

Tartu Mart Reiniku kooli koolieine menüü 20.12-24.12.2021 I kooliastmele 7-9 aastastele		Valmistoidu kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
KOOLIEINE	Kartuli-klimbisupp (mahe kartulid)	200	210.21	4.60	8.48	29.88	1,2,3
	Mangosmuuti	150	82.88	3.79	2.92	11.10	2
	Leivatoode	40	117.42	3.42	1.71	21.33	1,2,3,7
ESMASPÄEV KOKKU:			410.51	11.81	13.11	62.31	
KOOLIEINE	Kana-riisiroog ürtidega (mahe riis)	200	256.77	17.00	7.41	31.05	
	Kõrvitsa - kaalikasalat	50	52.51	0.45	2.92	6.64	
	Maitsevesi	150	2.86	0.10	0.14	0.71	
	Leivatoode	30	88.07	2.56	1.28	16.00	1,2,3,7
TEISIPÄEV KOKKU:			400.21	20.11	11.75	54.39	
KOOLIEINE	Kalkuniguljašš	130	158.02	7.62	9.02	11.71	1,2
	Keedetud makaronid (mahe makaronid)	130	207.58	5.41	3.82	37.18	1,3
	Porgandisalat (mahe porgand)	50	17.35	0.48	0.19	3.99	
	Hibiskuse tee	150	18.23	0.00	0.00	4.49	
	Leivatoode	20	58.71	1.71	0.86	10.66	1,2,3,7
KOLMAPÄEV KOKKU:			459.89	15.22	13.89	68.03	
KOOLIEINE							
NELJAPÄEV KOKKU:							
KOOLIEINE							
REEDE KOKKU:							
NADALA KESKMINE KOKKU:			423.54	15.71	12.92	61.58	