

Koolieine menüü 17.02-21.02.2025

Dussmann

FOOD SERVICES

Esmaspäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Nisuhelbepuder	200,00	260,00	29,60	10,60	9,94
Keedis	50,00	88,50	14,00	1,93	3,29
Piim	200,00	115,60	10,60	5,20	6,60
Banaan	50,00	45,30	10,20	0,10	0,60
Toidukord kokku		509,40	64,40	17,83	20,43

Teisipäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Kartuli-hakklihavorm	200,00	265,00	12,20	19,00	10,00
Jogurti-keefirikaste maitserohelisega	50,00	29,10	1,61	1,94	0,964
Piim	100,00	57,80	5,30	2,60	3,30
Leib	30,00	67,70	15,80	0,30	1,50
Toidukord kokku		419,60	34,91	23,84	15,76

Kolmapäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Tähestikusupp kanalihaga	200,00	237,00	28,20	7,41	13,30
Kama-maasikasmuuti	200,00	161,80	24,60	3,68	6,06
Mitmeviljasepik	60,00	153,60	29,10	1,68	4,74
Õun	50,00	24,00	5,46	0,00	0,00
Toidukord kokku		576,40	87,36	12,77	24,10

Neljapäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Pilaf kanalihaga	180,00	239,00	11,10	15,40	13,40
Kapsasalat maisiga	50,00	19,10	3,21	0,15	0,73
Leib	30,00	67,70	15,80	0,30	1,50
Tee	150,00	7,20	3,80	0,00	0,00
Toidukord kokku		333,00	33,91	15,85	15,63

Reede

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Kaneelirull	100,00	278,00	31,40	14,00	5,39
Piim	200,00	115,60	10,60	5,20	6,60
Toidukord kokku		393,60	42,00	19,20	11,99
NÄDALA KESKMINE KOKKU:		446,40	52,52	17,90	17,58

Menüü kaloraaz on arvestatud I vanuseastmele.