

Esmaspäev, 02.05.2016	KOGUS, g	VALGUD	RASVAD	SÜSIVESIKUD	KCAL
1. Ahjuviinerid	90	11,13	19,02	6,96	251,1
2. Kartuli-porgandi püree	150	2,73	7,76	17,27	154,2
3. Kapsasalat tilliga	50	0,81	2,66	3,48	42,3
4. Alma piim 2,5%	200	6,6	5,2	10,6	118,9
5. Eesti rukkileib (Leibur)	30	2,37	0,36	13,95	70,3
		23,65	35	52,26	636,7
Kolmapäev, 04.05.2016	KOGUS, g	VALGUD	RASVAD	SÜSIVESIKUD	KCAL
1. Makaronid juustuga	250	13,08	15,59	50,77	406,8
2. Jogurtitops	125 tk	400	250	1837,5	11498,8
3. Tee sidruniga	200	0,08	0,03	13,68	56,7
4. Eesti rukkileib (Leibur)	30	2,37	0,36	13,95	70,3
		415,53	265,99	1915,9	12032,5
Neljapäev, 05.05.2016	KOGUS, g	VALGUD	RASVAD	SÜSIVESIKUD	KCAL
1. Praetud kalaburger	65	7,99	8,66	9,22	151,1
2. Keedetud kartul	150	2,89	3,14	25,53	145,7
3. Tar-tar kaste (jogurti baasil)	50	0,73	3,64	4,6	55,7
4. Peedisalat (peet, õlikaste)	50	0,79	3,04	4,56	50,1
5. Õun (tk)	1 tk	0,2	0,36	19	82,1
6. Mahlajook	200	0,48	0,06	19,03	80,5
7. Leiburi rukkileib, täistera	30	1,92	0,24	16,02	75,8
		14,99	19,14	97,96	641,1
Reede, 06.05.2016	KOGUS, g	VALGUD	RASVAD	SÜSIVESIKUD	KCAL
1. Pitsalõik	150	18,17	16,53	29,17	347,8
2. Pirn	1 tk	0,4	0,4	10,6	48,8
3. Kakao	200	3,63	3,31	21,27	132,8
		22,2	20,24	61,04	529,5
	Keskmine:	119,09	85,09	531,79	3459,95

Kooli direktor

Menüü koostaja

Peakokk