

Koolilõuna nädalamenüü 04.05.2026 - 08.05.2026

Teemapäeva: Tähed taldrikul

	Monday, 4.May	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Küpsetatud valge kalafilee RALF KÜTTIS		50	78	12.30	3.16	0.05	4
Tar-tar kaste RALF KÜTTIS		100	67	1.81	5.05	4.53	2
Ahjuporgandi ribad		60	30	0.83	0.61	6.26	
Kartulipuder		60	47	1.33	0.60	9.20	2
Keedetud riis		60	77	1.51	0.53	16.38	
Peedisalat		60	28	0.93	0.42	5.05	
Hiinakapsas, porgand, spinat, kurk		60	12	0.76	0.20	2.20	
Kastmevalik salatitele		13	73	0.15	7.92	0.28	10;2
Seemnesegu		15	82	3.42	6.56	3.72	11
Maitvesi		150	3	0.10	0.14	0.71	
Pria piimatooted		Kuni 250					2
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)		50	144	4.10	1.68	26.62	1;11;2
Banaan ja redise snäkid		150	101	1.65	0.45	23.70	
		Kokku :	741	28.89	27.32	98.70	
	Tuesday, 5.May	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kana - nuudlisupp RASMUS ja ROBERT LAIDVEE		300	149	14.70	0.53	21.58	1
Panna cotta KASPAR KUUSMAA		120	246	4.46	23.28	4.66	2
Mustsõstar		20	10	0.22	0.08	2.72	
Seemne-pähklisegu		20	112	4.83	9.09	4.04	11;6
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)		70	201	5.74	2.35	37.27	1;11;2
Oun ja nuikapsa snäkid		150	48	0.52	0.42	11.92	
		Kokku :	766	30.47	35.75	82.19	
	Wednesday, 6.May	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Chilli con carne KEVIN ALOE		150	186	9.44	9.82	15.92	
Röstitud juurseller		60	26	1.19	0.50	5.08	9
Keedetud riis		60	77	1.51	0.53	16.38	
Keedetud tatar		60	71	2.50	0.72	13.92	
Kapsasalat paprikaga		60	15	0.67	0.13	3.39	
Peet, kaalikas, porru, jöhvikad		60	19	0.75	0.24	4.20	
Kastmevalik salatitele		2	11	0.02	1.22	0.04	10;2
Seemnesegu		22	121	5.02	9.62	5.46	11
Mahlajook		125	30	0.02	0.02	7.19	
Pria piimatooted		125	73	4.02	3.79	5.73	2
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)		15	43	1.23	0.50	7.99	1;11;2
Pirn ja porgandi snäkid		150	57	1.05	0.60	13.72	
		Kokku :	728	27.42	27.69	99.02	
	Thursday, 7.May	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kodune seljanka RALF KÜTTIS		300	163	13.78	6.64	12.65	
Hapukoore, R 20 %		20	41	0.56	4.00	0.72	2
Kohupiima - kamavaht HENRIK OJAMAA		150	224	8.72	15.89	11.66	1;2
Seemne-pähklisegu		15	84	3.62	6.82	3.03	11;6
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)		70	201	5.74	2.35	37.27	1;11;2
Oun ja kaalika snäkid		150	53	0.90	0.50	12.90	
		Kokku :	766	33.32	36.20	78.23	
	Friday, 8.May	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Pestopasta kanaga KASPAR KUUSMAA		300	630	27.64	26.96	68.14	1;2;6
Aurutatud rohelised herned		60	44	3.28	0.25	8.57	
Porgandisalat õunaga		60	25	0.45	0.53	5.33	
Redis, kurk, peet, mais		60	25	0.93	0.18	5.25	
Kastmevalik salatitele		2	11	0.02	1.22	0.04	10;2
Seemnesegu		3	16	0.68	1.31	0.74	11
Ingveritee sidruniga		150	3	0.08	0.03	0.64	
Pria piimatooted		Kuni 250					2
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)		15	43	1.23	0.50	7.99	1;11;2
Pirn ja valge kapsa snäkid		150	50	1.12	0.45	12.00	
		Kokku :	848	35.43	31.43	108.70	

Nädala keskmine :	770	31.11	31.68	93.37
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.

Keila Kool

Koolisöökla juhataja Anzela Terasmaa