

Koolieine menüü 03.02-07.02.2025

Esmaspäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal
Piima-rukkihelbesupp	250,00	194,00
Sepik munavõi ja kurgiga	60,00	160,00
Õun	50,00	24,15
Toidukord kokku		378,15

Teisipäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal
Makaronid hakklihaga	200,00	311,00
Jogurtikaste kurgiga	50,00	56,00
Piim	100,00	57,80
Leib	60,00	135,40
Toidukord kokku		560,20

Kolmapäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal
Frikadellisupp	200,00	127,80
Keefiri-marjajook	200,00	202,00
Pirn	50,00	23,20
Leib	60,00	135,40
Toidukord kokku		488,40

Neljapäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal
Ahjukartulid	150,00	217,00
Kodujuustusalat redisega	50,00	32,20
Piim	100,00	57,80
Leib	60,00	135,40
Toidukord kokku		442,40
NÄDALA KESKMINE KOKKU:		467,29

Menüü kaloraaž on arvestatud I vanuseastmele.

Dussmann

FOOD SERVICES

Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
19,10	8,68	8,40
12,10	10,10	3,63
5,45	0,00	0,00
36,65	18,78	12,03

Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
45,50	7,15	15,00
6,40	2,89	1,11
5,30	2,60	3,30
31,60	0,60	3,00
88,80	13,24	22,41

Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
11,44	5,78	5,92
32,20	4,42	6,62
5,10	0,00	0,30
31,60	0,60	3,00
80,34	10,80	15,84

Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
34,90	6,23	4,28
1,23	1,54	3,19
5,30	2,60	3,30
31,60	0,60	3,00
73,03	10,97	13,77
69,71	13,45	16,01