

## Koolieine nädalamenüü 21.04.2025 - 24.04.2025

### Tallinna Laagna Gümnaasium

vanus 7-9

esmaspäev, 21.aprill		Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kõrgviljapüreesupp		200	81	1.70	3.70	10.95	2.00
Rõstitud sepikukuubikud		10	41	2.11	0.65	6.15	1;2
Puuvilja - jogurtikokteil		150	111	4.46	3.48	15.27	2.00
Leivatoode		50	144	4.10	1.68	26.62	1;11;2
	Kokku :	377		12.37	9.51	58.99	

teisipäev, 22.aprill		Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kartulivormiroog		200	230	10.43	5.02	36.65	10;2;3
Peedisalat õliga		50	45	0.84	2.60	4.57	
Piim, R 2,5%		150	80	4.50	3.75	7.20	2.00
Leivatoode		20	57	1.64	0.67	10.65	1;11;2
	Kokku :	411		17.41	12.04	59.07	

kolmapäev, 23.aprill		Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Sealiha - aedviljasupp		200	133	7.22	7.94	8.98	
Kakao-kohupiimakreem		120	203	8.79	9.83	19.05	2.00
Leivatoode		45	129	3.69	1.51	23.96	1;11;2
	Kokku :	465		19.70	19.28	51.99	

neljapäev, 24.aprill		Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Makaronid kalkunilihaga		200	279	11.79	8.42	38.63	1.00
Kaalikasalat jõhvikatega		50	17	0.43	0.17	4.12	
Maitsevesi		150	3	0.10	0.14	0.71	
Leivatoode		35	101	2.87	1.18	18.63	1;11;2
	Kokku :	399		15.19	9.91	62.09	

Nädala keskmine :	417	15.7	13.05	58.81
10 päeva keskmine :	418	14.27	13.35	59.70

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