

Esmaspäev, 21.02.2022		KOGUS, g	VALGUD	RASVAD	SÜSIVESIKUD	ENERGIA
1. Hautatud veiseliha mexicano kastmes (G)	3,00€	150	14,17	16,26	8,48	244,1
2. Kanafilee sweet chilli kastmes (G)	2,50€	150	15,27	0,13	18,6	140
3. Sõmer riis		100	2,26	2,14	26,61	138,2
4. Kartulipüree (L)		100	2,1	2,67	14,52	92,9
5. Värske salat		70	1,39	3,81	2,17	50,1
			35,18	25	70,38	665,35
Teisipäev, 22.02.2022		KOGUS, g	VALGUD	RASVAD	SÜSIVESIKUD	ENERGIA
1. Ahjus küpsetatud kanafilee tomati-juustuga (L)	3,00€	150	25,03	9,53	2,89	203,1
2. Kotlet sea-ja veisehakklihast (G,L,M)	2,50€	150	25,5	30	10,08	424,9
3. Kirju riis		100	1,9	2,5	22,23	122,2
4. Keedetud kartulid		100	1,91	0,1	16,81	77,7
5. Soe rõõsakoorekaste (G,L)		50	0,92	1,98	3,07	34,8
6. Värske salat		70	1,39	3,81	2,17	50,1
			56,64	47,92	57,26	912,7
Kolmapäev, 23.02.2022		KOGUS, g	VALGUD	RASVAD	SÜSIVESIKUD	ENERGIA
1. Seašnitsel porru-majaoneesiga (L,SN,M,G)	3,00€	150	15,66	17,71	3,16	241,9
2. Kalkuni kotlet (G,M)	2,50€	150	17,95	10,2	2,62	179,2
3. Sõmer riis / tatar		100	2,45	1,83	18,77	104
4. Keedetud makaronid (G)		100	3,83	2,81	25,24	145,3
5. Soe rõõsakoorekaste (G,L)		50	0,92	1,98	3,07	34,8
6. Värske salat		70	1,39	3,81	2,17	50,1
			42,19	38,34	55,04	755,21
		Keskmine:	44,67	37,09	60,89	777,75

Menüüs võib esineda väikeseid kõrvalekaldeid, meist mitte sõltuvatest asjaoludest.

Täpsemat infot allergiat põhjustavate toiduainete kohta saab söökla peakokalt
G-gluteen, L-laktoos, M-muna, P-pähkel, S-seesam, SN-sinep, SR-seller, MP-maapähkel, K-kala, SO - soja