Dussmann
FOOD SERVICES

Koolieine menüü

48. nädal 23.11-26.11.2026

Esmaspäev	Koolieine	Koostisosad	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
	Hakklihasupp köögiviljadega, segahakklihaga	Sea-veise segahakkliha, kartul, porgand, mugulsibul,rohelised herned, paprika, vesi, toiduõli, söögisool, must pipar, till	250.00	217.00	13.48	13.38	9.25
	Rukkileib (G)		50.00	118.00	23.25	0.60	3.20
Kokku:				**335.00**	**36.73**	**13.98**	**12.45**

Teisipäev	Koolieine	Koostisosad	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
	Kartulivorm kanalihaga (L, M)	Kartul, kanaliha, kanamuna, piim, mugulsibul, söögisool, must pipar, petersell	300.00	315.00	38.70	10.23	15.63
	Jogurtikaste (L)	Maitsestamata jogurt, apelsinimahl, petersell, küüslauk, söögisool	30.00	26.58	3.36	1.19	0.56
	Piim R 2,5% (L)		100.00	57.80	5.30	2.60	3.30
Kokku:				**399.38**	**47.36**	**14.02**	**19.49**

Kolmapäev	Koolieine	Koostisosad	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
	Kanaliha-riisiroog juustu ja paprikaga (L)	Riis, kanahakkliha, porgand, paprika, mugulsibul, küüslauk, toidukoor, juust, söögisool, toiduõli	250.00	472.50	52.50	17.05	18.75
	Kodujuustukaste (L)	Maitsestamata kodujuust, maitsestamata jogurt, petersell, söögisool	50.00	40.80	1.76	1.80	4.37
	Piim R 2,5% (L)		100.00	57.80	5.30	2.60	3.30
Kokku:				**571.10**	**59.56**	**21.45**	**26.42**

Dussmann
FOOD SERVICES

Koolieine menüü

48. nädal 23.11-26.11.2026

Neljapäev	Koolieine	Koostisosad	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
	Veiseliha-pastasupp (G)	Makaronid (durumnisujahu, vesi), veiseliha, värske till, söögisool, must pipar, kartul, porgand, juurseller, mugulsibul, toiduõli,	250.00	251.50	13.53	16.80	10.68
	Rukkileib (G)		50.00	118.00	23.25	0.60	3.20
	Ürdivõi (L)	Või , toiduõli, vesi, till, petersell	5.00	34.30	0.03	3.78	0.03
Kokku:				**403.80**	**36.81**	**21.18**	**13.91**
NÄDALA KESKMINE KOKKU:				**427.32**	**45.11**	**17.66**	**18.07**
		Põhitoitainetest saadav energia osakaal (E%)			**42.23**	**37.19**	**16.91**
		Nõutud vahemik kahenädala keskmisena		**350-450 kcal**	**45-60 %E**	**25-40%E**	**10-20%E**

Üldinfo menüü kohta

Menüü on koostatud lähtudes 1.-3. klassi vanuserühma toiduenergia ja toitainete vajadusest, järgides kehtivaid toitumissoovitusi

Teavet menüüs sisalduvate allergeenide kohta küsi köögipersonalilt

Joogivesi on igapäevaselt tasuta saadaval kogu päeva jooksul

Menüü muudatused kooskõlastatakse kooliga vastavalt hankelepingule. Erandolukorras, kus muudatus on vältimatu (nt ootamatu tooraine puudus), teavitatakse kooli esimesel võimalusel ning tagatakse toidu toiteväärtuslikkus ja mitmekesisus

Tähised menüüs

G – sisaldab gluteeni

L – sisaldab piimatooteid (sh laktoosi)

M – sisaldab muna

P – sisaldab pähkleid

PT – portsjontoode

VS-vähendatud suhkruga