

Koolieine menüü 02.12-05.12.2024

Dussmann

FOOD SERVICES

Esmaspäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Riisipuder	200,00	226,00	42,70	3,71	5,94
Moos	30,00	50,40	12,27	0,00	0,09
Roheline tee	200,00	38,80	15,10	0,00	0,10
Rukkisepik	30,00	78,00	13,98	0,84	2,67
Toidukord kokku		393,20	84,05	4,55	8,80

Teisipäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Kartuli-juustuvorm	200,00	204,00	32,80	6,82	7,94
Porgandi-kapsasalat	50,00	20,65	2,40	0,77	0,43
Piim	200,00	115,60	10,60	5,20	6,60
Leib	30,00	67,70	15,80	0,30	1,50
Toidukord kokku		407,95	61,60	13,09	16,47

Kolmapäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Nuudlisupp	200,00	179,00	38,20	4,36	8,54
Rukkisepik juustu ja kurgiga	60,00	153,60	14,88	7,14	7,08
Leib	30,00	67,70	15,80	0,30	1,50
Õun	50,00	24,15	5,45	0,00	0,00
Toidukord kokku		424,45	74,33	11,80	17,12

Neljapäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Singipasta	200,00	267,33	39,30	7,86	11,57
Tomatikaste	50,00	78,00	3,69	6,45	0,85
Piim	200,00	115,60	10,60	5,20	6,60
Leib	30,00	67,70	15,80	0,30	1,50
Toidukord kokku		528,63	69,39	19,81	20,52

Menüü kaloraaz on arvestatud I vanuseastmele.

