

Tartu Veeriku kooli koolieine menüü 20.02-24.02.2023 kooliastmele 7-9 aastastele		Valmistoidu kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
KOOLIEINE	Minestroone supp (lihata)	200	109.22	2.25	5.26	14.03	1,9
	Hapukoor, R 20 %	10	20.40	0.28	2.00	0.36	2
	Mangosmuuti	130	71.83	3.28	2.54	9.62	2
	Rõstitud kaerahelbed	20	82.92	2.33	2.81	12.73	1,2
	Leivatoode	30	89.91	2.56	1.27	16.34	1,2,7
ESMASPÄEV KOKKU:			374.27	10.70	13.88	53.09	
KOOLIEINE	Kartulivormiroog (mahe kartulid)	200	229.81	10.43	5.02	36.65	10,2,3
	Kaalikas	50	15.30	0.50	0.15	3.65	
	Kastmevalik salatitele	5	28.14	0.05	3.03	0.24	10,2
	Mahlajook	150	36.10	0.02	0.02	8.62	
	Leivatoode	40	119.88	3.41	1.69	21.79	1,2,7
TEISIPÄEV KOKKU:			429.23	14.41	9.91	70.95	
KOOLIEINE	Makaronid veisehakklihaga (mahe makaronid, veisehakkliha)	200	288.10	11.60	9.75	38.26	1
	Punane kapsas	50	13.05	0.80	0.10	2.70	
	Kastmevalik salatitele	5	28.14	0.05	3.03	0.24	10,2
	Maitsevesi	150	2.86	0.10	0.14	0.71	
	Leivatoode	30	89.91	2.56	1.27	16.34	1,2,7
KOLMAPÄEV KOKKU:			422.05	15.12	14.29	58.25	
KOOLIEINE	Tomatine sealihakaste	130	140.72	7.47	8.21	9.47	1,2
	Keedetud tatar	130	155.00	5.41	1.82	30.17	
	Valge redis	50	7.85	0.50	0.05	1.75	
	Kastmevalik salatitele	5	28.14	0.05	3.03	0.24	10,2
	Piparmündi tee	150	18.23	0.00	0.00	4.49	
	Leivatoode	30	89.91	2.56	1.27	16.34	1,2,7
NELJAPÄEV KOKKU:			439.84	15.99	14.38	62.46	
KOOLIEINE	Eesti Vabariigi aastapäev						
REEDE KOKKU:							
NADALA KESKMINE KOKKU:			416.35	14.05	13.12	61.18	