

Koolilõuna menüü

15. nädal 06/04/2026



Esmaspäev	Lõunasöök	Koostisosad	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
	Sinepine sealihakaste (G, L)	Sealha, mugulsibul, hapukoor , vesi, toiduõli, nisu jahu, sinep , maitseroheline, söögisool, must pipar	140,00	111,00	4,20	8,04	5,32
Taimetoit	Läätse-kaalikapada	Läätсед (punased/oranzid), kaalikas, porgand, mugulsibul, küüslauk, toiduõli, vesi, loorber, söögisool, must pipar, maitseroheline	20,00	22,14	2,62	0,69	1,07
	Täisterapasta/pasta, keedetud (G)	Täisterapasta/pasta (durumisujahu, vesi), vesi, söögisool, toiduõli	100,00	151,25	26,25	2,58	4,56
	Tatar, keedetud	Tatar, vesi, söögisool	100,00	80,60	16,98	0,50	2,98
	Kapsa-maisi-paprikasalat	Valge peakapsas, mais, paprika	100,00	51,00	6,61	1,40	1,57
	Peet, porgand, hapukurk		100,00	30,00	4,97	1,07	0,97
	Salatikaste	Õunamahli, õunaäädikas, toiduõli, sidrunimahli, sinepipuber, söögisool, must pipar, petersell	5,00	35,25	0,03	3,96	0,01
	Seemnesegu	Kõrvitsaseemned, päevalliseemned, seesamiseemned	5,00	30,60	0,08	2,67	1,28
	Rukkileiva- ja sepikutoodete valik (G)		50,00	115,00	25,10	0,83	3,94
PRIA	Piimatooted (piim, keefir) (L)		50,00				
	Õun		100,00	48,80	13,48	0,00	0,00
Kokku:				675,64	100,31	20,83	21,69

Koolilõuna menüü

15. nädal 07/04/2026

Teisipäev	Lõunasöök	Koostisosad	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
	Kanasupp kookosjoogi ja riisiga	Kanaliha, porgand, mugulsibul, ingver, küüslauk, paprika, šampinjoni, riis, kookosjook, vesi, kanapuljong, sidrunimahli, tšillipipar, toiduõli, must pipar, söögisool, maitseroheline	250,00	242,00	13,80	15,80	8,84
Taimetoit	Köögiviljasupp kookosjoogi ja riisiga	Brokoli, paprika, porgand, mugulsibul, ingver, küüslauk, paprika, šampinjoni, riis, kookosjook, vesi, kanapuljong, sidrunimahli, tšillipipar, toiduõli, must pipar, söögisool, maitseroheline	50,00	40,20	3,37	2,59	0,61
	Apelsinitarretis vaniljakastmega (L)	Apelsinimahli, õunamahli, vesi, suhkur, želatiin, vaniljakaste (piim, suhkur, vanillisuhkur, kurkum, maisitärklis, või)	160,00	113,00	21,20	1,87	2,98
	Rukkileiva- ja sepikutoodete valik (G)		50,00	115,00	25,10	0,83	3,94
	Porgand		100,00	24,20	4,20	0,20	0,50
Kokku:				534,40	67,67	21,29	16,87

