

Tartu Mart Reiniku Kooli menüü 28.04- 04.05 vanus 7-9		Valmistoidu kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
KOOLINE	Köögiviljasupp lihata(mahe kapsas, kaalikas, kartul, porgand)	200	113	1.67	7.30	11.66	
	Kakao-kohupiimakreem	120	203	8.79	9.83	19.05	2
	Marjapüree(mahe maasikas)	20	6	0.12	0.01	1.21	
	Leivatoode	50	144	4.10	1.68	26.62	1;11;2
ESMASPÄEV KOKKU :			465	14.68	18.82	58.54	
KOOLINE	Kartuli panniroog brokoliga(mahe kartul, brokoli)	200	164	5.10	5.55	25.85	
	Porgand(mahe)	50	17	0.50	0.20	3.85	
	Kastmevalik salatitele	10	56	0.12	6.09	0.24	10;2
	Mahlajook(mahe õunamahl)	150	36	0.02	0.02	8.62	
	Leivatoode	45	129	3.69	1.51	23.96	1;11;2
TEISIPÄEV KOKKU :			402	9.43	13.37	62.52	
KOOLINE	Kalkuniguljašš(mahe hapukoor, porgand)	130	160	7.68	9.04	12.04	1;2
	Keedetud tatar	130	155	5.41	1.82	30.17	
	Kõrvits	50	10	0.40	0.05	2.40	
	Kastmevalik salatitele	3	17	0.03	1.83	0.07	10;2
	Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
	Leivatoode	25	72	2.05	0.84	13.31	1;11;2
KOLMAPÄEV KOKKU :			416	15.67	13.72	58.70	
KOOLINE	Koorene kanakaste(mahe hapukoor,porgand)	130	125	10.19	7.31	4.88	1;2
	Keedetud riis(mahe)	130	168	3.28	1.41	35.49	
	Peet(mahe)	50	22	0.80	0.10	4.35	
	Kastmevalik salatitele	5	28	0.06	3.04	0.12	10;2
	Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
	Leivatoode	25	72	2.05	0.84	13.31	1;11;2
REEDE KOKKU :			417	16.48	12.84	58.86	
NÄDALA KESKMINE KOKKU:			425	14.06	14.69	59.66	

Lihavabast toidust saadavat energiat ja toitaineid ei arvatata päeva kaloraaži 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; Örne 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.