

Koolilõuna nädalamenüü

Laagri Kooli peamaja

esmaspäev, 19.detsember	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Koorene kanakaste	150	143	11.70	8.42	5.35	1,2
Keedetud kuskuss	50	63	1.92	1.30	10.94	1
Keedetud riis	50	52	1.33	0.07	11.83	
Porgandi - jääkapsasalat	50	29	0.50	1.91	3.00	
Peet, hapukapsas, porru	50	17	0.73	0.14	3.35	
Külm jogurtikaste	10	56	0.10	6.06	0.47	10,2
Pria piimatooted	kuni 250					2
Leivatoodete valik	60	175	5.13	2.60	31.30	1,2
Pirn ja kurgj snäkid	150	39	0.75	0.38	9.52	
Kokku :		665	23.94	24.27	90.06	

teisipäev, 20.detsember	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Hakklihasupp aedviljadega	250	289	12.62	12.71	32.01	
Jõulu kohupiimamaius	130	295	8.28	13.92	33.43	1,2
Pria piimatooted	kuni 250					2
Leivatoodete valik	20	58	1.71	0.87	10.43	1,2
Õun ja nuikapsa snäkid	150	48	0.52	0.42	11.92	
Kokku :		711	23.41	29.92	88.15	

kolmapäev, 21.detsember	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Seapraad praeleemekastmega	150	240	17.52	16.39	6.03	1,10
Hautatud hapukapsas	50	47	0.55	1.86	7.13	
Keedetud kartulid	50	52	1.33	0.07	11.83	
Kõrvitsasalat	50	11	0.38	0.05	2.60	
Valge peakapsas, porgand, kaalikas	50	20	1.04	0.16	4.25	
Pria piimatooted	kuni 250					2
Leivatoodete valik	60	175	5.13	2.60	31.30	1,2
Mandariin ja redise snäkid	150	35	1.27	0.15	7.95	
Kokku :		758	30.96	32.39	88.40	

Nädala keskmine :	712	26.1	28.86	88.87
10 päeva keskmine :	695	24.32	26.30	92.48

Täpsemat teavet toidu nimetuse ning allergiat või talumatust põhjustavate koostisosade kohta küsi teenindajalt või e-posti aadressilt: tootearendus@balticrest.com

Joogivesi on koolisööklas iga päev tasuta kättesaadav. Menüüs võib esineda muudatusi.

Pakume kuni 0.25 liitrit piima või piimatoodet koolipäevas ühe õpilase kohta.

Oleme liitunud Euroopa Liidu koolipiima- ja puuvilja programmiga.