Koolilõuna menüü

15. nädal 08/04/2026

Koimapäev	Lõunasöök	Koostisosad	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
	Ahjukala köögiviljapadjal	Valge kala, porgand, mugulsibul, tomat, suvikõrvits, küüslauk, sidrunimahli, toiduõli, söögisool, must pipar, till	140,00	131,00	2,95	6,96	13,50
Taimetoit	Ratatouille (tomatine köögiviljahautis)	Baklažaan, suvikõrvits, paprika, mugulsibul, küüslauk, purustatud tomat, toiduõli, vesi, basiilik, tüümian, suhkur, must pipar, söögisool	50,00	37,60	2,43	2,62	0,61
	Tartarkaste (L)	Hapukoor, majonees , marineeritud kurk, sidrunimahli, söögisool, must pipar, suhkur, maitseroheline	50,00	102,00	2,05	9,94	1,04
	Kartul, aurutatud		100,00	72,50	15,50	0,10	1,90
	Riis, aurutatud	Riis, vesi, söögisool, toiduõli	100,00	128,75	28,63	0,26	2,50
	Kapsa-kurgisalat punase sibulaga	Valge peakapsas, kurk, punane mugulsibul, toiduõli	100,00	27,70	2,83	1,11	0,84
	Lehtsalatisegu, nuikapsas, hernes	Roomasalat, jääsalat, rukola, spinat, nuikapsas, hernes	100,00	43,10	5,17	0,42	2,90
	Salatikaste	Õunamahli, õunaäädikas, toiduõli, sidrunimahli, sinepipuber, söögisool, must pipar, petersell	5,00	35,25	0,03	3,96	0,01
	Seemnesegu	Kõrvitsaseemned, päevalliseemned, seesamiseemned	5,00	30,60	0,08	2,67	1,28
	Rukkileiva- ja sepikutoodete valik (G)		50,00	115,00	25,10	0,83	3,94
PRIA	Piimatooted (piim, keefir) (L)		50,00				
	Pirn		100,00	40,00	9,24	0,00	0,30
Kokku:				763,50	94,01	28,88	28,82

Koolilõuna menüü

15. nädal 09/04/2026

Neljapäev	Lõunasöök	Koostisosad	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
	Sealihasupp kümne köögiviljaga	Sealha, valge peakapsas, kartul, porgand, kõrvits, brokoli, tillikapsas, pastinaak, roheline herned, mugulsibul, küüslauk, vesi, seapuljong, loorber, toiduõli, must pipar, söögisool, maitseroheline	250,00	265,00	11,80	16,60	14,20
Taimetoit	Kümne köögiviljasupp	Valge peakapsas, kartul, porgand, kõrvits, brokoli, tillikapsas, pastinaak, roheline herned, mugulsibul, küüslauk, vesi, puljong, loorber, toiduõli, must pipar, söögisool, maitseroheline	50,00	28,60	2,78	1,22	0,98
	Banaan-kakaogurt röstitud kaerahelvestega (G, L)	Maitsestatamata jogurt, banaan, kakapuber, suhkur, kaerahelbed	160,00	280,00	46,30	5,27	9,57
	Rukkileiva- ja sepikutoodete valik (G)		50,00	115,00	25,10	0,83	3,94
	Valge redis		100,00	18,90	2,90	0,10	0,80
Kokku:				707,50	88,88	24,02	29,49

Koolilõuna menüü

15. nädal 10/04/2026

Reede	Lõunasöök	Koostisosad	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
	Makaroonid koogiviljade ja kanahakklihaga (G)	Pasta (durumisujahu, vesi) , kanahakkliha, mugulsibul, porgand, suvikõrvits, paprika, tomatipasta, toiduõli, vesi, söögisool, must pipar	250,00	273,00	41,70	2,03	19,70
Taimetoit	Ahju pasta aedubadega (G)	Pasta (durumisujahu, vesi) , aeduba, mugulsibul, küüslauk, tomatipasta, basiilik, pune, toiduõli, vesi, söögisool, must pipar	50,00	58,80	10,50	0,78	1,96
	Lillikapsas, aurutatud		100,00	34,30	6,14	0,21	2,06
	Jogurti-küüslaugukaste (L)	Maitsestatamata jogurt, küüslauk, sidrunimahli, suhkur, söögisool	50,00	41,85	2,91	2,40	2,07
	Hiina kapsa salat tomati ja spinatiga	Hiina kapsas, tomat, spinat	100,00	62,40	1,59	0,15	1,21
	Porgand, mais, brokoli		100,00	52,30	6,95	0,77	2,73
	Salatikaste	Õunamahli, õunaäädikas, toiduõli, sidrunimahli, sinepipuber, söögisool, must pipar, petersell	5,00	35,25	0,03	3,96	0,01
	Seemnesegu	Kõrvitsaseemned, päevalliseemned, seesamiseemned	5,00	30,60	0,08	2,67	1,28
	Rukkileiva- ja sepikutoodete valik (G)		50,00	115,00	25,10	0,83	3,94
PRIA	Piimatooted (piim, keefir) (L)		50,00				
	Õun		100,00	48,80	13,48	0,00	0,00
Kokku:				752,10	108,48	13,80	34,96
NÄDALA KESKMINNE KOKKU:				686,63	91,87	21,76	26,37
Põhitoitainetest saadav energia osakaal (%E)					53,52	28,53	15,36
Nõutud vahemik kahenädala keskmisena				700-800 kcal	45-60 %E	25-40 %E	10-20 %E

