

Koolieine nädalamenüü 07.09.2026 - 11.09.2026

Grupp

1–3 klass

esmaspäev, 7.september	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Lõhesupp (mahe kartul, porgand, sibul)	250	181	14,25	9,05	10,61	4
Maasika-kama smuuti (mahe maasikas, jogurt)	120	90	3,41	2,03	14,98	1;2
Leivatoode - kiudaine sisaldus üle 6g/100g	50	128	4,70	1,67	20,39	1;2;3
Kokku:	399		22,36	12,75	45,98	

teisipäev, 8.september	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Küpsetatud kartulid tomati ja juustuga (mahe kartul)	250	299	15,45	9,24	39,60	2
Valge redise salat maitserohelisega	50	10	0,53	0,31	1,72	
Mahlajook (mahe mustsõstra mahl)	150	36	0,02	0,02	8,62	
Leivatoode - kiudaine sisaldus üle 6g/100g	25	64	2,35	0,84	10,20	1;2;3
Kokku:	409		18,35	10,41	60,14	

kolmapäev, 9.september	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Värskekapsa - hakklihahautis (mahe kapsas, porgand, sibul)	130	108	5,48	7,65	4,78	
Keedetud kartulid (mahe)	130	135	3,46	0,18	30,76	
Kapsasalat värske tomatiga (mahe kapsas)	50	14	0,51	0,36	2,45	
Maitsevesi	150	3	0,11	0,14	0,73	
Leivatoode - kiudaine sisaldus üle 6g/100g	50	128	4,70	1,67	20,39	1;2;3
Kokku:	388		14,26	10,00	59,11	

neljapäev, 10.september	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Makaronid sealihaga (mahe makaron, sibul, porgand)	250	349	16,59	5,61	56,55	1
Peedisalat õunaga (mahe peet)	50	39	0,48	2,14	4,62	
Maitsevesi	150	3	0,11	0,14	0,73	
Leivatoode - kiudaine sisaldus üle 6g/100g	20	51	1,88	0,67	8,16	1;2;3
Kokku:	442		19,06	8,56	70,06	

reede, 11.september	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kanastrooganov (mahe hapukoor, sibul)	130	121	9,29	6,07	7,48	1;2
Keedetud tatar	130	153	5,41	1,56	30,17	
Koorene porgandisalat (mahe porgand)	50	18	0,56	0,33	2,66	2
Piim, R 2,5%	150	80	4,50	3,75	7,20	2
Leivatoode - kiudaine sisaldus üle 6g/100g	30	77	2,82	1,00	12,23	1;2;3
Kokku:	449		22,58	12,71	59,74	

Nädala keskmine:	417	19,32	10,89	59,01
10 päeva keskmine:	412	19,47	11,28	56,89

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 14.09.2026 - 18.09.2026

Grupp

1–3 klass

esmaspäev, 14.september	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kalasupp sulajuustuga (mahe kartul, brokoli, porgand)	250	230	18,00	13,95	8,39	2;4
Kakao-kohupiimakreem	105	107	8,37	3,43	9,86	2
Aedmarjamoos	20	44	0	0	11,00	
Leivatoodet - kiudaine sisaldus üle 6g/100g	20	51	1,88	0,67	8,16	1;2;3
Kokku:	432	28,25	18,05	37,41		

teisipäev, 15.september	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kartulivorm ürtidega (mahe kartul, muna, piim)	250	306	17,41	11,37	34,68	2;3
Peedisalat jogurtiga (mahe peet, jogurt)	50	22	0,88	0,22	4,12	2
Maitsevesi	150	3	0,11	0,14	0,73	
Leivatoodet - kiudaine sisaldus üle 6g/100g	50	128	4,70	1,67	20,39	1;2;3
Kokku:	459	23,10	13,40	59,92		

kolmapäev, 16.september	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Sealiha-köögiviljakaste (mahe porgand, sibul, roheline hernes)	130	135	8,43	8,02	7,60	1;2
Keedetud makaronid (mahe)	130	185	5,41	1,22	37,18	1
Kõrvitsasalat punase sõstraga	50	23	0,43	0,34	5,00	
Mahlajook (mahe mustsõstra mahl)	150	36	0,02	0,02	8,62	
Leivatoodet - kiudaine sisaldus üle 6g/100g	30	77	2,82	1,00	12,23	1;2;3
Kokku:	456	17,11	10,60	70,63		

neljapäev, 17.september	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Riisiroog hakkliahaga (mahe riis, porgand, sibul)	250	317	10,22	12,15	42,18	
Kapsasalat porgandiga (mahe porgand, kapsas)	50	14	0,51	0,14	3,30	
Maitsevesi	150	3	0,11	0,14	0,73	
Leivatoodet - kiudaine sisaldus üle 6g/100g	50	128	4,70	1,67	20,39	1;2;3
Kokku:	462	15,54	14,10	66,60		

reede, 18.september	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kanakaste ürtidega (mahe porgand, hapukoor, sibul)	130	133	9,40	7,36	7,29	1;2
Keedetud tatar	130	153	5,41	1,56	30,17	
Valge redise - porgandisalat (mahe porgand)	50	13	0,39	0,08	2,55	
Maitsevesi	150	3	0,11	0,14	0,73	
Leivatoodet - kiudaine sisaldus üle 6g/100g	50	128	4,70	1,67	20,39	1;2;3
Kokku:	430	20,01	10,81	61,13		

