

Koolieine menüü 03.04-06.04.2023

Dussmann

FOOD SERVICES

Esmaspäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, kokku, g	Rasvad, g	Valgud, g
Piima-riisisupp	250,00	233,00	36,10	7,33	8,26
Sepik juustuvõidega	30,00	107,20	11,29	6,21	2,76
Banaan	50,00	45,30	10,90	0,10	0,60
Toidukord kokku		385,50	58,29	13,64	11,62

Teisipäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, kokku, g	Rasvad, g	Valgud, g
Tatrapuder peekoni ja porgandiga	200,00	280,00	33,40	11,94	4,84
Jogurtikastekaste tomatiga	50,00	32,90	3,87	1,09	4,07
Leib	40,00	84,20	19,32	0,48	2,80
Mahlajook	180,00	34,70	7,57	0,09	0,25
Toidukord kokku		431,80	64,16	13,60	11,96

Kolmapäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, kokku, g	Rasvad, g	Valgud, g
Lasagne	180,00	322,00	41,80	12,20	11,60
Joogijogurt	100,00	84,70	14,40	1,91	2,56
Kapsas	30,00	8,18	1,90	0,06	0,34
Toidukord kokku		414,88	58,10	14,17	14,50

Neljapäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, kokku, g	Rasvad, g	Valgud, g
Ahjupannkook õuntega	180,00	294,00	44,90	10,71	11,50
Piim	100,00	57,80	5,30	2,60	3,30
Paprika	30,00	8,04	1,92	0,06	0,30
Toidukord kokku		359,84	52,12	13,37	15,10

Reede

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, kokku, g	Rasvad, g	Valgud, g
Toidukord kokku		0,00	0,00	0,00	0,00

Nädala keskmine **398,01** **58,17** **13,70** **13,29**

Menüü kaloraaz on arvestatud 1 vanuseastmele.