

| Tartu Mart Reiniku kooli koolieine menüü 15.04- 19.04 vanus 7-9 |                                                           | Valmistoidu<br>kaal, grammi | Toiduenergia,<br>kcal | Valgud,<br>grammi | Rasvad,<br>grammi | Süsivesikud,<br>grammi | Allergeen |
|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-----------------------------|-----------------------|-------------------|-------------------|------------------------|-----------|
| KOOLEINE                                                        | Lihtne hakklihasupp (mahe kartul, porgand, veisehakkliha) | 200                         | 162                   | 7.60              | 9.30              | 12.78                  |           |
|                                                                 | Keefiri - mangokokteil                                    | 130                         | 72                    | 3.28              | 2.54              | 9.62                   | 2         |
|                                                                 | Rõstitud kaerahelbed                                      | 20                          | 83                    | 2.33              | 2.81              | 12.73                  | 1;2       |
|                                                                 | Leivatoode                                                | 45                          | 129                   | 3.69              | 1.51              | 23.96                  | 1;11;2    |
| <b>ESMASPÄEV KOKKU :</b>                                        |                                                           |                             | <b>446</b>            | <b>16.90</b>      | <b>16.16</b>      | <b>59.09</b>           |           |
| KOOLEINE                                                        | Makaroniroog juustuga (mahe makaronid)                    | 200                         | 351                   | 13.39             | 13.41             | 43.53                  | 1;2;3     |
|                                                                 | Kapsas                                                    | 50                          | 12                    | 0.55              | 0.10              | 2.70                   |           |
|                                                                 | Kastmevalik salatitele                                    | 5                           | 28                    | 0.05              | 3.03              | 0.23                   | 10;2      |
|                                                                 | Maitsevesi                                                | 150                         | 3                     | 0.10              | 0.14              | 0.71                   |           |
|                                                                 | Leivatoode                                                | 20                          | 57                    | 1.64              | 0.67              | 10.65                  | 1;11;2    |
| <b>TEISIPÄEV KOKKU :</b>                                        |                                                           |                             | <b>452</b>            | <b>15.73</b>      | <b>17.35</b>      | <b>57.82</b>           |           |
| KOOLEINE                                                        | Sinepi-koorekaste kalkunilihaga                           | 130                         | 109                   | 7.48              | 5.81              | 6.78                   | 1;10;2    |
|                                                                 | Keedetud tatar                                            | 130                         | 155                   | 5.41              | 1.82              | 30.17                  |           |
|                                                                 | Porgand (mahe)                                            | 50                          | 17                    | 0.50              | 0.20              | 3.85                   |           |
|                                                                 | Kastmevalik salatitele                                    | 5                           | 28                    | 0.05              | 3.03              | 0.23                   | 10;2      |
|                                                                 | Mahlajook                                                 | 150                         | 36                    | 0.02              | 0.02              | 8.62                   |           |
|                                                                 | Leivatoode                                                | 25                          | 72                    | 2.05              | 0.84              | 13.31                  | 1;11;2    |
| <b>KOLMAPÄEV KOKKU :</b>                                        |                                                           |                             | <b>416</b>            | <b>15.51</b>      | <b>11.72</b>      | <b>62.96</b>           |           |
| KOOLEINE                                                        | Kartulipuder kanalihaga (mahe kartul, piim)               | 200                         | 170                   | 12.28             | 4.93              | 19.70                  | 2         |
|                                                                 | Peet                                                      | 50                          | 22                    | 0.80              | 0.10              | 4.35                   |           |
|                                                                 | Kastmevalik salatitele                                    | 5                           | 28                    | 0.05              | 3.03              | 0.23                   | 10;2      |
|                                                                 | Mahlajook                                                 | 150                         | 36                    | 0.02              | 0.02              | 8.62                   |           |
|                                                                 | Leivatoode                                                | 45                          | 129                   | 3.69              | 1.51              | 23.96                  | 1;11;2    |
| <b>NELJAPÄEV KOKKU :</b>                                        |                                                           |                             | <b>385</b>            | <b>16.84</b>      | <b>9.59</b>       | <b>56.86</b>           |           |
| KOOLEINE                                                        | Hakklihakaste köögiviljadega 8mahe veisehakkliha, piim)   | 130                         | 152                   | 5.85              | 11.69             | 6.10                   |           |
|                                                                 | Keedetud pärl kuskuss                                     | 130                         | 163                   | 4.99              | 3.38              | 28.43                  | 1         |
|                                                                 | Kõrvits                                                   | 50                          | 10                    | 0.40              | 0.05              | 2.40                   |           |
|                                                                 | Kastmevalik salatitele                                    | 5                           | 28                    | 0.05              | 3.03              | 0.23                   | 10;2      |
|                                                                 | Hibiskuse tee                                             | 150                         | 18                    | 0                 | 0                 | 4.49                   |           |
|                                                                 | Leivatoode                                                | 20                          | 57                    | 1.64              | 0.67              | 10.65                  | 1;11;2    |
| <b>REEDE KOKKU :</b>                                            |                                                           |                             | <b>428</b>            | <b>12.93</b>      | <b>18.82</b>      | <b>52.30</b>           |           |
| <b>NÄDALA KESKMINE KOKKU:</b>                                   |                                                           |                             | <b>425</b>            | <b>15.58</b>      | <b>14.73</b>      | <b>57.81</b>           |           |

Leivatoodete valik võib sisaldada: Must vormileib, Eesti Pagar; Must Jassi seemneleib, Eesti Pagar; Jassi seemneleib, Eesti Pagar; Kodukandi rukkileib, Eesti Pagar; Rehe rukkivormileib, Eesti Pagar; Rehe rukkileib, Eesti Pagar; Õne sepik, Eesti Pagar; Rukkisepik, Eesti Pagar; Täisterasepik, Eesti Pagar; Kanepiseemneleib rukkiteradega, Eesti Pagar; Maisigalet; Kaerasepik, Eesti Pagar; Peremehe rukkileib, Eesti Pagar, Peremehe põrandaleib, Eesti Pagar.

Täpsemat teavet toidu nimetuse ning allergiat või talumatust põhjustavate koostisosade kohta küsi teenindajalt või e-posti aadressilt: [tootearendus@balticrest.com](mailto:tootearendus@balticrest.com)