Nädala keskmine:	448	20,8	13,39	59,14
10 päeva keskmine:	433	20,06	12,14	59,08

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 21.09.2026 - 25.09.2026

Grupp

1–3 klass

esmaspäev, 21.september	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Värskekapsasupp lihata (mahe kartul, porgand, sibul)	300	91	2,83	0,43	19,26	9
Hapukoor, R 20 % (mahe)	20	41	0,56	4,00	0,72	2
Maasikasmuuti (mahe maasikas, jogurt)	150	76	3,62	2,74	9,40	2
Leivatood - kiudaine sisaldus üle 6g/100g	60	154	5,64	2,01	24,47	1;2;3
Kokku:	361	361	12,65	9,18	53,85	

teisipäev, 22.september	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Tatrarroog sealihaga (mahe porgand, sibul)	250	309	16,05	8,38	43,26	
Punasekapsasalat	50	24	0,77	0,35	4,85	
Mahlajook (mahe mustsõstra mahl)	150	36	0,02	0,02	8,62	
Leivatood - kiudaine sisaldus üle 6g/100g	15	38	1,41	0,50	6,12	1;2;3
Kokku:	408	408	18,25	9,25	62,85	

kolmapäev, 23.september	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Koorene sealihakaste (mahe hapukoor, sibul, porgand)	130	136	8,30	7,99	7,74	1;2
Keedetud riis (mahe)	130	166	3,28	1,15	35,49	
Hiinakapsasalat maisiga (mahe mais)	50	16	0,76	0,36	2,19	
Maitsevesi	150	3	0,11	0,14	0,73	
Leivatood - kiudaine sisaldus üle 6g/100g	30	77	2,82	1,00	12,23	1;2;3
Kokku:	397	397	15,27	10,64	58,38	

neljapäev, 24.september	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Küpsetatud kartulid juustuga (mahe kartul)	250	367	22,46	14,29	38,34	2
Peedisalat õunaga (mahe peet)	50	39	0,48	2,14	4,62	
Maitsevesi	150	3	0,11	0,14	0,73	
Leivatood - kiudaine sisaldus üle 6g/100g	20	51	1,88	0,67	8,16	1;2;3
Kokku:	460	460	24,93	17,24	51,85	

reede, 25.september	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Makaronid kanaga (mahe makaron, porgand, sibul)	250	333	17,87	3,17	56,71	1
Porgandisalat (mahe porgand)	50	17	0,28	0,10	2,98	
Piim, R 2,5%	150	80	4,50	3,75	7,20	2
Leivatood - kiudaine sisaldus üle 6g/100g	20	51	1,88	0,67	8,16	1;2;3
Kokku:	481	481	24,53	7,69	75,05	

Nädala keskmine:	421	19,13	10,8	60,4
10 päeva keskmine:	435	19,97	12,10	59,77

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 28.09.2026 - 02.10.2026

Grupp

1–3 klass

esmaspäev, 28.september	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Lihtne kalasupp (mahe kartul, porgand, sibul)	300	150	15,04	4,36	12,55	4
Ahjuõunasmuuti (mahe jogurt, õun)	150	70	2,55	2,15	10,58	2
Leivatode - kiudaine sisaldus üle 6g/100g	60	154	5,64	2,01	24,47	1;2;3
Kokku:	374	374	23,23	8,52	47,60	

teisipäev, 29.september	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Riisi - aedviljavorm (mahe riis, muna, suvikõrvits, sibul)	250	264	16,14	10,38	26,66	2;3
Kaalika - õunasalat (mahe kaalikas)	50	25	0,38	0,15	6,04	
Mahlajook (mahe mustsõstra mahl)	150	36	0,02	0,02	8,62	
Leivatode - kiudaine sisaldus üle 6g/100g	15	38	1,41	0,50	6,12	1;2;3
Kokku:	363	363	17,95	11,05	47,44	

kolmapäev, 30.september	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Sealihakaste ürtidega (mahe hapukoor, sibul)	130	108	7,76	6,63	4,67	1;2
Keedetud tatar	130	153	5,41	1,56	30,17	
Peedisalat (mahe peet)	50	22	0,80	0,10	4,35	
Maitsevesi	150	3	0,11	0,14	0,73	
Leivatode - kiudaine sisaldus üle 6g/100g	50	128	4,70	1,67	20,39	1;2;3
Kokku:	414	414	18,78	10,10	60,31	

neljapäev, 1.oktoober	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Makaronid hakklilhaga (mahe makaron, sibul)	250	416	14,68	12,73	59,49	1
Porgandi-maisisalat (mahe porgand, mais)	50	30	0,41	0,37	5,66	
Maitsevesi	150	3	0,11	0,14	0,73	
Leivatode - kiudaine sisaldus üle 6g/100g	20	51	1,88	0,67	8,16	1;2;3
Kokku:	500	500	17,08	13,91	74,04	

reede, 2.oktoober	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kanakarri	130	137	9,02	7,43	8,90	2
Keedetud riis (mahe)	130	166	3,28	1,15	35,49	
Valge redise - hapukooresalat (mahe hapukoor)	50	22	0,65	1,55	1,81	2
Maitsevesi	150	3	0,11	0,14	0,73	
Leivatode - kiudaine sisaldus üle 6g/100g	25	64	2,35	0,84	10,20	1;2;3
Kokku:	393	393	15,41	11,11	57,13	

Nädala keskmine:	409	18,49	10,94	57,3
10 päeva keskmine:	415	18,81	10,87	58,85

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