

Koolieine nädalamenüü 11.11.2024 - 14.11.2024

Tallinna Laagna Gümnaasium

vanus 7-9

esmaspäev, 11.november	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Lillkapsapüreesupp	200	98	1.96	8.15	5.38	2
Rõstitud sepikukuubikud	10	41	2.11	0.65	6.15	1;2
Marja-jogurtidessert müsliga	120	213	5.88	10.26	24.73	1;2;6
Leivatoode	40	115	3.28	1.34	21.30	1;11;2
Kokku :	467		13.23	20.40	57.56	

teisipäev, 12.november	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kartulivormiroog	200	230	10.43	5.02	36.65	10;2;3
Hiinakapsasalat maisiga	50	33	0.88	2.18	2.86	
Mahlajook	150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode	25	72	2.05	0.84	13.31	1;11;2
Kokku :	371		13.38	8.06	61.44	

kolmapäev, 13.november	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Hakkliha - aedviljasupp	200	180	5.42	14.04	8.98	
Mahlatarretis	120	132	2.58	0	29.72	
Vahukoor	20	71	0.50	7.00	1.40	2
Leivatoode	30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
Kokku :	469		10.96	22.05	56.07	

neljapäev, 14.november	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Makaronid kalkunilihaga	200	279	11.79	8.42	38.63	1
Peedisalat õunaga	50	39	0.48	2.13	4.62	
Mahlajook	150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode	20	57	1.64	0.67	10.65	1;11;2
Kokku :	411		13.93	11.24	62.52	

Nädala keskmine :	426	14.45	14.67	58.83
10 päeva keskmine :	422	14.47	14.19	59.14

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 koolinädalas ühe õpilase kohta.

Oleme liitunud Euroopa Liidu koolipiima- ja puuvilja programmiga.

Kool

Koolisöökla juhataja