

Koolieine nädalamenüü 02.03.2026 - 06.03.2026

Grupp

1–3 klass

esmaspäev, 2.märts	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Lihtne kalasupp (mahe kartul, sibul, porgand)	200	101	10,11	2,95	8,79	4
Kohupiimakreem (mahe jogurt)	120	123	8,74	3,18	14,55	2
Aedmaasikamoos	20	36	0,08	0	9,00	
Leivatooded	40	115	3,28	1,34	21,30	1;11;2
Kokku :	375		22,21	7,47	53,64	

teisipäev, 3.märts	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Köögiiviljaroog (mahe kartul, porgand, kaalikas)	200	195	4,47	8,53	26,96	1;2;9
Peedisalat õliga (mahe peet)	50	24	0,80	0,35	4,35	
Maitsevesi	150	3	0,10	0,14	0,71	
Leivatooded	50	144	4,10	1,68	26,62	1;11;2
Kokku :	365		9,47	10,70	58,64	

kolmapäev, 4.märts	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Sinepi-koorekaste kalkunilihaga (mahe sibul, hapukoor)	130	130	8,62	7,29	7,60	1;10;2
Keedetud riis (mahe)	130	166	3,28	1,15	35,49	
Porgandisalat jõhvikatega (mahe porgand)	50	27	0,43	0,46	5,84	
Maitsevesi	150	3	0,10	0,14	0,71	
Leivatooded	30	86	2,46	1,01	15,97	1;11;2
Kokku :	412		14,89	10,05	65,61	

neljapäev, 5.märts	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Tatraroo sealihaga (mahe porgand, sibul)	200	250	13,12	8,02	32,81	
Punasekapsasalat	50	24	0,77	0,35	4,85	
Mahlajook (mahe mustsõstra mahl)	150	36	0,02	0,02	8,62	
Leivatooded	30	86	2,46	1,01	15,97	1;11;2
Kokku :	396		16,37	9,40	62,25	

reede, 6.märts	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Hakklihakaste (mahe hapukoor, sibul, porgand)	130	135	4,99	9,46	7,86	1;2
Keedetud makaronid (mahe)	130	185	5,41	1,22	37,18	1
Kaalikasalat apelsinidega (mahe kaalikas, apelsin)	50	21	0,53	0,36	4,44	
Hibiskuse tee	150	0	0	0	0	
Leivatooded	15	43	1,23	0,50	7,99	1;11;2
Kokku :	384		12,16	11,54	57,47	

Nädala keskmine :	386	15,02	9,83	59,52
10 päeva keskmine :				

Täpsemat teavet toidu nimetuse ning allergiat või talumatust põhjustavate koostisosade kohta küsi teenindajalt või e-posti aadressilt:

tootearendus@balticrest.com

Joogivesi on koolisööklas iga päev tasuta kättesaadav.

Pakume kuni 0.25 liitrit piima või piimatoodet nädalas ühe õpilase kohta.

Oleme liitunud Euroopa Liidu koolipiima- ja puuvilja programmiga.

Kool

Koolisöökla juhataja

Koolieine nädalamenüü 09.03.2026 - 13.03.2026

Grupp

1–3 klass

esmaspäev, 9.märts	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Sealiha - aedviljasupp (mahe kartul, porgand, kapsas)	250	115	10,57	3,64	10,88	
Mango - banaanismuuti (mahe jogurt)	150	93	3,74	2,76	13,70	2
Leivatoode	50	144	4,10	1,68	26,62	1;11;2
Kokku :	351		18,41	8,08	51,20	

teisipäev, 10.märts	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Makaroniroog juustuga (mahe makaron, piim, muna)	200	353	17,37	10,25	46,80	1;2;3
Valge redise - porgandisalat (mahe porgand)	50	14	0,50	0,13	3,13	
Mahlajook (mahe mustsõstra mahl)	150	36	0,02	0,02	8,62	
Leivatoode	15	43	1,23	0,50	7,99	1;11;2
Kokku :	446		19,12	10,90	66,54	

kolmapäev, 11.märts	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kartuli panniroog brokoli (mahe kartul, porru, brokoli)	200	125	4,87	1,50	25,22	
Peedisalat jogurtiga (mahe peet, jogurt)	50	22	0,88	0,22	4,12	2
Piim, R 2,5%	150	80	4,50	3,75	7,20	2
Leivatoode	50	144	4,10	1,68	26,62	1;11;2
Kokku :	370		14,35	7,15	63,16	

neljapäev, 12.märts	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kana-koorekaste (mahe porgand, sibul)	130	138	9,44	7,42	8,60	1;2
Keedetud tatar	130	153	5,41	1,56	30,17	
Kaalikasalat jöhvikatega (mahe kaalikas)	50	23	0,43	0,17	5,70	
Maitsevesi	150	3	0,10	0,14	0,71	
Leivatoode	30	86	2,46	1,01	15,97	1;11;2
Kokku :	403		17,84	10,30	61,15	

reede, 13.märts	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kodune sealihakaste (mahe porgand, sibul, hapukoor)	130	115	7,89	6,68	6,10	1;2
Keedetud riis (mahe)	130	166	3,28	1,15	35,49	
Kapsasalat värske tomatiga (mahe kapsas)	50	26	0,49	1,85	2,40	
Piim, R 2,5%	150	80	4,50	3,75	7,20	2
Leivatoode	15	43	1,23	0,50	7,99	1;11;2
Kokku :	430		17,39	13,93	59,18	

