

Tartu Mart Reiniku Kooli menüü 17.03- 23.03 vanus 7-9		Valmistoidu kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
KOOLINE	Kartuli - läätsesupp(mahe kartul, läätsed, porgand)	200	188	6.13	8.52	21.21	
	Mustsõstra-kamasmuuti	150	159	5.14	3.03	29.13	1;2
	Leivatoode	20	57	1.64	0.67	10.65	1;11;2
ESMASPÄEV KOKKU :			404	12.91	12.22	60.99	
KOOLINE	Makaronid sealihaga(mahe pasta, porgand)	200	287	11.67	9.47	38.63	1
	Hiinakapsas	50	10	0.80	0.15	1.60	
	Kastmevalik salatitele	5	28	0.06	3.04	0.12	10;2
	Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
	Leivatoode	35	101	2.87	1.18	18.63	1;11;2
TEISIPÄEV KOKKU :			429	15.50	13.98	59.69	
KOOLINE	Ühepajatoit veisehakklihaga(mahe veisehakkliha, kartul, porgand, kaalikas, kapsas)	200	197	9.86	8.94	21.12	
	Kaalikas(mahe)	50	15	0.50	0.15	3.65	
	Kastmevalik salatitele	4	22	0.05	2.44	0.10	10;2
	Mahlajook(mahe õunamahl)	150	36	0.02	0.02	8.62	
	Leivatoode	50	144	4.10	1.68	26.62	1;11;2
KOLMAPÄEV KOKKU :			415	14.53	13.23	60.11	
KOOLINE	Magushapu kanakaste(mahe porgand)	130	121	8.82	4.92	10.56	
	Keedetud riis(mahe)	130	168	3.28	1.41	35.49	
	Porgand(mahe)	50	17	0.50	0.20	3.85	
	Kastmevalik salatitele	10	56	0.12	6.09	0.24	10;2
	Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
	Leivatoode	20	57	1.64	0.67	10.65	1;11;2
NELJAPÄEV KOKKU :			422	14.46	13.43	61.50	
KOOLINE	Sealihakaste ürtidega(mahe hapukoor)	130	144	7.82	9.91	6.27	1;2
	Keedetud kartulid(mahe)	130	135	3.46	0.18	30.76	
	Peet(mahe)	50	22	0.80	0.10	4.35	
	Kastmevalik salatitele	3	17	0.03	1.83	0.07	10;2
	Kummeli tee	150	18	0	0	4.49	
	Leivatoode	25	72	2.05	0.84	13.31	1;11;2
REEDE KOKKU :			407	14.16	12.86	59.25	
NÄDALA KESKMINE KOKKU:			415	14.31	13.14	60.31	

Lihavabast toidust saadavat energiat ja toitaineid ei arvutata päeva kaloraazi hulka.
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; Õnne 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.