

| Esmaspäev, 27.03.2017 | KOGUS, g | VALGUD | RASVAD | SÜSIVESIKUD | KCAL |
|--|-----------------|---------------|---------------|--------------------|---------------|
| 1. Makaronid singi ja juustuga | 260 | 17,61 | 15,49 | 44,14 | 397,2 |
| 2. Kapsasalat tilliga | 50 | 0,63 | 2,62 | 2,9 | 38,9 |
| 3. Mahlajook | 200 | 0,48 | 0,06 | 20,88 | 88,1 |
| 4. Õun (tk) | 1 tk | 0,2 | 0,36 | 19 | 82,1 |
| 5. Leiburi Ruks | 30 | 2,37 | 0,36 | 12,81 | 65,6 |
| | | 21,29 | 18,88 | 99,73 | 671,8 |
| Teisipäev, 28.03.2017 | KOGUS, g | VALGUD | RASVAD | SÜSIVESIKUD | KCAL |
| 1. Krõbeda kattega ahjukala | 100 | 13,33 | 8,13 | 12,03 | 179,6 |
| 2. Sõmer riis | 150 | 3,42 | 4,58 | 39,96 | 220,4 |
| 3. Külma hapukurgikaste | 50 | 1,09 | 5,8 | 4,48 | 76,7 |
| 4. Peedi-õunasalat õlikastmega | 50 | 0,6 | 2,62 | 6,23 | 52,4 |
| 5. Soe kibuvitsamarjajook | 200 | 0,53 | 0,2 | 24,15 | 103,1 |
| 6. Leiburi Eesti rukkileib | 30 | 2,1 | 0,29 | 13,95 | 68,5 |
| | | 21,06 | 21,61 | 100,8 | 700,6 |
| Kolmapäev, 29.03.2017 | KOGUS, g | VALGUD | RASVAD | SÜSIVESIKUD | KCAL |
| 1. Ahjus küpsetatud kana | 100 | 12,15 | 17,96 | 1,35 | 222,4 |
| 2. Kartulipüree | 150 | 3,12 | 5,07 | 21,45 | 148 |
| 3. Porgandisalat hapukoore ja päevalilleseemnetega | 50 | 0,75 | 2,04 | 4,52 | 40,6 |
| 4. Alma piim 2,5% / keefir 2.5% | 200 | 6,6 | 5,2 | 9,6 | 114,8 |
| 5. Leiburi Seemne Ruks | 30 | 2,61 | 2,55 | 11,58 | 81,9 |
| | | 25,23 | 32,82 | 48,51 | 607,6 |
| Neljapäev, 30.03.2017 | KOGUS, g | VALGUD | RASVAD | SÜSIVESIKUD | KCAL |
| 1. Hakklihakaste porgandiga | 125 | 12,24 | 7,92 | 4,68 | 143 |
| 2. Tatrapuder, sõmer | 150 | 4,76 | 4,46 | 26,39 | 169,2 |
| 3. Hiinakapsa - värsked kurgi ja tomatisalat | 50 | 0,61 | 1,62 | 1,88 | 25,3 |
| 4. Mahlajook | 200 | 0,48 | 0,06 | 20,88 | 88,1 |
| 5. Leiburi Ruks | 30 | 2,37 | 0,36 | 12,81 | 65,6 |
| | | 20,45 | 14,42 | 66,65 | 491,2 |
| Reede, 31.03.2017 | KOGUS, g | VALGUD | RASVAD | SÜSIVESIKUD | KCAL |
| 1. Ahjuviinerid | 60 | 7,2 | 9,9 | 4,5 | 140 |
| 2. Ahjukartulid | 150 | 2,69 | 8,91 | 23,88 | 191,9 |
| 3. Külma kaste | 50 | 1,45 | 0,85 | 4,73 | 33,3 |
| 4. Värske kapsa-porgandi salat | 50 | 0,54 | 2,12 | 3 | 34,2 |
| 5. Piparmünditee | 200 | 0 | 0 | 13,47 | 55,2 |
| 6. Leiburi Eesti rukkileib | 30 | 2,1 | 0,29 | 13,95 | 68,5 |
| | | 13,99 | 22,07 | 63,54 | 523,1 |
| | Keskmine: | 20,4 | 21,96 | 75,84 | 598,86 |

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

Allergeenide kohta roogades saab infot söökla peakokalt

Kooli direktor

Menüü koostaja

Peakokk