

Esmaspäev, 29.05.2023		KOGUS, g	VALGUD	RASVAD	SÜSIVESIKUD	ENERGIA
1. Burgundia pada veiselihast (L)	3,50€	150	17,65	20,06	2,46	269
2. Chilli con Carne	2,50€	150	9,26	4,06	16,77	144,5
3. Metsik riis, keedetud		100	0,76	4,16	8,93	78,4
4. Keedetud kartulid		100	1,91	0,1	16,81	77,7
5. Värske salat		70	1,39	3,81	2,17	50,1
			30,97	32,2	47,14	619,7
Teisipäev, 30.05.2023		KOGUS, g	VALGUD	RASVAD	SÜSIVESIKUD	ENERGIA
1. Kalkunifilee juustu kattega (L)	3,50€	150	26,16	14,4	0,85	244,6
2. Hakkliahast vorts (G,L,m)	2,50€	150	25,5	30	10,08	424,9
3. Sõmer riis		100	2,26	2,14	26,61	138,2
4. Rõstitud kartulid		100	1,69	7,42	15,44	139,2
5. Soe kaste (G,L)		60	1,1	2,38	3,69	41,7
6. Värske salat		70	1,39	3,81	2,17	50,1
			58,1	60,14	58,84	1038,74
Kolmapäev, 31.05.2023		KOGUS, g	VALGUD	RASVAD	SÜSIVESIKUD	ENERGIA
1. Kala punases marinaadis (G,K)	3,50€	150	12,9	10,43	6,05	174,6
2. Kanahakkliahast kotlet (M,L,G)	2,50€	150	24,54	12,01	10,66	256
3. Kirju riis		100	1,9	2,5	22,23	122,2
4. Kartulipüree (L)		100	2,08	2,65	14,43	92,4
5. Soe kaste (G,L)		60	1,1	2,38	3,69	41,7
6. Värske salat		70	1,39	3,81	2,17	50,1
			43,9	33,77	59,24	736,98
Neljapäev, 01.06.2023		KOGUS, g	VALGUD	RASVAD	SÜSIVESIKUD	ENERGIA
1. Seašnitsel (M,G)	3,50€	150	25,04	13,4	16,89	296,5
2. Hakkliha bitkii tomati-juustuga(G,L,M)	2,50€	150	15,71	11,06	14,51	226,7
3. Keedetud pasta (G)		100	3,79	2,8	21,58	130
4. Tatrapuder,sõmer		100	3,65	3,47	20,16	129,9
5. Soe kaste (G,L)		60	1,1	2,38	3,69	41,7
6. Värske salat		70	1,39	3,81	2,17	50,1
			50,67	36,91	79	874,94
Reede, 02.06.2023		KOGUS, g	VALGUD	RASVAD	SÜSIVESIKUD	ENERGIA
1. Praetud kanašnitsel (G,m)	3,50€	150	25,96	18,68	16,86	349,3
2. Hakkliahapall peekoniga (G,L,M)	2,50€	150	12,2	16,02	8,83	235,2
3. Ahjukartulid		100	1,8	6,33	15,92	131,5
4. Sõmer riis		100	2,26	2,14	26,61	138,2
5. Soe kaste (G,L)		60	1,1	2,38	3,69	41,7
6. Värske salat		70	1,39	3,81	2,17	50,1
			44,7	49,35	74,08	945,98
Keskmine:			45,67	42,48	63,66	843,27

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