

Koolilõuna nädalamenüü 01.09.2025 - 05.09.2025

[illegible]

	Tuesday, 2.September	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Talupojasupp sealihaga		300	177	13.23	6.14	18.45	9
Hapukoor, R 20 %		20	41	0.56	4.00	0.72	2
Marjatarretis		150	160	3.42	0.02	35.68	
Vahukoor		20	67	0.50	7.00	0.60	2
Seemne-pähklisegu		10	56	2.42	4.54	2.02	11;6
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)		80	230	6.56	2.69	42.59	1;11;2
Arbuus ja kurgi snäkid		150	33	0.82	0.30	6.98	
		Kokku :	765	27.51	24.69	107.04	

	Wednesday, 3.September	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Värskekapsa - hakklihahautis		150	105	4.92	6.74	7.38	
Röstitud juurseller		60	25	1.19	0.50	5.08	9
Keedetud kartulid		60	62	1.60	0.08	14.20	
Keedetud tatar		60	70	2.50	0.72	13.92	
Peedi - küüslaugusalat		60	36	0.95	1.32	5.17	
Jääsalat, porgand, porru kaalikas		60	16	0.76	0.20	3.38	
Kastmevalik salatitele		15	84	0.17	9.13	0.36	10;2
Seemnesegu		20	110	4.56	8.74	4.97	11
Kummeli tee		150	0	0	0	0	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)		60	172	4.92	2.02	31.94	1;11;2
Õun ja redise snäkid		150	53	0.54	0.46	12.93	
		Kokku :	734	22.11	29.91	99.33	

	Thursday, 4.September	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kana - nuudlisupp		300	230	17.87	0.98	37.43	1;9
Maasikakreem riisiga		150	281	2.69	14.01	35.28	2
Seemne-pähklisegu		10	56	2.42	4.54	2.02	11;6
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)		60	172	4.92	2.02	31.94	1;11;2
Ploom ja nuikapsa snäkid		150	50	0.90	0.60	11.55	
		Kokku :	790	28.80	22.15	118.22	

	Friday, 5.September	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kalapada		150	78	7.70	2.45	7.05	4
Aurutatud lillkapsas		60	14	1.06	0.13	3.04	
Keedetud riis		60	77	1.51	0.53	16.38	
Ahjukartulid ürtidega		60	65	1.60	0.38	14.20	
Porgandisalat		60	21	0.57	0.23	4.77	
Peet, hapukapsas, porru, oad		60	18	0.96	0.14	3.52	
Kastmevalik salatitele		20	112	0.23	12.18	0.48	10;2
Seemnesegu		20	110	4.56	8.74	4.97	11
Maitsevesi		150	3	0.10	0.14	0.71	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)		60	172	4.92	2.02	31.94	1;11;2
Õun ja salatiliehe snäkid		150	44	1.11	1.63	10.67	
		Kokku :	714	24.32	28.57	97.73	

Nädala keskmine :	752	26.35	26.17	105.71
10 päeva keskmine :				

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

tootearendus@balticrest.com

Jooqivesi on koolisöökla 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