

Koolieine menüü 06.05-10.05.2024

Dussmann

FOOD SERVICES

Esmaspäev	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Piima-riisisupp	200,00	249,99	25,40	12,17	8,15
Täisterasepik munavõiga	40,00	128,10	14,76	5,63	3,66
Banaan	100,00	90,60	20,30	0,20	1,20
Toidukord kokku		468,69	60,46	18,00	13,01

Teisipäev	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Praetud kartulid singiga	200,00	302,00	42,70	15,88	9,62
Jogurtikaste tilliga	10,00	63,00	7,35	3,18	1,23
Kapsas, valge/punane	100,00	27,30	13,10	0,20	1,13
Toidukord kokku		392,30	63,15	19,26	11,98

Kolmapäev	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Juurviljapüreesupp	200,00	200,51	32,43	10,38	3,37
Rõstitud sepikukuubikud	30,00	72,30	16,20	0,75	2,37
Kõrvitsaseemned	10,00	58,50	0,20	4,59	3,63
Õun	100,00	48,30	10,90	0,00	0,00
Toidukord kokku		379,61	59,73	15,72	9,37

Neljapäev	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Ahjusepik juustu ja tomatiga	100,00	232,00	29,10	7,85	11,10
Piim	100,00	57,80	5,30	2,60	3,30
Paprika	100,00	28,00	4,50	0,20	1,10
Toidukord kokku		317,80	38,90	10,65	15,50

Menüü kaloraaž on arvestatud I vanuseastmele.