

Tartu Kivilinna kooli koolieine menüü 27.11-01.12.2023 kooliastmele 7-9 aastastele		Valmistoidu kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
KOO LIE INE	Köögiviljasupp kanalihaga (mahe kartul ja porgand)	200	200.13	6.16	11.32	19.49	
	Maasika-jogurtidessert (mahe maasikas ja jogurt)	130	193.86	2.59	6.20	31.49	2
	Leivatoode	20	57.46	1.64	0.67	10.65	1;11;2
ESMASPÄEV KOKKU:			451.45	10.39	18.19	61.62	
KOO LIE INE	Kartulivorm suvikõrvitsaga (mahe kartul)	200	191.68	5.83	7.20	26.76	2;3
	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 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:			386.14	9.68	11.75	60.56	
KOO LIE INE	Hakklihakaste veiselihast (mahe veisehakkliha)	130	137.72	9.23	8.11	7.25	1;2
	Keedetud makaronid (mahe)	130	207.58	5.41	3.82	37.18	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
	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:			450.61	16.93	15.97	59.88	
KOO LIE INE	Sinepi-koorekaste kalkunilihaga	130	108.55	7.48	5.81	6.78	1;10;2
	Keedetud tatar	130	155.00	5.41	1.82	30.17	
	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:			435.48	16.22	11.79	66.12	
KOO LIE INE	Sealihapilaff (mahe riis)	250	371.13	14.90	13.77	47.13	
	Värske kapsas	50	11.95	0.55	0.10	2.70	
	Kastmevalik salatitele	5	28.14	0.05	3.03	0.24	10;2
	Maitsevesi	50	0.95	0.04	0.05	0.24	
	Leivatoode	20	57.46	1.64	0.67	10.65	1;11;2
REEDE KOKKU:			469.63	17.17	17.62	60.95	
NÄDALA KESKMINE KOKKU:			438.66	14.08	15.06	61.83	