Üldinfo menüü kohta

Taimetoit võib sisaldada muna- ja piimatooteid
 Allergiat või toidutalumatust põhjustavate koostisainete kohta küsi lisainfor koögi-personalilt
 Menüü on koostatud lähtudes 4.-9.klassi laste toiduenergia ja toitainete vajadusest, jälgides kehtivaid toidumissoovitusi
 Joogivesi on igapäevaselt tasuta saadaval kogu päeva jooksul

Tähtsised märkused

G – sisaldab gluteeni L – sisaldab piimatooteid (sh laktoosi)
 M – sisaldab muna P – sisaldab pähkleid
 PT – portsjennode VS – vähendatud suhkruga

PRIA toetusprogrammid

Koolipuuviija ja -köögivilja ning koolipiima toetab osaliselt PRIA

Koolilõuna menüü

17. nädal 20/04/2026



Esmaspäev	Lõunasöök	Koostisosad	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
	Koorene kanakaste paprika ja porgandiga (G, L)	Kanaliha, porgand, paprika, mugulsibul, toiduõli, toidukoor, nisujahu, vesi, söögisool, must pipar, maitseroheline	140,00	158,00	6,73	11,10	7,34
Taimetoit	Koorene hernepada paprika ja porganditega (G, L)	Roheline hernes, porgand, paprika, mugulsibul, toiduõli, toidukoor, nisujahu, vesi, söögisool, must pipar, maitseroheline	20,00	24,80	2,17	1,24	0,86
	Riis, aurutatud	Riis, vesi, söögisool, toiduõli	100,00	128,75	28,63	0,26	2,50
	Pasta, keedetud (G)	Pasta (durumisujahu, vesi), vesi, söögisool, toiduõli	100,00	151,25	26,25	2,58	4,56
	Porgandi-ananassisalad	Porgand, ananass, toiduõli	100,00	47,80	6,41	1,68	0,49
	Hiina kapsas, roheline hernes, tomat		100,00	40,8	4,93	0,367	2,79
	Salatikaste	Õunamahli, õunaäädikas, toiduõli, sidrunimahli, sinepipulber, söögisool, must pipar, maitseroheline	10,00	70,50	0,06	7,92	0,02
	Seemnesegu	Kõrvitsaseemned, päevaliseemned, seesamiseemned	15,00	91,80	0,23	0,80	3,83
	Rukkileiva- ja sepikutoodete valik (G)		50,00	115,00	25,10	0,83	3,94
PRIA	Piimatooted (piim, keefir) (L)		50,00				
	Pirn		100,00	40,00	9,24	0,00	0,30
Kokku:				868,70	109,75	26,78	26,63

Koolilõuna menüü

17. nädal 21/04/2026

Teisipäev	Lõunasöök	Koostisosad	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
	Minestrone supp veiselihaga (G)	Veiseliha, porgand, kartul, makaronid (durumisujahu, vesi), suvikõrvits, aeduba, porulauk, mugulsibul, küüslauk, tomatipasta, vesi, toiduõli, söögisool, tüümian, pune, basilik	250,00	212,00	16,70	10,80	10,40
Taimetoit	Minestrone supp punaste ubadega (G)	Porgand, kartul, makaronid (durumisujahu, vesi), suvikõrvits, punane uba, aeduba, porulauk, mugulsibul, küüslauk, tomatipasta, vesi, toiduõli, söögisool, tüümian, pune, basilik	50,00	29,50	4,16	0,67	1,20
	Hapukoor (L)		30,00	82,60	2,87	7,00	2,10
	Metsmustika-mannavaht mustsõstra kastmega (G)	Nisumanna, mustikas, vesi, suhkur, vanillisuhkur, söögisool, mustad sõstrad	160,00	127,00	28,30	0,38	1,33
	Rukkileiva- ja sepikutoodete valik (G)		50,00	115,00	25,10	0,83	3,94
	Valge redis		100,00	18,90	2,90	0,10	0,80
Kokku:				585,00	80,03	19,78	19,77

