

| Tartu Kivilinna kooli koolilõuna menüü 20.01- 26.01 II kooliastmele 10-12 aastastele | | Valmistoidu kaal, grammi | Toiduenergia, kcal | Valgud, grammi | Rasvad, grammi | Süsivesikud, grammi | Allergeen |
|--|--|--------------------------|--------------------|----------------|----------------|---------------------|------------|
| KOOLILÕUNA | Ahjus küpsetatud kanakintsuliha | 50 | 75 | 10.46 | 3.70 | 0.07 | |
| | Koorekaste tilliga(mahe piim) | 100 | 109 | 1.44 | 9.11 | 5.63 | 1;2 |
| | Oa- ja aedviljahautis(mahe porgand,sibul,uba) | 150 | 104 | 4.00 | 4.94 | 10.34 | 9 |
| | Aurutatud liilkapsas | 50 | 13 | 0.96 | 0.12 | 2.76 | |
| | Keedetud läätсед(mahe) | 50 | 79 | 5.42 | 0.38 | 11.78 | |
| | Keedetud täistera pasta(mahe) | 50 | 84 | 2.34 | 1.92 | 13.65 | 1;3 |
| | Hiinakapsas, peet, paprika, redis | 100 | 27 | 1.32 | 0.20 | 5.45 | |
| | Kastmevalik salatitele | 10 | 56 | 0.12 | 6.09 | 0.24 | 10;2 |
| | Seemnesegu | 2 | 11 | 0.46 | 0.87 | 0.50 | 11 |
| | Vesi | 150 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | Maitsevesi | 150 | 3 | 0.10 | 0.14 | 0.71 | |
| | Hibiskuse tee | 150 | 18 | 0 | 0 | 4.49 | |
| | Pria piimatooted(mahe piim 4-4.4.%,keefir 2.5%) | 50 | 28 | 1.82 | 1.33 | 2.26 | 2 |
| | Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti) | 50 | 144 | 4.10 | 1.68 | 26.62 | 1;11;2 |
| | Õun(mahe) | 70 | 28 | 0.14 | 0.25 | 6.93 | |
| Värske kurk | 100 | 10 | 0.60 | 0.10 | 2.10 | | |
| ESMASPÄEV KOKKU : | | | 685 | 29.28 | 25.89 | 83.19 | |
| KOOLILÕUNA | Borš sealihaga(mahe kartul,porgand,peet) | 250 | 192 | 7.58 | 10.16 | 17.99 | |
| | Hapukoor, R 20 % | 20 | 41 | 0.56 | 4.00 | 0.72 | 2 |
| | Köögiviljasupp valgete ubadega(mahe kartul,sibul,uba) | 250 | 164 | 3.07 | 7.87 | 21.15 | |
| | Kama- kohupiimakreem marjadega(mahe jogurt) | 150 | 219 | 7.68 | 2.64 | 39.56 | 1;2 |
| | Pria piimatooted(mahe piim 4-4.4.%,keefir 2.5%) | 50 | 28 | 1.82 | 1.33 | 2.26 | 2 |
| | Vesi | 150 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | Maitsevesi | 150 | 3 | 0.10 | 0.14 | 0.71 | |
| | Kummeli tee | 150 | 18 | 0 | 0 | 4.49 | |
| | Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti) | 65 | 187 | 5.33 | 2.19 | 34.60 | 1;11;2 |
| | Pirn | 70 | 30 | 0.28 | 0.28 | 7.42 | |
| Kõrvits | 100 | 20 | 0.80 | 0.10 | 4.80 | | |
| TEISIPÄEV KOKKU : | | | 737 | 24.15 | 20.84 | 112.55 | |
| KOOLILÕUNA | Kala pikkpoiss(mahe muna) | 50 | 104 | 7.78 | 6.14 | 4.31 | 1;11;2;3;4 |
| | Valge kaste maitserohelisega(mahe piim) | 100 | 83 | 1.90 | 6.04 | 5.67 | 1;2 |
| | Kohupiima - kartulikotlet(mahe uba,kartul,muna) | 50 | 73 | 3.41 | 2.07 | 10.62 | 1;2;3 |
| | Küpsetatud kaalikapulgad(mahe) | 50 | 28 | 0.62 | 1.18 | 4.44 | |
| | Keedetud kartulid(mahe) | 50 | 52 | 1.33 | 0.07 | 11.83 | |
| | Keedetud pärl kuskuss | 50 | 63 | 1.92 | 1.30 | 10.94 | 1 |
| | Punane kapsas(mahe), kõrvits, porgand(mahe), spinat | 100 | 24 | 1.32 | 0.30 | 4.90 | |
| | Kastmevalik salatitele | 5 | 28 | 0.06 | 3.04 | 0.12 | 10;2 |
| | Seemnesegu | 5 | 27 | 1.14 | 2.19 | 1.24 | 11 |
| | Kodujuust R4-5% | 10 | 10 | 1.40 | 0.40 | 0.24 | 2 |
| | Vesi | 150 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | Maitsevesi | 150 | 3 | 0.10 | 0.14 | 0.71 | |
| | Marjamorss | 150 | 63 | 0.23 | 0.02 | 15.00 | |
