

Koolieine menüü 20.01-24.01.2025

Dussmann

FOOD SERVICES

Esmaspäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Piima-riisisupp	200,00	249,99	25,40	12,17	8,15
Täisterasepik munavõiga	80,00	256,20	29,52	11,26	7,32
Banaan	100,00	67,60	15,30	0,20	0,80
Toidukord kokku		573,79	70,22	23,63	16,27

Teisipäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Koorene kartuli-singivorm	200,00	208,00	27,00	7,64	10,94
Porgandi-kapsasalat	50,00	20,65	2,40	0,77	0,43
Piim	100,00	57,80	5,30	2,60	3,30
Leib	30,00	67,70	15,80	0,30	1,50
Toidukord kokku		354,15	50,50	11,31	16,17

Kolmapäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Juurviljapüreesupp	200,00	148,20	13,72	10,16	2,48
Rõstitud sepikukuubikud	30,00	72,30	13,20	0,75	2,37
Kama-maasikasmuuti	200,00	161,80	24,60	3,68	6,06
Toidukord kokku		382,30	51,52	14,59	10,91

Neljapäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Tomatine pastaroog lihapallidega	200,00	260,00	43,00	3,98	10,72
Peedisalat	50,00	20,40	3,45	0,10	0,80
Piim	100,00	57,80	5,30	2,60	3,30
Leib	30,00	67,70	15,80	0,30	1,50
Toidukord kokku		405,90	67,55	6,98	16,32
NÄDALA KESKMINE KOKKU:		429,04	59,95	14,13	14,92

Menüü kaloraaž on arvestatud I vanuseastmele.