Õun	100,00	48,30	10,90	0,00	0,00
<b>Toidukord kokku</b>		<b>352,66</b>	<b>49,03</b>	<b>6,37</b>	<b>11,26</b>

### Teisipäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Ahjukartuli-viineriroog	200,00	232,00	23,80	7,42	6,84
Hapukurgi-koorekaste	50,00	94,00	2,26	7,75	1,46
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>519,20</b>	<b>62,96</b>	<b>18,37</b>	<b>14,60</b>

### Kolmapäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Köögiviljasupp hakklihaga	200,00	214,00	18,32	7,24	9,00
Täistera sepik juustu ja kurgiga	40,00	113,00	15,00	3,70	3,20
Jõhvikakissell	200,00	115,60	28,40	0,06	0,08
Pirn	100,00	46,40	10,20	0,00	0,30
<b>Toidukord kokku</b>		<b>489,00</b>	<b>71,92</b>	<b>11,00</b>	<b>12,58</b>

### Neljapäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Singipitsa	150,00	439,50	28,05	24,60	23,25
Mustsõstra-kaera smuuti keefiriga	100,00	92,30	18,20	1,95	2,92
Apelsin	100,00	42,70	8,50	0,10	1,10
<b>Toidukord kokku</b>		<b>574,50</b>	<b>54,75</b>	<b>26,65</b>	<b>27,27</b>
<b>NÄDALA KESKMINE KOKKU:</b>		<b>483,84</b>	<b>59,67</b>	<b>15,60</b>	<b>16,43</b>

Menüü kaloraaz on arvestatud I vanuseastmele.