

## Koolieine menüü 03.02-07.02.2025

### Esmaspäev

<b>Koolieine</b>	<b>Kogus, g</b>	<b>Energia, kcal</b>
Juurviljapüreesupp	200,00	194,00
Sepik singi ja kurgiga	60,00	160,00
Õun	50,00	24,15
<b>Toidukord kokku</b>		<b>378,15</b>

### Teisipäev

<b>Koolieine</b>	<b>Kogus, g</b>	<b>Energia, kcal</b>
Makaronid hakklihaga	200,00	311,00
Tomatikaste	50,00	56,00
Piim	100,00	57,80
Leib	60,00	135,40
<b>Toidukord kokku</b>		<b>560,20</b>

### Kolmapäev

<b>Koolieine</b>	<b>Kogus, g</b>	<b>Energia, kcal</b>
Riisiroog frikadellidega	180,00	127,80
Keefiri-marjajook	150,00	202,00
Hapukoorekaste	50,00	23,20
Leib	60,00	135,40
<b>Toidukord kokku</b>		<b>488,40</b>

### Neljapäev

<b>Koolieine</b>	<b>Kogus, g</b>	<b>Energia, kcal</b>
Ahjukartulid	150,00	217,00
Kodujuustusalat	50,00	32,20
Piim	100,00	57,80
Leib	60,00	135,40
<b>Toidukord kokku</b>		<b>442,40</b>

### Reede

<b>Koolieine</b>	<b>Kogus, g</b>	<b>Energia, kcal</b>
Õunakeeks	100,00	415,00
Tee	200,00	38,80
<b>Toidukord kokku</b>		<b>453,80</b>

**NÄDALA KESKMINE KOKKU:**

**464,59**

Menüü kaloraaž on arvestatud I vanuseastmele.

# Dussmann

## FOOD SERVICES

Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
19,10	8,68	8,40
12,10	10,10	3,63
5,45	0,00	0,00
<b>36,65</b>	<b>18,78</b>	<b>12,03</b>

Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
45,50	7,15	15,00
6,40	2,89	1,11
5,30	2,60	3,30
31,60	0,60	3,00
<b>88,80</b>	<b>13,24</b>	<b>22,41</b>

Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
11,44	5,78	5,92
32,20	4,42	6,62
5,10	0,00	0,30
31,60	0,60	3,00
<b>80,34</b>	<b>10,80</b>	<b>15,84</b>

Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
34,90	6,23	4,28
1,23	1,54	3,19
5,30	2,60	3,30
31,60	0,60	3,00
<b>73,03</b>	<b>10,97</b>	<b>13,77</b>

Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
50,50	19,90	7,41
15,10	0,00	0,10
<b>65,60</b>	<b>19,90</b>	<b>7,51</b>
<b>68,88</b>	<b>14,74</b>	<b>14,31</b>