Nädala keskmine :	400	17,42	10,07	60,25
10 päeva keskmine :	393	16,22	9,95	59,89

Täpsemat teavet toidu nimetuse ning allergiat või talumatust põhjustavate koostisosade kohta küsi teenindajalt või e-posti aadressilt:

tootearendus@balticrest.com

Joogivesi on koolisööklas iga päev tasuta kättesaadav.

Pakume kuni 0.25 liitrit piima või piimatoodet nädalas ühe õpilase kohta.

Oleme liitunud Euroopa Liidu koolipiima- ja puuvilja programmiga.

Kool

Koolisöökla juhataja

Koolieine nädalamenüü 16.03.2026 - 20.03.2026

Grupp

1–3 klass

esmaspäev, 16.märts	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Koorene kalasupp (mahe kartul, sibul, poegand)	250	158	12,32	7,66	10,64	2,4
Kirsi - jogurtidessert (mahe jogurt)	120	80	5,81	2,52	8,52	2
Leivatoode	50	144	4,10	1,68	26,62	1;11;2
Kokku :	381	22,23	11,86	45,78		

teisipäev, 17.märts	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Tatar kana ja köögiviljadega (mahe sibul, porgand, mais, uba)	200	203	13,44	2,63	33,12	
Peedisalat õliga	50	24	0,80	0,35	4,35	
Mahlajook	150	36	0,02	0,02	8,62	
Leivatoode	50	144	4,10	1,68	26,62	1;11;2
Kokku :	407	18,36	4,68	72,71		

kolmapäev, 18.märts	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Pasta punaste ubade ja suvikõrvitsaga (mahe pasta, sibul, porgand)	200	266	10,77	2,91	49,52	1
Punasekapsasalat	50	24	0,77	0,35	4,85	
Maitsevesi	150	3	0,10	0,14	0,71	
Leivatoode	30	86	2,46	1,01	15,97	1;11;2
Kokku :	378	14,10	4,41	71,05		

neljapäev, 19.märts	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Uhepajatoit sealihaga(mahe kartul, porgand, kapsas, kaalikas)	250	203	15,65	5,46	24,60	
Porgandisalat jõhvikatega (mahe porgand)	50	27	0,43	0,46	5,84	
Maitsevesi	150	3	0,10	0,14	0,71	
Leivatoode	50	144	4,10	1,68	26,62	1;11;2
Kokku :	376	20,28	7,74	57,77		

reede, 20.märts	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Hakkliahagulašš (mahe sibul, porgand, hapukoor)	130	149	6,09	10,92	6,73	1;2
Keedetud tatar	130	153	5,41	1,56	30,17	
Hiinakapsasalat maisiga (mahe mais)	50	19	0,92	0,44	2,96	
Piparmündi tee	150	0	0	0	0	
Leivatoode	25	72	2,05	0,84	13,31	1;11;2
Kokku :	392	14,47	13,76	53,17		

Nädala keskmine :	387	17,89	8,49	60,1
10 päeva keskmine :	394	17,66	9,28	60,18

Täpsemat teavet toidu nimetuse ning allergiat või talumatust põhjustavate koostisosade kohta küsi teenindajalt või e-posti aadressilt:

tootearendus@balticrest.com

Joogivesi on koolisööklas iga päev tasuta kättesaadav.

Pakume kuni 0.25 liitrit piima või piimatoodet nädalas ühe õpilase kohta.

Oleme liitunud Euroopa Liidu koolipiima- ja puuvilja programmiga.

