

Tartu Kivilinna kooli koolieine menüü 04.12-08.12.2023 I kooliastmele 7-9 aastastele		Valmistoidu kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
Koolieine	Hakkliha - köögiviljasupp (mahe kartul, porgand ja veise hakkliha)	200	198.29	7.08	11.54	17.29	
	Kohupiimamagustoit marjadega	130	125.91	5.50	2.09	20.92	2
	Leivatoode	20	57.46	1.64	0.67	10.65	1;11;2
ESMASPÄEV KOKKU:			381.66	14.22	14.30	48.86	
Koolieine	Kana - kartuliroog (mahe kartul)	200	218.59	13.73	7.39	25.58	
	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 õunamahl)	150	36.10	0.02	0.02	8.62	
	Leivatoode	40	114.93	3.28	1.35	21.30	1;11;2
TEISIPÄEV KOKKU:			414.60	17.58	11.99	59.59	
Koolieine	Kalkunikaste ürtidega	130	133.36	7.90	8.76	6.08	1;2
	Keedetud riis (mahe)	130	168.20	3.28	1.41	35.49	
	Peet (mahe)	50	21.50	0.80	0.10	4.35	
	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	86.20	2.46	1.01	15.97	1;11;2
KOLMAPÄEV KOKKU:			440.25	14.59	14.45	62.84	
Koolieine	Makaronid veisehakklihaga (mahe makaronid ja veise hakkliha)	200	288.10	11.60	9.75	38.26	1
	Kaalikas (mahe)	50	15.30	0.50	0.15	3.65	
	Kastmevalik salatitele	5	28.14	0.05	3.03	0.24	10;2
	Mahlajook (mahe mustsõstramahl)	150	36.10	0.02	0.02	8.62	
	Leivatoode	30	86.20	2.46	1.01	15.97	1;11;2
NELJAPÄEV KOKKU:			453.83	14.64	13.96	66.74	
Koolieine	Sealihaguljašš	130	168.83	7.57	10.09	12.14	1;2
	Keedetud kartulid (mahe)	130	135.23	3.46	0.18	30.76	
	Kapsas (mahe)	50	11.95	0.55	0.10	2.70	
	Kastmevalik salatitele	5	28.14	0.05	3.03	0.24	10;2
	Roheline tee	150	24.30	0.00	0.00	5.99	
	Leivatoode	20	57.46	1.64	0.67	10.65	1;11;2
REEDE KOKKU:			425.91	13.27	14.07	62.47	
NÄDALA KESKMINE KOKKU:			423.25	14.86	13.75	60.10	