

Tartu Kivilinna kooli koolieine menüü 11.12-15.12.2023 I kooliastmele		Valmistoidu kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
7-9 aastastele							
KOOLIEINE	Tomatine kanalihasupp (mahe kartul, porgand ja purustatud tomat)	200	147.10	8.86	5.30	16.72	
	Kakao - jogurtidessert (mahe jogurt)	130	169.22	7.15	3.99	25.39	2
	Marja toormoos	20	12.96	0.11	0.01	3.01	
	Leivatoode	30	86.20	2.46	1.01	15.97	1;11;2
ESMASPÄEV KOKKU:			415.48	18.57	10.31	61.09	
KOOLIEINE	Sealiha ahjukartulitega (mahe kartul)	200	303.25	12.57	10.64	40.63	
	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	20	57.46	1.64	0.67	10.65	1;11;2
TEISIPÄEV KOKKU:			441.80	14.78	14.56	63.98	
KOOLIEINE	Kodune hakklihakaste (mahe veisehakkliha)	130	99.25	7.43	5.68	4.97	1;2
	Keedetud tatar	130	155.00	5.41	1.82	30.17	
	Kõrvits	50	10.00	0.40	0.05	2.40	
	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:			381.44	15.86	11.73	54.45	
KOOLIEINE	Kartuli - hapukoorevorm (mahe kartul)	200	275.73	6.35	16.63	26.34	2
	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	30	86.20	2.46	1.01	15.97	1;11;2
NELJAPÄEV KOKKU:			447.67	9.68	20.79	55.51	
KOOLIEINE	Kana-koorekaste	130	153.06	8.49	10.34	6.94	1;2
	Keedetud riis (mahe)	130	168.20	3.28	1.41	35.49	
	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	20	57.46	1.64	0.67	10.65	1;11;2
REEDE KOKKU:			437.04	14.01	15.55	60.50	
NADALA KESKMINE KOKKU:			424.68	14.58	14.59	59.11	