

Koolieine nädalamenüü 25.11.2024 - 28.11.2024

Tallinna Laagna Gümnaasium

vanus 7-9

esmaspäev, 25.november	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Värskekapsasupp lihata	200	130	1.86	8.25	13.37	
Kohupiimakreem	120	172	7.91	2.79	28.30	2
Aedmaasikamoos	20	36	0.08	0	9.00	
Leivatoode	20	57	1.64	0.67	10.65	1;11;2
Kokku :	396		11.49	11.71	61.32	

teisipäev, 26.november	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kuskuss köögiviljadega	200	279	7.00	11.26	38.74	1
Peedisalat õunaga	50	39	0.48	2.13	4.62	
Mahlajook	150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode	15	43	1.23	0.50	7.99	1;11;2
Kokku :	396		8.73	13.91	59.97	

kolmapäev, 27.november	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kalkuni - aedviljasupp	200	145	7.42	8.89	9.65	
Marjakissell	120	86	0.18	0.01	20.97	
Vahukoor	20	71	0.50	7.00	1.40	2
Leivatoode	50	144	4.10	1.68	26.62	1;11;2
Kokku :	445		12.20	17.58	58.64	

neljapäev, 28.november	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Tatrarooq sealihaga	200	250	13.12	8.02	32.81	
Hiinakapsasalat tilliga	50	19	0.81	1.15	1.65	
Mahlajook	150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode	30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
Kokku :	391		16.41	10.20	59.05	

Nädala keskmine :	410	12.19	13.46	60.06
10 päeva keskmine :	411	13.03	13.75	59.02

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