Kool

Koolisöökla juhataja

Koolieine nädalamenüü 23.03.2026 - 27.03.2026

Grupp

1–3 klass

esmaspäev, 23.märts	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kala - kõõgiviljasupp (mahe kartul, porgand, sibul, lillkapsas)	250	129	12,96	3,75	11,69	4
Mustika-kamasmuuti (mahe jogurt)	120	125	3,97	2,45	22,68	1;2
Leivatode	50	144	4,10	1,68	26,62	1;11;2
Kokku :	398		21,03	7,88	60,99	

teisipäev, 24.märts	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Küpsetatud kartulid tomati ja juustuga (mahe kartul)	200	239	12,36	7,39	31,68	2
Valge redise salat maitserohelise	50	10	0,53	0,31	1,79	
Mahlajook (mahe mustsõstra mahl)	150	36	0,02	0,02	8,62	
Leivatode	25	72	2,05	0,84	13,31	1;11;2
Kokku :	357		14,96	8,56	55,40	

kolmapäev, 25.märts	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kanastrooganov (mahe hapukoor, sibul)	130	121	9,29	6,07	7,52	1;2
Keedetud tatar	130	153	5,41	1,56	30,17	
Kapsasalat värske tomatiga (mahe kapsas)	50	26	0,49	1,85	2,40	
Maitsevesi	150	3	0,10	0,14	0,71	
Leivatode	30	86	2,46	1,01	15,97	1;11;2
Kokku :	390		17,75	10,63	56,77	

neljapäev, 26.märts	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Makaronid hakklihaga (mahe makaron, sibul)	200	333	11,74	10,19	47,68	1
Peedisalat õunaga (mahe peet)	50	39	0,48	2,14	4,62	
Maitsevesi	150	3	0,10	0,14	0,71	
Leivatode	15	43	1,23	0,50	7,99	1;11;2
Kokku :	418		13,55	12,97	61,00	

reede, 27.märts	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Peedirisoto (mahe riis, peet, sibul)	200	269	10,42	6,41	42,58	2
Porgandisalat (mahe porgand)	50	17	0,48	0,19	3,97	
Maitsevesi	150	3	0,10	0,14	0,71	
Leivatode	50	144	4,10	1,68	26,62	1;11;2
Kokku :	433		15,10	8,42	73,88	

Nädala keskmine :	399	16,48	9,69	61,61
10 päeva keskmine :	393	17,19	9,09	60,86

Täpsemat teavet toidu nimetuse ning allergiat või talumatust põhjustavate koostisosade kohta küsi teenindajalt või e-posti aadressilt:

tootearendus@balticrest.com

Joogivesi on koolisööklas iga päev tasuta kättesaadav.

Pakume kuni 0.25 liitrit piima või piimatoodet nädalas ühe õpilase kohta.

Oleme liitunud Euroopa Liidu koolipiima- ja puuvilja programmiga.

Kool

Koolisöökla juhataja

Koolieine nädalamenüü 30.03.2026 - 02.04.2026

Grupp

1–3 klass

esmaspäev, 30.märts	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kalassupp sulajustuga (mahe kartul, porgand, sibul, brokoli)	200	177	13,34	11,02	7,02	2,4
Kakao-kohupiimakreem	100	138	12,63	1,14	18,32	2
Aedmaasikamoos	20	36	0,08	0	9,00	
Leivatoode	20	57	1,64	0,67	10,65	1;11;2
Kokku :	409		27,69	12,83	44,99	

teisipäev, 31.märts	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kartulivorm ürtidega (mahe kartul, muna, piim)	200	240	13,43	8,67	27,77	2;3
Peedisalat jogurtiga (mahe peet, jogurt)	50	22	0,88	0,22	4,12	2
Maitsevesi	150	3	0,10	0,14	0,71	
Leivatoode	50	144	4,10	1,68	26,62	1;11;2
Kokku :	408		18,51	10,71	59,22	

kolmapäev, 1.aprill	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Hakklihakaste (mahe hapukoor, sibul)	130	242	7,08	20,00	8,56	1;2
Keedetud tatar	130	153	5,41	1,56	30,17	
Kõrvitsasalat punase sõstraga	50	14	0,43	0,09	3,42	
Maitsevesi	150	3	0,10	0,14	0,71	
Leivatoode	15	43	1,23	0,50	7,99	1;11;2
Kokku :	455		14,25	22,29	50,85	

neljapäev, 2.aprill	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kana-koorekaste (mahe sibul, porgand)	130	138	9,44	7,42	8,60	1;2
Keedetud makaronid (mahe pasta)	130	185	5,41	1,22	37,18	1
Kapsasalat porgandiga (mahe porgand, kapsas)	50	14	0,51	0,14	3,30	
Maitsevesi	150	3	0,10	0,14	0,71	
Leivatoode	20	57	1,64	0,67	10,65	1;11;2
Kokku :	397		17,10	9,59	60,44	

Nädala keskmine :	417	19,39	13,86	53,88
10 päeva keskmine :	408	17,94	11,78	57,75

Täpsemat teavet toidu nimetuse ning allergiat või talumatust põhjustavate koostisosade kohta küsi teenindajalt või e-posti aadressilt:

tootearendus@balticrest.com

Joogivesi on koolisööklas iga päev tasuta kättesaadav.

Pakume kuni 0.25 liitrit piima või piimatoodet nädalas ühe õpilase kohta.

Oleme liitunud Euroopa Liidu koolipiima- ja puuvilja programmiga.

Kool

Koolisöökla juhataja