

Koolieine nädalamenüü 10.03.2025 - 13.03.2025

Tallinna Laagna Gümnaasium

vanus 7-9

esmaspäev, 10.märts						
	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Sealiha - aedviljasupp	200	133	7.22	7.94	8.98	
Ahjuõunasmuuti	150	130	2.58	2.12	25.50	2
Leivatoode	50	144	4.10	1.68	26.62	1;11;2
Kokku :	406		13.90	11.74	61.10	

teisipäev, 11.märts						
	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Makaroniroog juustuga	200	351	13.39	13.41	43.53	1;2;3
Valge redise - porgandisalat	50	14	0.50	0.13	3.13	
Mahlajook	150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode	15	43	1.23	0.50	7.99	1;11;2
Kokku :	444		15.14	14.06	63.27	

kolmapäev, 12.märts						
	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kaunviljapüreesupp	200	308	12.68	13.55	40.05	2
Jõhvika-mannavaht	80	80	0.86	0.17	18.78	1
Piim, R 2,5%	40	21	1.20	1.00	1.92	2
Leivatoode	15	43	1.23	0.50	7.99	1;11;2
Kokku :	453		15.97	15.22	68.74	

neljapäev, 13.märts						
	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kartuliroog hakklihaga	200	286	10.90	12.76	32.97	
Kaalikasalat jõhvikatega	50	17	0.43	0.17	4.12	
Mahlajook	150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode	25	72	2.05	0.84	13.31	1;11;2
Kokku :	411		13.40	13.79	59.02	

Nädala keskmine :	433	15.12	14.32	62.17
10 päeva keskmine :	423	13.82	13.84	61.41

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 nädalas ühe õpilase kohta.

Oleme liitunud Euroopa Liidu koolipiima- ja puuvilja programmiga.

Kool

Koolisöökla juhataja