

Tartu Kivilinna kooli koolieine menüü 20.11-24.11.2023 kooliastmele 7-9 aastastele		Valmistoidu kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
KOO LIE INE	Kartuli-klimbisupp (mahe kartul ja porgand)	200	211.62	4.65	8.50	30.16	1;2;3
	Ahjuõunasmuuti (mahe jogurt)	150	130.01	2.58	2.12	25.50	2
	Leivatoode	30	86.20	2.46	1.01	15.97	1;11;2
ESMASPÄEV KOKKU:			427.83	9.69	11.63	71.63	
KOO LIE INE	Makaronid hakklihaga (mahe makaron ja veisehakkliha)	200	257.84	14.50	4.70	38.67	1
	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	30	86.20	2.46	1.01	15.97	1;11;2
TEISIPÄEV KOKKU:			425.13	17.53	8.96	67.35	
KOO LIE INE	Karrine kanakaste	130	197.61	10.96	12.60	10.20	2
	Keedetud tatar	130	155.00	5.41	1.82	30.17	
	Kaalikas (mahe)	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	20	57.46	1.64	0.67	10.65	1;11;2
KOLMAPÄEV KOKKU:			456.37	18.66	18.41	55.61	
KOO LIE INE	Ühepajatoit sealihaga (mahe kartul, porgand, kapsas ja kaalikas)	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 (mahe mustsõstramahl)	50	12.03	0.01	0.01	2.87	
	Leivatoode	40	114.93	3.28	1.35	21.30	1;11;2
NELJAPÄEV KOKKU:			370.22	13.73	14.03	47.72	
KOO LIE INE	Tomatine hakklihakaste (mahe veisehakkliha)	130	117.96	7.93	7.16	5.84	
	Keedetud riis (mahe)	130	168.20	3.28	1.41	35.49	
	Valge redis	50	7.85	0.50	0.05	1.75	
	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	30	86.20	2.46	1.01	15.97	1;11;2
REEDE KOKKU:			432.64	14.21	12.66	65.28	
NÄDALA KESKMINE KOKKU:			422.44	14.77	13.14	61.52	