Koolilõuna menüü

17. nädal 22/04/2026

Kolmapäev	Lõunasöök	Koostisosad	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
	Värskekapsahautis sealihaga	Valge peakapsas, porgand, sealiha, mugulsibul, tomatipüree, vesi, toiduõli, söögisool, must pipar, till	140,00	127,00	6,21	7,99	6,07
Taimetoit	Värskekapsa-läätsehautis	Valge peakapsas, porgand, läätsed, mugulsibul, vesi, toiduõli, söögisool, must pipar, till	20,00	20,40	2,34	0,67	0,92
	Kartul, aurutatud		100,00	72,50	15,50	0,10	1,90
	Tatar, keedetud	Tatar, vesi, söögisool	100,00	80,60	16,98	0,50	2,98
	Peedi-kodujuustusalat (L)	Keedupeet, kodujuust, söögisool	100,00	71,80	4,70	2,30	7,45
	Kõrvits, valge redis, läätsed (keedetud)		100,00	56,5	8,72	0,283	3,72
	Salatikaste	Õunamahli, õunaäädikas, toiduõli, sidrunimahli, sinepipulber, söögisool, must pipar, maitseroheline	10,00	70,50	0,06	7,92	0,02
	Seemnesegu	Kõrvitsaseemned, päevaliseemned, seesamiseemned	10,00	61,20	0,15	5,34	2,55
	Rukkileiva- ja sepikutoodete valik (G)		50,00	115,00	25,10	0,83	3,94
PRIA	Piimatooted (piim, keefir) (L)		50,00				
	Õun		100,00	48,80	13,48	0,00	0,00
Kokku:				724,30	93,24	25,93	29,55

Uudinfo menüü kohta

Koolilõuna menüü

17. nädal 23/04/2026

Neljapäev	Lõunasöök	Koostisosad	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
	Selge kalasupp tilliga	Kartul, kala, porgand, mugulsibul, tomat, vesi, kalapüjong, söögisool, must pipar, toiduõli, loorber, till	250,00	140,00	12,70	3,44	13,40
Taimetoit	Aedviljasupp kinoaga	Kartul, porgand, mugulsibul, roheline hernes, kinoa, toiduõli, vesi, söögisool, till	50,00	38,10	5,24	1,17	1,16
	Hapukoor (L)		30,00	82,60	2,87	7,00	2,10
	Mango panna cotta (L)	Maitsestatamata jogurt, piim, mango, vahukoor, želatiin, vesi, vanillisuhkur, suhkur	160,00	221,00	26,20	10,00	6,47
	Rukkileiva- ja sepikutoodete valik (G)		50,00	115,00	25,10	0,83	3,94
	Punane/valge kapsas		100,00	29,90	4,59	0,15	1,35
Kokku:				626,60	76,70	22,59	28,42

Koolilõuna menüü

17. nädal 24/04/2026

Reede	Lõunasöök	Koostisosad	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
	Ahjukartulid grillvorstiga	Kartul, liharikas grillvorst sealiha, toiduõli, söögisool, ürdid	250,00	376,00	41,80	18,00	10,40
Taimetoit	Ahjukartulid juustuga (L)	Kartul, juust, toiduõli, söögisool, ürdid	50,00	61,70	9,62	1,30	2,25
	Tomatikaste (kodune ketšup)	Tomatipüree, vesi, mugulsibul, õun, küüslauk, toiduõli, sinep, must pipar, kaneel, nelk, jahvatatud paprika, suhkur, söögisool	20,00	8,98	1,37	0,23	0,25
	Brokoli, aurutatud		100,00	47,70	3,84	0,72	5,16
	Coleslaw salat	Valge/punane peakapsas, porgand, mugulsibul, hapukoor, õunaäädikas, maitseroheline, sinep, suhkur, söögisool, must pipar	100,00	18,50	1,50	0,37	1,63
	Porgand, mais, hapukurk		100,00	43,90	6,35	0,63	1,60
	Salatikaste	Õunamahli, õunaäädikas, toiduõli, sidrunimahli, sinepipulber, söögisool, must pipar, petersell	10,00	70,50	0,06	7,92	0,02
	Seemnesegu	Kõrvitsaseemned, päevaliseemned, seesamiseemned	15,00	91,80	0,23	8,01	3,83
	Rukkileiva- ja sepikutoodete valik (G)		50,00	115,00	25,10	0,83	3,94
PRIA	Piimatooted (piim, keefir) (L)		50,00				
	Pirn		100,00	40,00	9,24	0,00	0,30
Kokku:				874,08	99,11	38,01	29,38
NÄDALA KESKMINNE KOKKU:				735,74	91,76	26,62	26,75
Põhitaitainetest saadav energia osakaal (%E)					49,89	32,56	14,54
Nõutud vahemik kähendala keskmisena				700-800 kcal	45-60 %E	25-40 %E	10-20 %E

