

## Koolilõuna nädalamenüü 10.06.2024 - 13.06.2024

### Laagri Kool

vanus 10-12

esmaspäev, 10.juuni	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Sealihaguljašš	150	195	8.73	11.64	14.00	1;2
Keedetud tatar	50	60	2.08	0.70	11.60	
Keedetud kartul	50	65	1.42	1.37	12.06	
Kapsasalat värske tomatiga	50	26	0.49	1.85	2.40	
Peet, porgand	50	15	0.68	0.10	3.29	
Külm jogurtikaste	3	17	0.03	1.82	0.14	10;2
Pria piimatooted	Kuni 250					2
Leivatoodete valik sh rukkileib	50	144	4.10	1.68	26.62	1;11;2
Pria puuvili ja köögivil	150	86	1.35	0.30	19.80	
Kokku :	674		21.55	21.82	99.82	

teisipäev, 11.juuni	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Oasupp veiselihaga	250	232	10.82	13.42	18.58	1;9
Kohupiimamaius marjade ja kaerahelvestega	150	190	7.77	3.26	32.61	1;2
Pria piimatooted	150	84	5.47	3.98	6.79	2
Leivatoodete valik sh rukkileib	50	144	4.10	1.68	26.62	1;11;2
Pria puuvili ja köögivil	150	48	0.98	0.42	11.48	
Kokku :	698		29.14	22.76	96.08	

kolmapäev, 12.juuni	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Maasika-banaanismuuti	Kuni 150	84	5.47	3.98	6.79	2

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.

Pakume kuni 0,25 liitrit piima või piimatoodet koolipäevas ühe õpilase kohta.

Oleme liitunud Euroopa Liidu koolipiima- ja puuvilja programmiga.