Koolieine nädalamenüü 12.05.2025 - 15.05.2025

Tallinna Laagna Gümnaasium

vanus 7-9

esmaspäev, 12.mai	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kanasupp spinatiga	200	230	7.93	17.30	12.08	
Banaani-maasika kakaosmuuti	150	104	4.19	3.08	14.67	2
Leivatoode	45	129	3.69	1.51	23.96	1;11;2
	Kokku :	464	15.81	21.89	50.71	

teisipäev, 13.mai	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kartuli-juusturoog	200	196	8.49	6.53	27.23	2;9
Hiinakapsasalat maisiga	50	33	0.88	2.18	2.86	
Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
Leivatoode	50	144	4.10	1.68	26.62	1;11;2
	Kokku :	376	13.57	10.53	57.42	

kolmapäev, 14.mai	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Tatra - köögiviljasegadik (vegan)	200	279	7.00	11.33	39.28	
Valge redise - porgandisalat	50	14	0.50	0.13	3.13	
Mahlajook	150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode	20	57	1.64	0.67	10.65	1;11;2
	Kokku :	386	9.16	12.15	61.68	

neljapäev, 15.mai	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Riisiroog hakklihaga	200	246	8.39	12.25	26.33	
Peedisalat jogurtiga	50	22	0.88	0.22	4.12	2
Mahlajook	150	36	0.02	0.02	8.62	
Leivatoode	35	101	2.87	1.18	18.63	1;11;2
	Kokku :	404	12.16	13.67	57.70	

Nädala keskmine :	**412**	**12.97**	**14.53**	**57.89**
10 päeva keskmine :	**410**	**13.50**	**13.77**	**58.41**

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