Uudinfo menüü kohta

Taimetoit võib sisaldada muna- ja piimatoteid

Allergiat või toiduloomatust põhjustavate koostisosade kohta küsi lisainfo köökipersonalilt

Menüü on koostatud lähtudes 4.-9.klassi laste toiduenergia ja toitainete vajadusest, jälgides kehtivaid toidumissooitusi

Joojivesi on igapäevaselt tasuta saadaval kogu päeva jooksul

Tähtsised menüüs

G – sisaldab gluteeni L – sisaldab piimatoteid (sh laktoosi)

M – sisaldab muna P – sisaldab pähtleid

PT – portsjontode VS – vahendatud suhkruaga

PRIA toetusprogramm

Koolipuuviija ja -kõogviija ning koolipiima toetab osaliselt PRIA



Esmaspäev	Lõunasöök	Koostisosad	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
	Chilli con carne (mahedamaitseline tšilli)	Veisehakkliha, punane uba, mugulsibul, porgand, küüslauk, kuivatatud pune, purustatud tomat, tomatipasta, must pipar, toiduõli, söögisool	140,00	144,00	6,98	9,47	6,53
Taimetoit	Chilli con carne, ilma lihata (mahedamaitseline tšilli)	Punane uba, mugulsibul, porgand, küüslauk, kuivatatud pune, purustatud tomat, tomatipasta, must pipar, toiduõli, sool	20,00	18,00	1,99	0,66	0,71
	Pasta, keedetud (G)	Pasta (durumisujahu, vesi), vesi, söögisool, toiduõli	100,00	151,25	26,25	2,58	4,56
	Riis, aurutatud	Riis, vesi, söögisool	100,00	128,75	28,63	0,26	2,50
	Kapsa-porrulaugusalat	Valge peakapsas, porrulauk, toiduõli, õunaäädikas, söögisool, suhkur	100,00	49,50	5,18	2,11	1,26
	Porgand, roheline hernes, kaalikas		100,00	51,50	7,21	0,33	2,76
	Salatikaste	Õunamahli, õunaäädikas, toiduõli, sidrunimahli, sinepipulber, söögisool, must pipar, maltseroheline	10,00	70,50	0,06	7,92	0,02
	Seemnesegu	Kõrvitsaseemned, päevalleseemned, seesamiseemned	10,00	61,20	0,15	5,34	2,55
	Rukkileiva- ja sepikutoodete valik (G)		50,00	115,00	25,10	0,83	3,94
PRIA	Piimatooted (piim, keefir) (L)		50,00				
	Õun		100,00	48,80	13,48	0,00	0,00
Kokku:				838,50	115,03	29,50	24,83

Koolilõuna menüü

18. nädal 28/04/2026

Teisipäev	Lõunasöök	Koostisosad	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
	Kollane kanasupp rõõsa koorega (L)	Kartul, broileriliha, porgand, mugulsibul, toiduõli, kurkum, vesi, toidukoor, söögisool, must pipar, maltseroheline	250,00	160,00	14,80	5,96	10,90
Taimetoit	Kollane kikerherne-köögiviljasupp rõõsa koorega (L)	Kartul, kikerherned, porgand, mugulsibul, toiduõli, kurkum, vesi, toidukoor, söögisool, must pipar, maltseroheline	50,00	34,30	4,00	1,25	1,12
	Marjakreem kookoshelvestega (L)	Maitsetamata jogurt, kookoshelbed, piim, vesi, želatiin, suhkur, vanillisuhkur, vahukoor, marjad	160,00	332,00	17,40	25,30	6,64
	Rukkileiva- ja sepikutoodete valik (G)		50,00	115,00	25,10	0,83	3,94
	Porgand		100,00	32,40	5,60	0,20	0,60
Kokku:				673,70	66,90	33,54	23,20

