

Koolieine nädalamenüü 17.03.2025 - 20.03.2025

Tallinna Laagna Gümnaasium

vanus 7-9

esmaspäev, 17.märts						
	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kartuli - läätsesupp	200	188	6.13	8.52	21.21	
Kirsi - jogurtidessert	120	129	5.67	2.50	20.63	2
Leivatoode	35	101	2.87	1.18	18.63	1;11;2
Kokku :	417		14.67	12.20	60.47	
teisipäev, 18.märts						
	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Tatra - köögiviljasegadik (vegan)	200	279	7.00	11.33	39.28	
Peedisalat õliga	50	45	0.84	2.60	4.57	
Mahlajook	150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode	15	43	1.23	0.50	7.99	1;11;2
Kokku :	403		9.09	14.45	60.46	
kolmapäev, 19.märts						
	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kalkuni-kikerhemesupp	200	154	9.24	7.17	12.62	
Mango-riisi puding	120	144	3.47	1.98	28.70	2
Aedmarjamoos	20	44	0	0	11.00	
Leivatoode	20	57	1.64	0.67	10.65	1;11;2
Kokku :	399		14.35	9.82	62.97	
neljapäev, 20.märts						
	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Sealiha ahjuroog	200	204	13.20	8.51	19.70	2;3
Punasekapsasalat	50	35	0.81	2.35	3.10	
Mahlajook	150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode	50	144	4.10	1.68	26.62	1;11;2
Kokku :	419		18.13	12.56	58.04	

Nädala keskmine :	414	13.94	12.81	60.58
10 päeva keskmine :	424	14.53	13.57	61.38

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