

Esmaspäev, 03.04.2023	KOGUS, g	VALGUD	RASVAD	SÜSIVESIKUD	KCAL
1. Hakkliha - köögiviljakaste peekoniga (G/L)	150	7,45	14,89	4,25	186,4
2. Keedetud kartulid	100	1,91	0,1	16,81	77,7
3. Kuskuss (G,SO)	100	1,72	1,99	16,26	92,3
4. Porgand riivitud	60	0,6	0,24	4,62	23,6
5. Hiinakapsasalat maisi, tilli ja paprikaga	60	1,72	3,35	4,18	55,3
6. Riivitud keedupeet	60	1,27	4	6,09	67,4
7. Jõhvikamahla jook	200	0,13	0,2	8,46	37
8. PRIA Piimatoode (L): Piim 2,5%	200	6,6	5	10,6	117
9. Leivavalik (kolm sorti), (G,S)	60	5,59	5,08	26,06	177
10. Köögivili / puuvili	150	0	0	0	0
		27	34,84	97,33	833,8
Teisipäev, 04.04.2023	KOGUS, g	VALGUD	RASVAD	SÜSIVESIKUD	KCAL
1. Tomatine läätsesupp sealihaga	300	12,15	21,7	30,24	375,6
2. Kohupiima ja riivrukileiva magustoit (G,L)	150	5,69	5,08	30,83	197
3. PRIA Piimatoode (L): Piim 2,5%	200	6,6	5	10,6	117
4. Leivavalik (kolm sorti), (G,S)	60	5,59	5,08	26,06	177
5. PRIA koolipuuviili / köögivili : kaalikas					
		30,03	36,86	97,73	866,6
Kolmapäev, 05.04.2023	KOGUS, g	VALGUD	RASVAD	SÜSIVESIKUD	KCAL
1. Lõhe kooseses juurvilja kastmes (G,L,K)	150	12,21	10,84	6,93	179,3
2. Keedetud kartulid	100	1,91	0,1	16,81	77,7
3. Sõmer riis	70	1,58	1,5	18,63	96,8
4. Aurutatud lillkapsas	50	0,6	0,1	2,3	12,8
5. Punase kapsa ja apelsini salat	60	0,15	2,57	5,19	45,8
6. Porgandisalat pohladega	60	0,56	2,65	4,44	45,1
7. Vaarikatee vähese suhkruga	200	0,18	0,09	8,9	38,1
8. PRIA Piimatoode (L): Piim 2,5%	200	6,6	5	10,6	117
9. Leivavalik (kolm sorti), (G,S)	60	5,59	5,08	26,06	177
10. PRIA koolipuuviili / köögivili: õun					
		29,38	27,93	99,85	789,6
Neljapäev, 06.04.2023	KOGUS, g	VALGUD	RASVAD	SÜSIVESIKUD	KCAL
1. Kodune seljanka hapukoorega (L)	300	8,41	10,48	13,61	187,7
2. Mustikakissell röstitud kaerahelvestega (G)	150	1,68	3,86	32,36	175,5
3. PRIA Piimatoode (L): Piim 2,5%	200	6,6	5	10,6	117
4. Leivavalik (kolm sorti), (G,S)	60	5,59	5,08	26,06	177
5. PRIA koolipuuviili / köögivili: Peakapsas					
		22,29	24,41	82,63	657,2
	Keskmine:	27,17	31,01	94,39	786,8

Menüüs võib esineda väikeseid kõrvalekaldeid, meist mitte sõltuvatest asjaoludest.
Oleme liitunud Euroopa Liidu koolipiima- ja puuvilja programmiga - (pr)

Täpsemat infot allergiat põhjustavate toiduainete kohta saab söökla peakokalt. Menüüs, toidu nimetuse järel märgitud allergeen, on selles toidus: G-gluteen, L-laktoos, M-muna, P-pähkel, S-seesam, SN-sinap, SR-seller, MP-maapähkel, K-kala, SO - soja

Kool

Peakokk