

# Koolieine menüü 1.04.-5.04.2024

**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>
Piima köögiviljasupp	200,00	251,00	20,70	7,00	6,51
Sepik munavõidega	45,00	123,00	16,20	4,73	4,49
<b>Toidukord kokku</b>		<b>374,00</b>	<b>36,90</b>	<b>11,73</b>	<b>11,00</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>
Ahjukartul sibulaga	160,00	288,00	33,50	15,80	9,73
Keefir (PRIA)	100,00	92,20	12,70	2,44	4,11
Leib	30,00	49,40	9,90	0,50	1,85
<b>Toidukord kokku</b>		<b>429,60</b>	<b>56,10</b>	<b>18,74</b>	<b>15,69</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>
Pasta kodujuustuga	200,00	197,50	26,60	1,64	2,20
Sepik	30,00	80,90	15,30	1,42	3,04
<b>Toidukord kokku</b>		<b>278,40</b>	<b>41,90</b>	<b>3,06</b>	<b>5,24</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>
Aedviljarisotto	150,00	376,00	37,70	11,00	13,70
Jogurtikaste	40,00	27,20	3,74	1,25	0,58
<b>Toidukord kokku</b>		<b>403,20</b>	<b>41,44</b>	<b>12,25</b>	<b>14,28</b>

## Reede

<b>Koolieine</b>	<b>Kogus, g</b>	<b>Energia, kcal</b>	<b>Süsivesikud, g</b>	<b>Rasvad, g</b>	<b>Valgud, g</b>
Tatraroo peekoniga	120,00	333,00	46,70	10,96	10,31
Piim	150,00	86,70	7,95	3,90	4,95
<b>Toidukord kokku</b>		<b>419,70</b>	<b>54,65</b>	<b>14,86</b>	<b>15,26</b>

**NÄDALA KESKMINE KOKKU:**

		<b>380,98</b>	<b>46,20</b>	<b>12,13</b>	<b>12,29</b>
--	--	---------------	--------------	--------------	--------------

Menüü kaloraaz on arvestatud II vanuseastmele.