

Koolieine nädalamenüü 20.05.2024 - 23.05.2024

Tallinna Laagna Gümnaasium

vanus 7-9

esmaspäev, 20.mai		Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kana-kõogiviljasupp		200	186	5.66	13.08	12.73	
Banaani-maasika kakaosmuuti		150	104	4.19	3.08	14.67	2
Leivatoode		50	144	4.10	1.68	26.62	1;11;2
Kokku :		434	434	13.95	17.84	54.02	

teisipäev, 21.mai		Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kodune sealihakaste		130	135	7.68	9.27	5.64	1;2
Ahjukartulid kõogiviljadega		130	136	3.16	3.66	23.80	
Peedisalat porruga		50	21	0.81	0.10	4.29	
Mahlajook		150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode		35	101	2.87	1.18	18.63	1;11;2
Kokku :		428	428	14.54	14.23	60.98	

kolmapäev, 22.mai		Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kõrvitsapüreesupp		200	143	2.61	8.93	15.11	2;9
Rõstitud sepikukuubikud		10	41	2.11	0.65	6.15	1;2
Mango-riisi puding		120	144	3.47	1.98	28.70	2
Aedmaasikamoos		10	18	0.04	0	4.50	
Leivatoode		30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
Kokku :		433	433	10.69	12.57	70.43	

neljapäev, 23.mai		Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Riisiroog hakklilhaga		200	246	8.39	12.25	26.33	
Porgandisalat jõhvikatega		50	37	0.43	2.46	3.87	
Maitsevesi		150	3	0.10	0.14	0.71	
Leivatoode		50	144	4.10	1.68	26.62	1;11;2
Kokku :		429	429	13.02	16.53	57.53	

Nädala keskmine :	427	13.65	14.96	60.05
10 päeva keskmine :	427	13.78	14.70	60.27

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