

## Koolilõuna nädalamenüü 20.02-23.02.2023

## Eesti teemapäevad

esmaspäev, 20.veebruar	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Hakklihakaste veiselihast	150	157	10.60	9.35	8.09	1,2
<b>Teräsüük ehk kruubiroog ubade ja kapsaga (Võru)</b>	150	201	6.65	6.17	32.18	1
<b>Hapukapsa peedisalat / Tõukrökandi taarikapsta (Setu)</b>	100	78	1.25	5.24	6.57	
Mahlajook	150	36	0.02	0.02	8.62	
Pria piimatooted	kuni 250					2
Leivatoodete valik	65	186	5.41	2.57	33.66	1,2
Õun ja kurgi snäkid	150	38	0.60	0.34	9.00	
Kokku :		696	24.53	23.69	98.12	

teisipäev, 21.veebruar	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
<b>Hernesupp sealihaga (Võru)</b>	250	246	13.24	10.42	27.09	1
<b>Vastlakukkel vahukoorega</b>	60	196	3.52	9.95	23.13	1,2,3
Pria piimatooted	150	79	4.62	3.75	6.84	2
Leivatoodete valik	50	143	4.16	1.98	25.90	1,2
Õun ja porgandi snäkid	150	56	0.90	0.57	13.20	
Kokku :		719	26.44	26.67	96.16	

kolmapäev, 22.veebruar	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
<b>Räimevorm (Lääne)</b>	50	55	5.98	2.59	1.96	1;2;3;4
Koorekaste tilliga	100	108	1.41	9.11	5.50	1,2
<b>Kartuli-kaalikatamp (Mulgimaa)</b>	150	127	2.33	6.86	15.51	2
Kõrvitsasalat	100	50	0.81	3.13	5.42	
Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
Pria piimatooted	kuni 250					2
Leivatoodete valik	70	201	5.83	2.77	36.25	1,2
Banaan ja redise snäkid	150	101	1.65	0.45	23.70	
Kokku :		645	18.11	25.05	89.05	

neljapäev, 23.veebruar	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
<b>Kana - klimbisupp (Karksi mulkide toit)</b>	250	301	11.83	18.33	23.31	1,2,3
<b>Kama- kohupiimakreem marjadega (Mulgimaa)</b>	130	189	6.65	2.28	35.42	1,2
Pria piimatooted	kuni 250					2
Leivatoodete valik	60	172	4.99	2.37	31.08	1,2
Õun ja punasekapsa snäkid	150	50	1.35	0.42	11.48	
Kokku :		712	24.82	23.40	101.29	

<b>Nädala keskmine :</b>	<b>693</b>	<b>23.48</b>	<b>24.7</b>	<b>96.16</b>
<b>10 päeva keskmine :</b>	<b>684</b>	<b>22.53</b>	<b>24.47</b>	<b>95.53</b>

Täpsemat teavet toidu nimetuse ning allergiat või talumatust põhjustavate koostisosade kohta küsi teenindajalt või e-posti aadressilt: [tootearendus@balticrest.com](mailto:tootearendus@balticrest.com)

Joogivesi on koolisööklas iga päev tasuta kättesaadav.

Pakume kuni 0.25 liitrit piima või piimatoodet koolipäevas ühe õpilase kohta.

Oleme liitunud Euroopa Liidu koolipiima- ja puuvilja programmiga.

Kool

Koolisöökla juhataja