

Koolieine menüü 27.05-31.05.2024

Dussmann

FOOD SERVICES

Esmaspäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
7-viljapuder mustsõstra toormoosiga	200,00	264,10	39,80	9,15	7,26
Piim	100,00	57,80	5,30	2,60	3,30
Õun	100,00	48,30	10,90	0,00	0,00
Toidukord kokku		370,20	56,00	11,75	10,56

Teisipäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Nuudliroog sealiha ja köögiviljadega	200,00	342,00	41,20	13,58	12,90
Kodujuustu-kurgikaste	30,00	27,10	1,17	1,40	2,49
Piim	100,00	57,80	5,30	2,60	3,30
Kapsas, valge/punane	100,00	27,30	13,10	0,20	1,13
Toidukord kokku		454,20	60,77	17,78	19,82

Kolmapäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Porgandipüresupp	200,00	127,60	22,01	5,40	6,64
Täistera sepik juustu ja kurgiga	40,00	113,00	15,00	3,70	3,20
Maasika smuuti	100,00	77,80	13,50	1,44	2,17
Pirn	100,00	46,40	10,20	0,00	0,30
Toidukord kokku		364,80	60,71	10,54	12,31

Neljapäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Tortilla kana ja parikaga	200,00	388,00	51,40	9,36	23,20
Apelsin	100,00	42,70	8,50	0,10	1,10
Toidukord kokku		430,70	59,90	9,46	24,30

Menüü kaloraaž on arvestatud 1 vanuseastmele.