

Descarte kooli koolilõuna menüü 29.04- 05.05 II kooliastmele 10-12 aastastele		Valmistoidu kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
KOOLILÕUNA	Hautatud kalkuniliha	50	76	10,28	3,76	0,38	
	Koorekaste tilliga	100	109	1,44	9,11	5,63	1;2
	Aurutatud brokoli	50	15	1,53	0,17	2,68	
	Keedetud pasta (mahe)	50	84	2,34	1,92	13,65	1;3
	Keedetud läätsed (mahe)	50	79	5,42	0,38	11,78	
	Jääsalat, porgand (mahe), redis, peet (mahe)	100	27	1,18	0,22	5,72	
	Kastmevalik salatitele	5	28	0,05	3,03	0,23	10;2
	Seemnesegu (mahe)	2	11	0,46	0,87	0,50	11;00
	Vesi	150	0	0	0	0	
	Maitsevesi	150	3	0,10	0,14	0,71	
	Mahlajook	150	36	0,02	0,02	8,62	
	Pria piimatooted (mahe piim)	Kuni 250					2,00
	Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	40	115	3,28	1,34	21,30	1;11;2
	Piim	70	30	0,28	0,28	7,42	
Kaalikas	100	31	1,00	0,30	7,30		
ESMASPÄEV KOKKU :			677	28,47	22,26	92,48	
	Oakotlet (Veegan) (mahe porgand)	150	61	3,82	0,44	11,16	9
KOOLILÕUNA	Hapukapsasupp sealihaga (mahe kartul, porgand)	250	180	11,83	8,39	14,95	1
	Hapukoor, R 20 %	20	41	0,56	4,00	0,72	2
	Kaerahelbekrõbedik õunte ja sõstardega	100	291	4,29	10,10	46,79	1;2
	Pria piimatooted (mahe piim)	Kuni 250					2
	Vesi	150	0	0	0	0	
	Maitsevesi	150	3	0,10	0,14	0,71	
	Kummeli tee	150	18	0	0	4,49	
	Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	50	144	4,10	1,68	26,62	1;11;2
	Kiivi	70	33	0,70	0,28	7,49	
	Värske lillkapsas	100	22	1,60	0,20	4,60	
TEISIPÄEV KOKKU :			732	23,18	24,79	106,37	
	Köögiviljasupp (mahe kartul, porgand ja läätsed)	250	152	3,20	9,21	15,41	
KOOLILÕUNA	Selge kalasupp (mahe kartul, porgand)	250	180	9,31	9,31	15,78	4
	Mõnus kohupiimakreem	130	209	5,97	6,59	30,56	2
	Pria piimatooted (mahe piim)	Kuni 250					2
	Vesi	150	0	0	0	0	
	Maitsevesi	150	3	0,10	0,14	0,71	
	Mahlajook	150	36	0,02	0,02	8,62	
	Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	60	172	4,92	2,02	31,94	1;11;2
	Õun (mahe)	70	28	0,14	0,25	6,93	
	Porgand (mahe)	100	34	1,00	0,40	7,70	
NELJAPÄEV KOKKU :			662	21,46	18,73	102,24	
	Borš ubadega (mahe kartul, porgand, peet)	250	97	2,45	2,81	15,77	1
	Hapukoor, R 20 % (mahe)	20	41	0,56	4,00	0,72	2
KOOLILÕUNA	Kodused kananagitsad	50	88	11,52	2,36	5,21	1;2;3
	Valge kaste maitserohelisega	100	83	1,90	6,04	5,67	1;2
	Ahjuporgandi ribad (mahe)	50	24	0,60	0,71	4,42	
	Kartulipuder (mahe kartul ja piim)	50	69	1,46	2,36	10,64	2
	Keedetud pärl kuskuss	50	63	1,92	1,30	10,94	1
	Kaalikas, punane peakapsas (mahe), kurk, rukola	100	24	1,45	0,32	4,62	
	Kastmevalik salatitele	10	56	0,10	6,06	0,47	10;2
	Seemnesegu (mahe)	3	16	0,68	1,31	0,74	11
	Vesi	150	0	0	0	0	
	Maitsevesi	150	3	0,10	0,14	0,71	
	Piparmündi tee	150	18	0	0	4,49	
	Pria piimatooted (mahe piim)	Kuni 250					2
	Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	55	158	4,51	1,85	29,28	1;11;2
	Apelsin (mahe)	70	30	0,77	0,07	7,14	
Valge redis	100	16	1,00	0,10	3,50		
REEDE KOKKU :			648	26,01	22,62	87,83	
	Maisi- oakotlet	50	76	2,64	2,31	11,29	3
NÄDALA KESKMINE KOKKU:			680	24,78	22,1	97,23	

Leivatoodete valik võib sisaldada: Must vormileib, Eesti Pagar; Must Jassi seemneleib, Eesti Pagar; Jassi seemneleib, Eesti Pagar; Kodukandi rukkileib, Eesti Pagar; Rehe rukkivormileib, Eesti Pagar; Rehe rukkileib, Eesti Pagar; Õne sepik, Eesti Pagar; Rukkisepik, Eesti Pagar; Täisterasepik, Eesti Pagar; Kanepiseemneleib rukkiteradega, Eesti Pagar; Maisigalet; Kaerasesepik, Eesti Pagar; Peremehe rukkileib, Eesti Pagar; Peremehe põrandaleib, Eesti Pagar. Täpsemat teavet toidu nimetuse ning allergiat või talumatust põhjustavate koostisosade kohta küsi teenindajalt või e-posti aadressilt: tootearendus@balticrest.com