

# Koolieine menüü 18.11-22.11.2024

**Dussmann**

FOOD SERVICES

## Esmaspäev

<b>Koolieine</b>	<b>Kogus, g</b>	<b>Energia, kcal</b>	<b>Süsivesikud, g</b>	<b>Rasvad, g</b>	<b>Valgud, g</b>
Hirsipuder	200,00	268,00	42,80	5,62	10,88
Võisepik kurgiga	60,00	151,20	14,94	8,82	2,55
Piim	200,00	115,60	10,60	5,20	6,60
<b>Toidukord kokku</b>		<b>534,80</b>	<b>68,34</b>	<b>19,64</b>	<b>20,03</b>

## Teisipäev

<b>Koolieine</b>	<b>Kogus, g</b>	<b>Energia, kcal</b>	<b>Süsivesikud, g</b>	<b>Rasvad, g</b>	<b>Valgud, g</b>
Hakkliha-kartulivorm	200,00	302,00	28,60	15,68	10,66
Tomatisalat hapukoorega	50,00	24,90	1,33	1,83	0,57
Piim	100,00	57,80	5,30	2,60	3,30
Leib	30,00	67,70	15,80	0,30	1,50
<b>Toidukord kokku</b>		<b>452,40</b>	<b>51,03</b>	<b>20,41</b>	<b>16,03</b>

## Kolmapäev

<b>Koolieine</b>	<b>Kogus, g</b>	<b>Energia, kcal</b>	<b>Süsivesikud, g</b>	<b>Rasvad, g</b>	<b>Valgud, g</b>
Juurviljapüreesupp	200,00	72,00	11,16	1,43	2,02
Kama-maasikasmuuti	200,00	161,80	24,60	3,68	6,06
Mitmeviljasepik	60,00	153,60	29,10	1,68	4,74
<b>Toidukord kokku</b>		<b>387,40</b>	<b>64,86</b>	<b>6,79</b>	<b>12,82</b>

## Neljapäev

<b>Koolieine</b>	<b>Kogus, g</b>	<b>Energia, kcal</b>	<b>Süsivesikud, g</b>	<b>Rasvad, g</b>	<b>Valgud, g</b>
Viinerikaste	120,00	242,40	7,79	10,32	9,31
Kartul, aurutatud	120,00	88,80	18,96	0,12	2,29
Kapsasalat maisiga	50,00	19,10	3,21	0,15	0,73
Leib	30,00	67,70	15,80	0,30	1,50
Tee	150,00	7,20	3,80	0,00	0,00
<b>Toidukord kokku</b>		<b>425,20</b>	<b>49,56</b>	<b>10,89</b>	<b>13,83</b>
<b>NÄDALA KESKMINE KOKKU:</b>		<b>449,95</b>	<b>58,45</b>	<b>14,43</b>	<b>15,68</b>

Menüü kaloraaž on arvestatud I vanuseastmele.