

Koolieine menüü 10.02-14.02.2025

Dussmann

FOOD SERVICES

Esmaspäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Maisimannapuder	200,00	287,00	32,60	13,80	8,92
Mahlakissell	100,00	74,00	17,20	0,17	0,49
Pirn	50,00	23,20	5,10	0,00	0,15
Toidukord kokku		384,20	54,90	13,97	9,56

Teisipäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Kreemine kanapasta	200,00	329,00	29,50	15,70	15,90
Kaalikasalat	50,00	18,00	3,23	0,048	0,522
Piim	200,00	115,60	10,60	5,20	6,60
Leib	30,00	67,70	15,80	0,30	1,50
Toidukord kokku		530,30	59,13	21,25	24,52

Kolmapäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Selge kalasupp köögiviljadega	200,00	183,00	8,83	6,78	9,93
Keefirismuuti banaani ja marjadega	100,00	77,70	13,50	1,45	2,17
Leib	60,00	135,40	31,60	0,60	3,00
Õun	50,00	24,15	5,45	0,00	0,00
Toidukord kokku		420,25	59,38	8,83	15,10

Neljapäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Hakklihakaste	120,00	254,40	7,80	21,48	7,56
Kartul, aurutatud	120,00	88,80	18,96	0,12	2,29
Peedisalat	50,00	20,40	3,45	0,10	0,80
Leib	30,00	67,70	15,80	0,30	1,50
Piim	200,00	115,60	10,60	5,20	6,60
Toidukord kokku		546,90	56,61	27,20	18,75

NÄDALA KESKMINE KOKKU:

362,59 46,00 12,31 13,95

Menüü kaloraaž on arvestatud I vanuseastmele.