| | Pria piimatooted(mahe piim 4-4.4.%,keefir 2.5%) | 50 | 27 | 1.62 | 1.31 | 2.29 | 2 |
| | Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti) | 50 | 144 | 4.10 | 1.68 | 26.62 | 1;11;2 |
| Apelsin(mahe) | 70 | 30 | 0.77 | 0.07 | 7.14 | | |
| Valge redis | 100 | 16 | 1.00 | 0.10 | 3.50 | | |
| KOLMAPÄEV KOKKU : | | | 701 | 25.29 | 23.98 | 98.95 | |
| KOOLILÕUNA | Lihtne hakklihasupp(mahe veisehakkliha,kartul,porgand,sibul) | 250 | 202 | 9.50 | 11.63 | 15.98 | |
| | Kaalikapüreesupp(mahe kaalikas,kartul,porgand) | 250 | 196 | 5.11 | 10.69 | 19.95 | 2 |
| | Rõstitud sepikukuubikud | 20 | 83 | 4.22 | 1.30 | 12.30 | 1;2 |
| | Piimapuding(mahe piim) | 100 | 106 | 2.42 | 2.01 | 19.29 | 2 |
| | Marjasegu | 50 | 2 | 0.31 | 0.03 | 0.04 | |
| | Pria piimatooted(mahe piim 4-4.4.%,keefir 2.5%) | 50 | 28 | 1.82 | 1.33 | 2.26 | 2 |
| | Vesi | 150 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | Maitsevesi | 150 | 3 | 0.10 | 0.14 | 0.71 | |
| | Roheline tee | 150 | 24 | 0 | 0 | 5.99 | |
| | Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti) | 60 | 172 | 4.92 | 2.02 | 31.94 | 1;11;2 |
| Banaan(mahe) | 70 | 73 | 0.84 | 0.21 | 17.01 | | |
| Porgand(mahe) | 100 | 34 | 1.00 | 0.40 | 7.70 | | |
| NELJAPÄEV KOKKU : | | | 645 | 20.91 | 17.77 | 100.92 | |
| KOOLILÕUNA | Kalkunilihatükid ürtidega | 50 | 77 | 10.29 | 3.76 | 0.49 | |
| | Koorekaste tilliga(mahe piim) | 100 | 109 | 1.44 | 9.11 | 5.63 | 1;2 |
| | Köögiviljakotlet(mahe kartul,porgand,kaalikas,hernes) | 50 | 54 | 1.14 | 2.57 | 7.14 | 1;3 |
| | Ahjuporgandi ribad(mahe) | 50 | 24 | 0.60 | 0.71 | 4.42 | |
| | Ahjukartulid ürtidega(mahe kartul) | 50 | 65 | 1.42 | 1.37 | 12.06 | |
| | Keedetud tatar | 50 | 60 | 2.08 | 0.70 | 11.60 | |
| | Peet(mahe), hapukapsas, jõhvikas, oad(mahe) | 100 | 30 | 1.20 | 0.30 | 6.45 | |
| | Kastmevalik salatitele | 5 | 28 | 0.06 | 3.04 | 0.12 | 10;2 |
| | Seemnesegu | 5 | 27 | 1.14 | 2.19 | 1.24 | 11 |
| | Vesi | 150 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | Maitsevesi | 150 | 3 | 0.10 | 0.14 | 0.71 | |
| | Mahlajook(mahe mustsõstramah) | 150 | 36 | 0.02 | 0.02 | 8.62 | |
| | Pria piimatooted(mahe piim 4-4.4.%,keefir 2.5%) | 50 | 28 | 1.82 | 1.33 | 2.26 | 2 |
| | Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti) | 50 | 144 | 4.10 | 1.68 | 26.62 | 1;11;2 |
| | Õun(mahe) | 70 | 28 | 0.14 | 0.25 | 6.93 | |
| Kaalikas(mahe) | 100 | 31 | 1.00 | 0.30 | 7.30 | | |
| REEDE KOKKU : | | | 689 | 25.41 | 24.90 | 94.45 | |
| NADALA KESKMINE KOKKU: | | | 691 | 25.01 | 22.68 | 98.01 | |

Lihavabast toidust saadavat energiat ja toitaineid ei arvatata päeva kaloraazi hulka.

Leivatoodete valik võib sisaldada: Must vormileib, Eesti Pagar; Must Jassi seemneleib, Eesti Pagar; Jassi seemneleib, Eesti Pagar; Kodukandi rukkileib, Eesti Pagar; Rehe rukkivormileib, Eesti Pagar; Rehe rukkileib, Eesti Pagar; Õne sepik, Eesti Pagar; Rukkiseppik, Eesti Pagar; Täisteraseppik, Eesti Pagar; Kanepiseemneleib rukkiteradega, Eesti Pagar; Maisigalet; Kaeraseppik, Eesti Pagar; Peremehe rukkileib, Eesti Pagar, Peremehe põrandaleib, Eesti Pagar.

Täpsemat teavet toidu nimetuse ning allergiat või talumatust põhjustavate koostisosade kohta küsi teenindajalt või e-posti aadressilt: tootarendus@balticrest.com