

Tartu Kivilinna kooli koolieine menüü 09.10-13.10.2023 I kooliastmele		Valmistoidu kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
7-9 aastastele							
KOOLIEINE	Köögiviljasupp valgete ubadega (mahe kartul, porgand ja oad)	200	131.18	2.45	6.29	16.92	
	Kakao - jogurtidessert (mahe jogurt)	130	169.22	7.15	3.99	25.39	2
	Aedmaasikamoos	20	36.20	0.08	0.00	9.00	
	Leivatoode	30	87.02	2.53	1.23	15.68	1;2
ESMASPÄEV KOKKU:			423.62	12.21	11.52	67.00	
KOOLIEINE	Ühepajatoit sealihaga (mahe kartul ja porgand)	200	193.62	9.59	9.55	18.97	
	Peet (mahe)	50	21.50	0.80	0.10	4.35	
	Kastmevalik salatitele	5	28.14	0.05	3.03	0.24	10;2
	Mahlajook	150	36.10	0.02	0.02	8.62	
	Leivatoode	40	116.03	3.37	1.64	20.91	1;2
TEISIPÄEV KOKKU:			395.38	13.83	14.34	53.09	
KOOLIEINE	Koorene kanakaste	130	125.11	10.19	7.31	4.88	1;2
	Keedetud makaronid (mahe)	130	207.58	5.41	3.82	37.18	1
	Kaalikas	50	15.30	0.50	0.15	3.65	
	Kastmevalik salatitele	5	28.14	0.05	3.03	0.24	10;2
	Maitsevesi	150	2.86	0.10	0.14	0.71	
	Leivatoode	30	87.02	2.53	1.23	15.68	1;2
KOLMAPÄEV KOKKU:			466.00	18.78	15.68	62.34	
KOOLIEINE	Värskekapsa-sealihahautis (mahe kapsas)	130	99.87	6.54	5.72	6.85	
	Keedetud kartulid (mahe)	130	135.23	3.46	0.18	30.76	
	Porgand (mahe)	50	16.85	0.50	0.20	3.85	
	Kastmevalik salatitele	5	28.14	0.05	3.03	0.24	10;2
	Mahlajook (mahe õunamahlajook)	150	36.10	0.02	0.02	8.62	
	Leivatoode	30	87.02	2.53	1.23	15.68	1;2
NELJAPÄEV KOKKU:			403.20	13.10	10.39	66.00	
KOOLIEINE	Tatar hakklihaga (mahe veisehakkliha)	200	296.87	11.58	12.43	36.13	
	Kapsas (mahe)	50	11.95	0.55	0.10	2.70	
	Kastmevalik salatitele	5	28.14	0.05	3.03	0.24	10;2
	Kummeli tee	150	18.23	0.00	0.00	4.49	
	Leivatoode	30	87.02	2.53	1.23	15.68	1;2
REEDE KOKKU:			442.20	14.71	16.80	59.24	
NADALA KESKMINE KOKKU:			426.08	14.53	13.74	61.53	