

## Koolieine nädalamenüü 13.05.2024 - 16.05.2024

### Tallinna Laagna Gümnaasium

vanus 7-9

esmaspäev, 13.mai	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kreemine püreesupp	200	98	2.57	5.83	9.67	2
Rõstitud sepikukuubikud	10	41	2.11	0.65	6.15	1;2
Mustsõstra-kamasmuuti	150	159	5.14	3.03	29.13	1;2
Leivatoode	30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
Kokku :	384		12.28	10.52	60.92	

teisipäev, 14.mai	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Küpsetatud kartulid tomati ja juustuga	200	298	12.76	12.46	35.02	2
Punasekapsasalat õuntega	50	27	0.62	1.61	3.07	
Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
Leivatoode	35	101	2.87	1.18	18.63	1;11;2
Kokku :	428		16.35	15.39	57.43	

kolmapäev, 15.mai	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Hakklihasupp	200	216	6.84	15.52	13.19	
Puuviljasupp	120	131	0.58	0.18	31.70	
Vahukoor	10	35	0.25	3.50	0.70	2
Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
Leivatoode	25	72	2.05	0.84	13.31	1;11;2
Kokku :	457		9.82	20.18	59.61	

neljapäev, 16.mai	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kuskuss kalkuni ja köögiviljadega	200	263	12.22	8.94	34.62	1
Peedisalat jogurtiga	50	22	0.88	0.22	4.12	2
Mahlajook	150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode	30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
Kokku :	408		15.58	10.19	63.33	

Nädala keskmine :	426	13.91	14.44	60.49
10 päeva keskmine :	427	13.96	14.02	61.43

Täpsemat teavet toidu nimetuse ning allergiat või talumatust põhjustavate koostisosade kohta küsi teenindajalt või e-posti aadressilt:

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