

Koolieine nädalamenüü 12.10.2026 - 16.10.2026

Grupp

1–3 klass

esmaspäev, 12.oktoober	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Aedvilja-kalasupp	250	155	13,81	6,36	11,00	4
Marja-kamasmuuti	150	95	4,77	2,86	12,18	1;2
Leivatode - kiudaine sisaldus üle 6g/100g	45	115	4,23	1,50	18,35	1;2;3
Kokku:	365	365	22,81	10,72	41,53	

teisipäev, 13.oktoober	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Tatrapada kanahakkliha ja köögiviljadega	250	288	13,50	8,69	40,03	
Külm hapukoorekaste	20	21	0,61	1,72	0,79	2
Peedisalat õliga	50	24	0,80	0,35	4,35	
Mahlajook	150	36	0,02	0,02	8,62	
Leivatode - kiudaine sisaldus üle 6g/100g	50	128	4,70	1,67	20,39	1;2;3
Kokku:	497	497	19,63	12,45	74,18	

kolmapäev, 14.oktoober	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kana-koorekaste	130	138	9,36	7,38	8,19	1;2
Ahjukartulid ürtidega	130	141	3,46	0,83	30,76	
Punasekapsasalat	50	24	0,77	0,35	4,85	
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:	370	370	16,05	9,54	54,73	

neljapäev, 15.oktoober	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Sealiha ahjukartulitega	250	252	13,00	3,98	42,25	
Külm hapukoorekaste	20	21	0,61	1,72	0,79	2
Porgandisalat jõhvikatega	50	26	0,27	0,38	5,00	
Maitsevesi	150	3	0,11	0,14	0,73	
Leivatode - kiudaine sisaldus üle 6g/100g	30	77	2,82	1,00	12,23	1;2;3
Kokku:	380	380	16,81	7,22	61,00	

reede, 16.oktoober	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Magushapu sealihakaste	130	80	7,11	2,72	6,68	
Keedetud riis	130	166	3,28	1,15	35,49	
Hiinakapsasalat maisiga	50	16	0,76	0,36	2,19	
Piparmündi tee	150	0	0	0	0	
Leivatode - kiudaine sisaldus üle 6g/100g	50	128	4,70	1,67	20,39	1;2;3
Kokku:	390	390	15,85	5,90	64,75	

Nädala keskmine:	433	18,89	9,4	66,34
10 päeva keskmine:	400	18,23	9,17	59,24

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