

## Koolieine menüü 02.02-05.05.2023

**Dussmann**

### Esmaspäev

FOOD SERVICES

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, kokku, g	Rasvad, g	Valgud, g
<b>Toidukord kokku</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>

### Teisipäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, kokku, g	Rasvad, g	Valgud, g
Kana-riisiroog	180,00	276,00	40,70	10,33	7,70
Maasikasmuuti	150,00	130,00	23,00	2,43	3,56
Kapsas	30,00	8,04	1,92	0,06	0,30
<b>Toidukord kokku</b>		<b>414,04</b>	<b>65,62</b>	<b>12,82</b>	<b>11,56</b>

### Kolmapäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, kokku, g	Rasvad, g	Valgud, g
Tomatikaste lihapallidega	100,00	144,00	9,01	9,34	6,02
Ahjukartul	125,00	182,00	29,99	5,19	3,56
Kakaojook	100,00	77,60	12,00	2,30	2,64
<b>Toidukord kokku</b>		<b>403,60</b>	<b>51,00</b>	<b>16,83</b>	<b>12,22</b>

### Neljapäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, kokku, g	Rasvad, g	Valgud, g
Tatrapuder köögiviljadega	180,00	286,32	41,20	10,36	6,60
Hapukoorekaste küüslauguga	50,00	30,88	3,87	2,39	4,07
Porgand	30,00	8,18	1,90	0,06	0,34
Leib	20,00	42,10	9,66	0,24	1,40
Piim	100,00	57,80	5,30	2,60	3,30
<b>Toidukord kokku</b>		<b>425,28</b>	<b>61,93</b>	<b>15,65</b>	<b>15,71</b>

### Reede

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, kokku, g	Rasvad, g	Valgud, g
Ahjupannkook juustuga	150,00	246,00	20,00	12,10	10,30
Leib	20,00	42,10	9,66	0,24	1,40
Taimetee	150,00	135,00	33,20	0,04	0,17
<b>Toidukord kokku</b>		<b>423,10</b>	<b>62,86</b>	<b>12,38</b>	<b>11,87</b>

Nädala keskmine

416,51

60,35

14,42

12,84

Menüü kaloraaz on arvestatud I vanuseastmele.