

**Esmaspäev, 27.04.2015**

	KOGUS	VALGUD	RASVAD	SÜSIVESIKUD	KCAL
1. Piima-riisisupp	300 g	8,37	7,54	27,03	215,27
2. Võileib keedusingiga	65 g	8,5	5,27	14,79	144,52
3. Õun (tk)	1 tk	0,4	0,72	19	86,24
		<b>17,27</b>	<b>13,53</b>	<b>60,82</b>	<b>446,03</b>

**Teisipäev, 28.04.2015**

	KOGUS	VALGUD	RASVAD	SÜSIVESIKUD	KCAL
1. Makaronid hakklihaga	250 g	15,24	14,64	51,56	410,02
2. Hapukurgi-värskekapsasalat	50 g	0,72	2,21	4,51	41,99
3. Kakao	200 g	4,87	3,76	19,41	134,48
4. Eesti rukkileib (Leibur)	35 g	2,77	0,42	14,95	76,52
		<b>23,59</b>	<b>21,03</b>	<b>90,42</b>	<b>663</b>

**Kolmapäev, 29.04.2015**

	KOGUS	VALGUD	RASVAD	SÜSIVESIKUD	KCAL
1. Üleküpsetatud mintaifilee	100 g	13,07	8,92	1,44	142,44
2. Sömer riis	150 g	3,63	2,99	42,68	217,63
3. Porgandisalat mahlaga	50 g	0,59	0,18	5,18	25,29
4. Tar-tar kaste	30 g	0,21	6,12	1,86	65,4
5. Tee sidruniga,suhkur	200 g	0,12	0,03	13,69	56,92
6. Leiburi rukkileib, täistera	30 g	1,77	0,36	11,64	58,33
		<b>19,39</b>	<b>18,59</b>	<b>76,49</b>	<b>566,02</b>

**Neljapäev, 30.04.2015**

	KOGUS	VALGUD	RASVAD	SÜSIVESIKUD	KCAL
1. Kodunepraad kanalihaga	250 g	11,72	16,76	24,11	302,75
2. Aedviljatoorsalat	50 g	0,53	6,57	2,49	73,51
3. Mahlajook	200 g	0,49	0,03	15,12	64,25
4. Rukkileib	30 g	2,37	0,36	12,81	65,59
		<b>15,1</b>	<b>23,72</b>	<b>54,52</b>	<b>506,09</b>

Keskmine summa: 

<b>18,84</b>	<b>19,22</b>	<b>70,57</b>	<b>545,29</b>
--------------	--------------	--------------	---------------

Toiduportsjon koosneb põhioast, lisandist, kahest erinevast salatist ja joogist omal valikul.  
Menüüde koostamisel on võetud aluseks vanuserühmade keskmine toiduenergia ja toitainete vajadus.

Kooli direktor

Menüü koostaja

Peakokk