

		Hamistada haad gramm	Toidaenergia kcal	Võigut gramm	Rasvat gramm	Süsivesikud gramm	Aalergen
Kõik	Descartes kooli koolilaine menüü 12.18.18.19.1-3 klass						
	Kõrvajämsap (hata (mahl) kaasa, porrand)	200	88	2,12	0,37	14,44	8
	Kõrvajämsap (hata ja värske kurgus)	60	22,1	0,52	0,06	2,08	1,2
	Mahaveeni kurgus	100	14	0,11	0,14	0,73	
	Leivatode - kudeine sisaldus üle 60/100g	30	7,7	2,42	1,00	22,23	1,2,3
Kõik	ESMADPÄEV KOKKU:	371	14,37	11,47	31,26		
	Kartul pannirõõva kookidega (mahl) kartul	200	126	4,87	1,50	25,22	
	Porrand (mahl), karekudud ribelised herned	60	34	1,82	0,19	4,98	
	Kasimaveeni salatisel	12	69	0,18	7,35	0,34	10,2
	Mahaveeni kurgus	100	14	1,32	1,45	7,05	9
Kõik	Mahaveeni aodupaga	100	14	0,11	0,14	0,73	
	Leivatode - kudeine sisaldus üle 60/100g	30	7,7	2,42	1,00	22,23	1,2,3
	TERSDPÄEV KOKKU:	381	11,47	11,54	31,41		
	Karapajafid	100	88	7,12	3,68	6,38	1,2
	Kandatud saar	100	118	4,18	1,20	23,20	
Kõik	Kõrvits, kaalikas (mahl)	60	19	0,54	0,12	3,63	
	Kasimaveeni salatisel	3	17	0,01	1,80	0,09	10,2
	Mahaveeni kurgus	100	14	2,41	1,80	6,26	2
	Mahaveeni melleaga	100	33	0,11	0,14	0,73	
	Leivatode - kudeine sisaldus üle 60/100g	30	7,7	2,42	1,00	22,23	1,2,3
Kõik	KOLMAPÄEV KOKKU:	389	17,39	9,88	32,47		
	Ühepäevilist sealiha (mahl) porrand, kaasa, kartul, kaalikas	200	203	15,50	4,40	41,00	
	Värske kaasa, kandatud seali	60	22	0,88	0,09	4,25	
	Kasimaveeni salatisel	8	45	0,12	4,98	0,18	10,2
	Mahaveeni kurgus	100	14	2,51	1,95	7,40	2
Kõik	Mahaveeni õhukese	100	33	0,11	0,14	0,73	
	Leivatode - kudeine sisaldus üle 60/100g	30	7,7	2,42	1,00	22,23	1,2,3
	NELJAPÄEV KOKKU:	404	21,91	13,46	48,7		
	Koosena karakaveeni kookidega (mahl) porrand	100	95	7,14	4,47	8,14	1,2
	Kandatud riis (mahl)	100	108	2,52	0,98	27,30	
Kõik	Kandatud ribelised herned, kaalikas (mahl)	60	34	0,84	0,21	5,47	
	Kasimaveeni salatisel	3	17	0,01	1,80	0,09	10,2
	Mahaveeni kurgus	100	14	0,54	0,11	0,98	
	Mahaveeni kurgus	100	14	0,11	0,14	0,73	
	Leivatode - kudeine sisaldus üle 60/100g	25	64	2,38	0,84	10,20	1,2,3
Kõik	REDE KOKKU:	389	14,48	8,82	33,88		
	NÄDALA KESKINE KOKKU:	378	15,50	11	33,57		

Lühikesed toidud sisaldavad energiat ja toiduväärtusi, mis on arvutatud põhinevate toiduainete hulka.
Leivatode väärtus on põhinevate 1 valikuna rukkileib ning 1 valikuna sega.
Täpsemad arvutused toiduainete ning allergiaid või talumatust põhjustavate koostisainete kohta leiame teinud või e-post aadressil: toidurendus@ballcrest.com

Koostisained	
Kõrvajämsap (hata)	Porrand, kaasa, riis, sibul, kaalikas, till, kartul, seller, saar
Rukkileib (hata ja värske kurgus)	Kodu rukkileib, või 82%, suhkur 27%, kook
Mahaveeni	Kurk
Leivatode - kudeine sisaldus üle 60/100g	Rukkileib, tosta Täistera Röstseep, Västeraseep, papari riis Väster, Väster, vormileib, Jassi seemeteleib, Rehe rukkileib, kaasa, Kaera Riis
Kartul pannirõõva kookidega	Brokoli, paprikasepp, kartul, sibul, porrand, kookileib
Porrand, karekudud ribelised herned	Porrand, ribelised herned
Kasimaveeni salatisel	Keeft 2,5%, kum, mahaveenata papari 2,5%, kumapine
Mahaveeni	Aapeli
Leivatode - kudeine sisaldus üle 60/100g	Rukkileib, tosta Täistera Röstseep, Västeraseep, papari riis Väster, Väster, vormileib, Jassi seemeteleib, Rehe rukkileib, kaasa, Kaera Riis
Karapajafid	Jahu riis, brokoli kookileib, hapukoor 20%, tomatipasta 28-30%, porrand, sibul
Kandatud saar	Tatar
Kõrvits, kaalikas	Kõrvits, kaalikas
Kasimaveeni salatisel	Mahaveeni
Mahaveeni kurgus	Keeft 2,5%, mahaveenata papari 2,5%, kumapine
Mahaveeni melleaga	Mahaveeni
Leivatode - kudeine sisaldus üle 60/100g	Rukkileib, tosta Täistera Röstseep, Västeraseep, papari riis Väster, Väster, vormileib, Jassi seemeteleib, Rehe rukkileib, kaasa, Kaera Riis
Ühepäevilist sealiha	Sealiha kookileib, riis, porrand, kaasa, riis, kartul, kaalikas
Värske kaasa, kandatud seali	Kaasa, riis, porrand, kaasa, riis, kartul, kaalikas
Kasimaveeni salatisel	Kasimaveeni
Mahaveeni kurgus	Keeft 2,5%, mahaveenata papari 2,5%, kumapine
Mahaveeni	Jahvat
Leivatode - kudeine sisaldus üle 60/100g	Rukkileib, tosta Täistera Röstseep, Västeraseep, papari riis Väster, Väster, vormileib, Jassi seemeteleib, Rehe rukkileib, kaasa, Kaera Riis
Koosena karakaveeni kookidega	Rukkileib, tosta Täistera Röstseep, Västeraseep, papari riis Väster, Väster, vormileib, Jassi seemeteleib, Rehe rukkileib, kaasa, Kaera Riis
Kandatud riis	Ris, seller
Kandatud ribelised herned, kaalikas	Rukkileib, tosta Täistera Röstseep, Västeraseep, papari riis Väster, Väster, vormileib, Jassi seemeteleib, Rehe rukkileib, kaasa, Kaera Riis
Kasimaveeni salatisel	Kasimaveeni
Mahaveeni kurgus	Mahaveeni
Mahaveeni kurgus	Kasimaveeni
Leivatode - kudeine sisaldus üle 60/100g	Rukkileib, tosta Täistera Röstseep, Västeraseep, papari riis Väster, Väster, vormileib, Jassi seemeteleib, Rehe rukkileib, kaasa, Kaera Riis

Pakume kuni 0,25 liitrit prima või pimatoodet nädalas üle õplase kohta.