

Tartu Mart Reiniku Kooli menüü 22.09- 28.09 1–3 klass		Valmistoidu kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
KOOLINE	Kana - riisisupp(mahe porgad, riis)	200	142	10.49	0.55	24.11	
	Kirsi-jogurtikokteil(mahe kirss, maitsestatamata jogurt)	150	144	3.80	2.83	25.75	2
	Rõstitud kaerahelbed	15	62	1.75	2.11	9.55	1;2
	Leivatooded	15	43	1.23	0.50	7.99	1;11;2
ESMASPÄEV KOKKU :			391	17.27	5.99	67.40	
KOOLINE	Makaronid veisehakklihaga(mahe pasta, sibul)	200	278	13.31	4.68	44.83	1;2
	Porgand(mahe)	50	17	0.50	0.20	3.85	
	Kastmevalik salatitele	8	45	0.09	4.87	0.19	10;2
	Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
	Leivatooded	15	43	1.23	0.50	7.99	1;11;2
TEISIPÄEV KOKKU :			385	15.23	10.39	57.57	
KOOLINE	Sinepi-koorekaste kalkunilihaga(mahe hapukoor)	130	103	8.26	4.69	7.13	1;10;2
	Keedetud riis(mahe)	130	166	3.28	1.15	35.49	
	Kõrvits	50	10	0.40	0.05	2.40	
	Kastmevalik salatitele	10	56	0.12	6.09	0.24	10;2
	Mahlajook(mahe õunamahl)	150	36	0.02	0.02	8.62	
	Leivatooded	20	57	1.64	0.67	10.65	1;11;2
KOLMAPÄEV KOKKU :			428	13.72	12.67	64.53	
KOOLINE	Kana-kartuliroog(mahe kartul, porgand, piim)	200	211	17.39	6.70	20.98	2;3
	Peet(mahe)	50	22	0.80	0.10	4.35	
	Kastmevalik salatitele	10	56	0.12	6.09	0.24	10;2
	Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
	Leivatooded	50	144	4.10	1.68	26.62	1;11;2
NELJAPÄEV KOKKU :			435	22.51	14.71	52.90	
KOOLINE	Värskekapsa-sealihahautis(mahe kapsas, porgand)	130	64	5.55	2.19	6.48	
	Keedetud kartulid(mahe)	130	135	3.46	0.18	30.76	
	Värske kapsas(mahe)	50	12	0.55	0.10	2.70	
	Kastmevalik salatitele	15	84	0.17	9.13	0.36	10;2
	Kummeli tee	150	0	0	0	0	
	Leivatooded	25	72	2.05	0.84	13.31	1;11;2
REEDE KOKKU :			366	11.78	12.44	53.61	
NÄDALA KESKMINE KOKKU:			401	16.1	11.24	59.2	

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; 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.