

Esmaspäev, 20.02.2017	KOGUS, g	VALGUD	RASVAD	SÜSIVESIKUD	KCAL
1. Pilaff kanalihast	260	14,49	13,8	38,96	347,5
2. Hiinakapsasalat kiivi ja apelsiniga	50	0,69	1,9	3,13	33,3
3. Mahlajook	200	0,48	0,06	20,88	88,1
4. Leiburi rukkileib, täistera	30	1,92	0,24	16,02	75,8
		17,58	16	78,98	544,7
Teispäev, 21.02.2017	KOGUS, g	VALGUD	RASVAD	SÜSIVESIKUD	KCAL
1. Pelmeenid hapukoorega	200	18,62	20,25	27,17	376,1
2. Värske tomati lõik	50	0,35	0,11	1,85	10
3. Õun (tk)	1 tk	0,2	0,36	19	82,1
4. Soe kibuvitsamarjajook	200	0,53	0,2	24,15	103,1
5. Leiburi Eesti rukkileib	30	2,1	0,29	13,95	68,5
		21,81	21,21	86,13	639,7
Kolmapäev, 22.02.2017	KOGUS, g	VALGUD	RASVAD	SÜSIVESIKUD	KCAL
1. Kartuli-frikadellisupp	300	7,73	9,91	27,35	235,9
2. Pannkoogid koduaiamoosiga	150	7,01	11,78	42,64	313,1
3. Must rukkileib (Eesti Pagar)	30	1,98	0,38	15,3	74,4
		16,72	22,06	85,28	623,4
	Keskmine:	18,7	19,76	83,46	602,61

Toiduportsjon koosneb põhiroast, lisandist, kahest erinevast salatist ja joogist omal valikul.

Allergeenide kohta roogades saab infot söökla peakokalt

Kooli direktor

Menüü koostaja

Peakokk