

Koolieine nädalamenüü 31.03.2025 - 03.04.2025

Tallinna Laagna Gümnaasium

vanus 7-9

esmaspäev, 31.märts	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kanasupp	200	230	11.20	14.43	15.21	
Kakao-kohupiimakreem	100	138	12.63	1.14	18.32	2
Aedmaasikamoos	20	36	0.08	0	9.00	
Leivatoode	20	57	1.64	0.67	10.65	1;11;2
Kokku :	462		25.55	16.24	53.18	

teisipäev, 1.aprill	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Täisterapasta aedviljadega	200	311	8.46	11.92	40.70	1;3
Peedisalat jogurtiga	50	22	0.88	0.22	4.12	2
Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
Leivatoode	25	72	2.05	0.84	13.31	1;11;2
Kokku :	408		11.49	13.12	58.84	

kolmapäev, 2.aprill	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kõrvitsapüreesupp	200	143	2.61	8.93	15.11	2;9
Rõstitud sepikukuubikud	10	41	2.11	0.65	6.15	1;2
Karamellpuding	120	118	2.63	2.16	22.00	2
Marja toormoos	20	13	0.11	0.01	3.01	
Leivatoode	25	72	2.05	0.84	13.31	1;11;2
Kokku :	388		9.51	12.59	59.58	

neljapäev, 3.aprill	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Riisiroog hakklilhaga	200	246	8.39	12.25	26.33	
Kapsasalat porgandiga	50	14	0.51	0.14	3.30	
Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
Leivatoode	50	144	4.10	1.68	26.62	1;11;2
Kokku :	407		13.10	14.21	56.96	

Nädala keskmine :	415	14.97	13.59	57.96
10 päeva keskmine :	415	14.08	14.02	58.34

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