

Koolieine menüü 31.03-3.04.2025

Dussmann

FOOD SERVICES

Esmaspäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Piima-klimbisupp	250,00	297,50	25,50	16,80	10,40
Sepik toorjuustu ja tomatiga	60,00	88,50	14,00	1,93	3,29
Õun	50,00	24,15	5,45	0,00	0,00
Toidukord kokku		410,15	44,95	18,73	13,69

Teisipäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Makaronid hakklihaga	200,00	311,00	45,50	7,15	15,00
Tomatikaste	50,00	18,40	3,96	0,03	0,43
Piim	100,00	57,80	5,30	2,60	3,30
Leib	60,00	135,40	31,60	0,60	3,00
Toidukord kokku		522,60	86,36	10,38	21,73

Kolmapäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Kanasupp köögiviljadega	200,00	188,00	8,84	10,60	12,00
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
Toidukord kokku		456,60	54,44	16,28	22,46

Nejapäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Mulgipuder	150,00	182,00	28,90	5,07	3,76
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
Toidukord kokku		407,40	67,03	9,81	13,25

NÄDALA KESKMINE KOKKU:

		449,19	63,20	13,80	17,78
--	--	---------------	--------------	--------------	--------------

Menüü kaloraaz on arvestatud I vanuseastmele.