	Descarte kooli koolieine menüü 16.11- 22.11 1–3 klass	Valmistoidu kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
KOOLIEINE	Hariõsupp sealihaga (mahe porgand)	200	147	9,48	3,21	19,65	
	Soe võileib sidikohuvilmaga	80	139	9,57	1,17	22,22	1;2;3
	Maitsevesi maasikatega	150	3	0,11	0,14	0,73	
	Leivatoode - kiudaine sisaldus üle 6g/100g	50	128	4,70	1,67	20,39	1;2;3
	ESMASPÄEV KOKKU:		**417**	**23,86**	**6,19**	**62,99**	
KOOLIEINE	Koorene kanapasta paprikaga	200	287	13,78	9,20	36,03	1;2
	Soinat. porgand (mahe)	60	15	0,75	0,21	2,19	
	Kastmevalik salatitele	3	17	0,04	1,83	0,06	10;2
	Rabarberi-maasika smuuti	100	38	0,70	0,12	8,92	
	Maitsevesi must sõstraoa. punase sõstraoa. maasikateoa	150	3	0,11	0,14	0,73	
	Leivatoode - kiudaine sisaldus üle 6g/100g	30	77	2,82	1,00	12,23	1;2;3
	TEISIPÄEV KOKKU:		**436**	**18,20**	**12,50**	**60,16**	
KOOLIEINE	Ühepajatoit kikerhernestega (mahe kikerhernes, kartul, porgand)	200	145	5,94	1,81	24,46	
	Kõrvits, hiinakapsas	60	10	0,60	0,06	1,89	
	Kastmevalik salatitele	3	17	0,04	1,83	0,06	10;2
	Marja - jogurtismuuti	100	56	2,35	1,57	7,57	2
	Maitsevesi kurkiga	150	3	0,11	0,14	0,73	
	Leivatoode - kiudaine sisaldus üle 6g/100g	50	128	4,70	1,67	20,39	1;2;3
	KOLMAPÄEV KOKKU:		**359**	**13,74**	**7,08**	**55,10**	
KOOLIEINE	Sealihaquiliaš	100	87	6,25	4,15	5,96	1;2
	Keedetud riis (mahe)	100	128	2,52	0,88	27,30	
	Tomat, rukola	60	14	0,99	0,27	2,22	
	Kastmevalik salatitele	3	17	0,04	1,83	0,06	10;2
	Keefiri - mangokokteil	100	55	2,52	1,95	7,40	2
	Maitsevesi apelsinisa	150	3	0,11	0,14	0,73	
	Leivatoode - kiudaine sisaldus üle 6g/100g	50	128	4,70	1,67	20,39	1;2;3
	NELJAPÄEV KOKKU:		**432**	**17,13**	**10,89**	**64,06**	
KOOLIEINE	Tatar hakklihaga (mahe veisehakkliha)	200	266	10,47	10,24	33,06	
	Jääkapsas, aurutatud rohelised herned	60	27	1,88	0,16	4,91	
	Kastmevalik salatitele	3	17	0,04	1,83	0,06	10;2
	Marja - banaanismuuti	100	58	0,91	0,40	12,18	2
	Maitsevesi kirsiga	150	3	0,11	0,14	0,73	
	Leivatoode - kiudaine sisaldus üle 6g/100g	30	77	2,82	1,00	12,23	1;2;3
	REEDE KOKKU:		**447**	**16,23**	**13,77**	**63,17**	
	NÄDALA KESKMINE KOKKU:		**418**	**17.83**	**10.09**	**61.1**	

Lihavabast toidust saadavat energiat ja toitaineid ei arvutata päeva kaloraaži hulka.
Leivatoodete valikus on igapäevaselt 1 valikuna rukkileib ning 1 valikuna sepik.
Täpsemat teavet toidu nimetuse ning allergiat või talumatust põhjustavate koostisosade kohta küsi teenindajalt või e-posti aadressilt: [illegible]

Koostisosad	
Hariõsupp sealihaga	Riis sõmer, sealiha kuubikud, tomatipasta 28-30%, petersell, küüslauk, porgand, sibul, sea supikoqu
Soe võileib ürdikohuvilmaoa	Must leib. muna. kohuviim lahia 0.5%. till
Maitsevesi	Maasikas
Leivatoode - kiudaine sisaldus üle 6g/100g	Rehe Vormileib, Jassi seemneleib, Rehe rukkileib, kaerasepik, pagari Kaera Röst, täisterasepik, , täistera vormileib, rukkisepik, tosta Täistera Röstsepik
Koorene kanapasta paprikaga	Broileri kuubikud, toidukoor 20 %, paprika punane, petersell, porgand, sibul, pasta sarvekesed
Soinat. porgand	Soinat. porgand
Kastmevalik salatitele	
Rabarberi-maasika smuuti	Maasikas, rabarber, banaan
Maitsevesi	Must sõstar. punane sõstar. maasikas
Leivatoode - kiudaine sisaldus üle 6g/100g	Rehe Vormileib, Jassi seemneleib, Rehe rukkileib, kaerasepik, pagari Kaera Röst, täisterasepik, , täistera vormileib, rukkisepik, tosta Täistera Röstsepik
Ühepajatoit kikerhernestega	Kapsas pea, kartul, kaalikas, küüslauk, porgand, sibul, kikerherned
Kõrvits, hiinakapsas	Kõrvits, kapsas hiina
Kastmevalik salatitele	
Marja - jogurtismuuti	Marjasegu, banaan, maitsestamata jogurt 2.5%
Maitsevesi	Kurk
Leivatoode - kiudaine sisaldus üle 6g/100g	Rehe Vormileib, Jassi seemneleib, Rehe rukkileib, kaerasepik, pagari Kaera Röst, täisterasepik, , täistera vormileib, rukkisepik, tosta Täistera Röstsepik
Sealihaquiliaš	Jahu nisu. sealiha kuubikud. hapukoor 20%. tomatipasta 28-30%. porgand. sibul
Keedetud riis	Riis sõmer
Tomat, rukola	Tomat, rukola
Kastmevalik salatitele	
Keefiri - mangokokteil	Keefir 2,5%, mangopüree
Maitsevesi	Apetsin
Leivatoode - kiudaine sisaldus üle 6g/100g	Rehe Vormileib, Jassi seemneleib, Rehe rukkileib, kaerasepik, pagari Kaera Röst, täisterasepik, , täistera vormileib, rukkisepik, tosta Täistera Röstsepik
Tatar hakklihaga	Veisehakkliha, petersell, küüslauk, till, porgand, sibul, tatar
Jääkapsas, aurutatud rohelised herned	Kapsas jää, rohelised herned
Kastmevalik salatitele	
Marja - banaanismuuti	Marjasegu, banaan, maitsestamata jogurt 2,5%, kontsentreeritud mahl õuna suhkruta
Maitsevesi	Kirss
Leivatoode - kiudaine sisaldus üle 6g/100g	Rehe Vormileib, Jassi seemneleib, Rehe rukkileib, kaerasepik, pagari Kaera Röst, täisterasepik, , täistera vormileib, rukkisepik, tosta Täistera Röstsepik