Koolilõuna menüü

18. nädal 29/04/2026

Kolmapäev	Lõunasöök	Koostisosad	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
	Tomatine lõhepasta (G, L)	Lõhe, täisterapasta/pasta (durumisujahu, vesi), mugulsibul, porgand, küüslauk, purustatud tomat, vesi, toiduõli, toidukoor, söögisool, must pipar, basiilik	250,00	396,00	54,50	10,40	18,10
Taimetoit	Mac and Cheese (makaronid juustukastmes) (G, L)	Täisterapasta/pasta (durumisujahu, vesi), piim, juust, või, nisujahu, lillkapsas, porgand, söögisool, must pipar, muskapaikid	50,00	83,20	9,58	3,46	3,17
	Rooskapsas, röstitud	Rooskapsas, toiduõli, söögisool	100,00	58,90	3,36	1,60	5,40
	Hiina kapsa-paprikasalat	Hiina kapsas, paprika, toiduõli	100,00	25,40	2,06	1,12	1,17
	Peet, hapukurk, mais		100,00	47,5	7,12	0,6	1,87
	Salatikaste	Õunamahli, õunaäädikas, toiduõli, sidrunimahli, sinepipulber, söögisool, must pipar, peterell	10,00	70,50	0,06	7,92	0,02
	Seemnesegu	Kõrvitsaseemned, päevalleseemned, seesamiseemned	10,00	61,20	0,15	5,34	2,55
	Rukkileiva- ja sepikutoodete valik (G)		50,00	115,00	25,10	0,83	3,94
PRIA	Piimatooted (piim, keefir) (L)		50,00		0,01	0,01	0,01
	Pirn		100,00	40,00	9,24	0,00	0,30
Kokku:				897,70	111,18	31,28	36,53

Koolilõuna menüü

18. nädal 30/04/2026

Neljapäev	Lõunasöök	Koostisosad	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
	Hakklihasupp	Kartul, sea-veise segahakkliha, porgand, mugulsibul, juurseller, vesi, toiduõli, söögisool, must pipar, till	250,00	203,00	14,90	11,70	8,29
Taimetoit	Röstitud köögiviljade püreesupp (L)	Porgand, kartul, suvikõrvits, mugulsibul, toiduõli, toidukoor, vesi, söögisool, must pipar	50,00	31,70	3,46	1,56	0,67
	Kakaopuding moosiga (L)	Piim, suhkur, kakaopulber, maisitärklis, vanillisuhkur, söögisool, marjapüree (marjad, suhkur, vesi)	160,00	217,00	31,40	7,18	5,83
	Rukkileiva- ja sepikutoodete valik (G)		50,00	115,00	25,10	0,83	3,94
	Valge redis		100,00	18,90	2,90	0,10	0,80
Kokku:				585,60	77,76	21,37	19,53

Koolilõuna menüü

18. nädal 01/05/2026

Reede	Lõunasöök	Koostisosad	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
		Head volbripäeva!	140,00				
Taimetoit			20,00				
			100,00				
			100,00				
			50,00				
			100,00				
			100,00				
			10,00				
			10,00				
			50,00				
PRIA			50,00				
		100,00					
Kokku:				0,00	0,00	0,00	0,00
NADALA KESKMINNE KOKKU:				748,88	92,72	28,92	26,82
Põhitoitainetest saadav energia osakaal (%):					49,52	24,76	13,90
Nõud vahemik kahenädala keskmisena				700-800 kcal	45-60 %E	25-40%E	10-20%E

Üldinfo menüü kohta

Taimetoit võib sisaldada muna- ja piimatoteid

Allergiat või tootajatumastust põhjustavate koostisosade kohta küsi lisainfo tootjapersonalt

Menüü on koostatud lähtudes 4.-9.klassi laste toidunõu- ja tootainete vajadusest, jälgides kehtivaid tootmissoovitusi

Joogivesi on igapäevaselt tasuta saadaval kogu päeva jooksul