

**Koolilõuna 19.12-20.12.2022**

Esmaspäev		Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Lõunasöök	Tomati-läätšesupp selleri ja veiselihaga	200,00	186,40	12,02	11,28	9,70
	Jogurti-kakaokreem toormoosiga	160,00	261,50	49,61	6,49	4,49
	PRIA Piimatooted (piim 50g, keefir 50g)	100,00	54,80	4,75	2,55	3,22
	Rukkileiva-sepikutoodete valik	40,00	92,00	19,68	0,66	3,15
	Porgand (PRIA)	100,00	32,40	8,50	0,20	0,60
	<b>Kokku:</b>		<b>627,10</b>	<b>94,56</b>	<b>21,18</b>	<b>21,16</b>

Teisipäev		Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Lõunasöök	Verivorst, ahjus küpsetatud	50,00	152,70	17,71	6,60	6,24
	Kartul, aurutatud	120,00	90,00	20,91	0,12	2,35
	Koorekaste	50,00	86,90	3,65	8,57	0,62
	Hautatud hapukapsas	25,00	24,00	1,68	1,93	0,23
	Peedisalat	25,00	20,35	3,20	0,85	0,28
	PRIA Piimatooted (piim 50g, keefir 50g)	100,00	54,80	4,75	2,55	3,22
	Rukkileiva-sepikutoodete valik	40,00	92,00	19,68	0,66	3,15
	Õun (PRIA)	100,00	48,30	13,50	0,00	0,00
	<b>Kokku:</b>		<b>569,05</b>	<b>85,07</b>	<b>21,28</b>	<b>16,09</b>

Kolmapäev		Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Lõunasöök						
	<b>Kokku:</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>

Neljapäev		Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Lõunasöök						
	<b>Kokku:</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>

Reede		Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Lõunasöök						
	<b>Kokku:</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>

PRIA KOOLIPIIMA JA PUUVILJA PAKUME IGA PÄEV

Menüü kaloraaz on arvestatud I vanuseastmele.