

# Koolieine menüü 17.03-21.03.2025

**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-makaronisupp	200,00	287,00	32,60	13,80	8,92
sepik kalamäärdega	50,00	74,00	17,20	0,17	0,49
Õun	50,00	24,15	5,45	0,00	0,00
<b>Toidukord kokku</b>		<b>385,15</b>	<b>55,25</b>	<b>13,97</b>	<b>9,41</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>
Kartuli-porgandivorm kanalihaga	200,00	312,00	31,20	14,70	10,80
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
<b>Toidukord kokku</b>		<b>513,30</b>	<b>60,83</b>	<b>20,25</b>	<b>19,42</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>
Külasupp sealihaga	200,00	150,00	11,6	7,55	7,71
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
<b>Toidukord kokku</b>		<b>387,25</b>	<b>62,15</b>	<b>9,60</b>	<b>12,88</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>
Koorene kanapasta	180,00	147,60	8,09	8,94	8,71
Porgandisalat	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
<b>Toidukord kokku</b>		<b>351,30</b>	<b>37,94</b>	<b>14,54</b>	<b>17,61</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>
Pirnikook	80,00	270,00	42,30	7,44	6,37
Tee	200,00	38,80	15,10	0,00	0,10
<b>Toidukord kokku</b>		<b>308,80</b>	<b>57,40</b>	<b>7,44</b>	<b>6,47</b>
<b>NÄDALA KESKMINE KOKKU:</b>		<b>342,02</b>	<b>49,25</b>	<b>11,29</b>	<b>10,96</b>

Menüü kaloraaž on arvestatud I vanuseastmele.