

## Koolieine nädalamenüü 24.03.2025 - 27.03.2025

### Tallinna Laagna Gümnaasium

vanus 7-9

esmaspäev, 24.märts		Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Köögiviljasupp lihata		200	113	1.67	7.30	11.66	
Mustika-kamasmuuti		150	157	4.96	3.06	28.35	1;2
Leivatoode		40	115	3.28	1.34	21.30	1;11;2
	Kokku :	385		9.91	11.70	61.31	

teisipäev, 25.märts		Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Küpsetatud kartulid tomati ja juustuga		200	298	12.76	12.46	35.02	2
Valge redise salat maitserohelisega		50	19	0.51	1.31	1.73	
Mahlajook		150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode		25	72	2.05	0.84	13.31	1;11;2
	Kokku :	425		15.34	14.63	58.68	

kolmapäev, 26.märts		Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Hakklisupp		200	216	6.84	15.52	13.19	
Mahlatarretis		120	132	2.58	0	29.72	
Vahukoor		5	18	0.12	1.75	0.35	2
Leivatoode		30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
	Kokku :	452		12.00	18.28	59.23	

neljapäev, 27.märts		Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Tatar kana ja köögiviljadega		200	283	13.14	12.51	31.36	
Peedisalat õunaga		50	39	0.48	2.13	4.62	
Mahlajook		150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode		25	72	2.05	0.84	13.31	1;11;2
	Kokku :	430		15.69	15.50	57.91	

Nädala keskmine :	415	13.18	14.45	58.72
10 päeva keskmine :	415	13.56	13.63	59.65

Täpsemat teavet toidu nimetuse ning allergiat või talumatust põhjustavate koostisosade kohta küsi teenindajalt või e-posti aadressilt: [tootearendus@balticrest.com](mailto: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