

<b>Esmaspäev, 06.03.2023</b>	<b>KOGUS, g</b>	<b>VALGUD</b>	<b>RASVAD</b>	<b>SÜSIVESIKUD</b>	<b>KCAL</b>
1. Pasta-hakkliharoog tomati ja ananassiga(G,L)	250	9,93	13,54	36,28	315,4
2. Soe piimakaste (G,L)	50	1,26	0,84	3,01	25,3
3. Porgand riivitud	60	0,6	0,24	4,62	23,6
4. Kapsasalat värskel kurgi- ja maisiga	60	0,74	1,95	3,96	37,4
5. Peedisaalat salatikastmega	60	0,83	0,75	6,39	36,6
6. PRIA Piimatoode (L): Piim 2,5%	200	6,6	5	10,6	117
7. Roheline tee vähese suhkruga	200	0,05	0,02	14,27	58,9
8. Leivavalik (kolm sorti), (G,S)	60	5,59	5,08	26,06	177
9. Puuvili	150	0	0	19,65	80,6
		<b>25,6</b>	<b>27,43</b>	<b>124,85</b>	<b>871,9</b>
<b>Teisipäev, 07.03.2023</b>	<b>KOGUS, g</b>	<b>VALGUD</b>	<b>RASVAD</b>	<b>SÜSIVESIKUD</b>	<b>KCAL</b>
1. Taimne teisipäev: Pilaff paprika, brokoli ja kikerhernestega	250	4,17	5,26	32,85	200,7
2. Soe piimakaste (G,L)	50	1,26	0,84	3,01	25,3
3. Hiinakapsasalat ananassiga, kurgiga ja õlikastmega	60	0,67	2,28	4,97	44,4
4. Kaalika- porgandisaalat	60	0,66	0,18	11,03	49,6
5. Riivitud keedupeet	60	1,27	4	6,09	67,4
6. PRIA Piimatoode (L): Piim 2,5%	200	6,6	5	10,6	117
7. Aedmarjamahl	200	1	0,06	29	123,6
8. Leivavalik (kolm sorti), (G,S)	60	5,59	5,08	26,06	177
9. PRIA koolipuuvili / köögivilj: jäasalat					
		<b>21,22</b>	<b>22,7</b>	<b>123,62</b>	<b>804,9</b>
<b>Kolmapäev, 08.03.2023</b>	<b>KOGUS, g</b>	<b>VALGUD</b>	<b>RASVAD</b>	<b>SÜSIVESIKUD</b>	<b>KCAL</b>
1. Kõpsetatud kalkunikintsuliha koorekastmes (G,L)	150	16,71	11,45	4,34	192,8
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 turgioad	50	0,82	2,15	3,06	35,9
5. Peedisaalat	50	0,74	1,62	5,9	42,3
6. Valge peakapsasalat puuviljadega	50	0,7	0,26	5,19	26,6
7. Kakao vähese suhkruga (L)	200	4,26	2,59	14,1	99,4
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 koolipuuvili / köögivilj: õun					
		<b>38,91</b>	<b>29,76</b>	<b>104,68</b>	<b>865,5</b>
<b>Neljapäev, 09.03.2023</b>	<b>KOGUS, g</b>	<b>VALGUD</b>	<b>RASVAD</b>	<b>SÜSIVESIKUD</b>	<b>KCAL</b>
1. Kalaseljanka hapukoorega (L,K)	300	7,64	11,67	11,85	188,4
2. Mustsõstra mannaaht (G)	150	3,23	0,39	46,73	208,4
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 koolipuuvili / köögivilj : lillkapsas					
		<b>23,05</b>	<b>22,14</b>	<b>95,23</b>	<b>690,9</b>
<b>Reede, 10.03.2023</b>	<b>KOGUS, g</b>	<b>VALGUD</b>	<b>RASVAD</b>	<b>SÜSIVESIKUD</b>	<b>KCAL</b>
1. Azuu veiselihast (G)	150	11,53	12,39	4,68	181,7
2. Keedetud kartulid	100	1,91	0,1	16,81	77,7
3. Tatrapuder,sõmer	70	2,55	2,43	14,11	90,9
4. Riivitud keedupeet	50	1,06	3,33	5,08	56,1
5. Hiinakapsasalat porruga ja ürdikastmega	60	1	2,35	3,75	41,4
6. Porgandisaalat apelsiniga	60	0,61	2,31	5,45	46,3
7. Õuna-ananassi mahlajook	200	0,06	0	18,54	76,3
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 koolipuuvili / köögivilj: pirn					
		<b>30,91</b>	<b>33</b>	<b>105,08</b>	<b>864,4</b>
	Keskmine:	<b>27,94</b>	<b>27</b>	<b>110,69</b>	<b>819,52</b>

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-sinep, SR-seller, MP-maapähkel, K-kala, SO - soja