

<b>Kolmapäev, 03.05.2017</b>	<b>KOGUS, g</b>	<b>VALGUD</b>	<b>RASVAD</b>	<b>SÜSIVESIKUD</b>	<b>KCAL</b>
1. Ahjuviinerid	60	7,2	9,9	4,5	140
2. Kartulipüree	150	3,12	5,07	21,45	148
3. Hiinakapsa - värsked kurgi ja tomatisalad	50	0,61	1,62	1,88	25,3
4. Mahlajook	200	0,48	0,06	20,88	88,1
5. Leiburi rukkileib, täistera	30	1,92	0,24	16,02	75,8
		<b>13,32</b>	<b>16,89</b>	<b>64,73</b>	<b>477,1</b>
<b>Neljapäev, 04.05.2017</b>	<b>KOGUS, g</b>	<b>VALGUD</b>	<b>RASVAD</b>	<b>SÜSIVESIKUD</b>	<b>KCAL</b>
1. Pilaff sealihast	250	12,44	15,01	40,5	356,6
2. Hapukurgi-peedisalad	50	0,79	1,62	4,71	37,6
3. Piparmünditee	200	0	0	13,47	55,2
4. Leiburi Eesti rukkileib	30	2,1	0,29	13,95	68,5
		<b>15,33</b>	<b>16,91</b>	<b>72,63</b>	<b>517,9</b>
<b>Reede, 05.05.2017</b>	<b>KOGUS, g</b>	<b>VALGUD</b>	<b>RASVAD</b>	<b>SÜSIVESIKUD</b>	<b>KCAL</b>
1. Kohupiimavorm mustsõstrakisselliga	250	20,54	12,61	41,04	369,8
2. Pirn	1 tk	0,4	0,4	10,6	48,8
		<b>20,94</b>	<b>13,01</b>	<b>51,64</b>	<b>418,6</b>
	Keskmine:	<b>16,53</b>	<b>15,6</b>	<b>63</b>	<b>471,2</b>

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

Allergeenide kohta roogades saab infot söökla peakokalt

Kooli direktor

Menüü koostaja

Peakokk