

Tartu Mart Reiniku Kooli koolieine menüü 23.03- 29.03 1–3 klass		Valmistoidu kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
KOOLIEINE	Kana - nuudlisupp kartulitega(mahe spagetid, kartul, porgand)	200	99	9.80	0.35	14.39	1
	Kakao - jogurtidessert(mahe maitsestatata jogurt)	120	103	6.33	3.47	11.11	2
	Maasika toormoos	20	8	0.12	0.03	1.87	
	Leivatooded	50	144	4.10	1.68	26.62	1;11;2
ESMASPÄEV KOKKU :			354	20.35	5.53	53.99	
KOOLIEINE	Küpsetatud kartulid tomati ja juustuga(mahe kartul)	200	239	12.36	7.39	31.68	2
	Peet(mahe)	50	22	0.80	0.10	4.35	
	Kastmevalik salatitele	5	28	0.06	3.05	0.11	10;2
	Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
	Leivatooded	25	72	2.05	0.84	13.31	1;11;2
TEISIPÄEV KOKKU :			363	15.37	11.52	50.16	
KOOLIEINE	Riisiroog hakklihaga(mahe riis, porgand, kaalikas)	200	254	8.25	9.76	34.35	
	Värske kapsas(mahe)	50	12	0.55	0.10	2.70	
	Kastmevalik salatitele	2	11	0.02	1.22	0.04	10;2
	Mahlajook(mahe õunamahl)	150	36	0.02	0.02	8.62	
	Leivatooded	40	115	3.28	1.34	21.30	1;11;2
KOLMAPÄEV KOKKU :			429	12.12	12.44	67.01	
KOOLIEINE	Kodune sealihakaste(mahe porgand, hapukoor)	130	115	7.89	6.68	6.10	1;2
	Keedetud kartulid(mahe)	130	135	3.46	0.18	30.76	
	Porgand(mahe)	50	17	0.50	0.20	3.85	
	Kastmevalik salatitele	3	17	0.03	1.83	0.06	10;2
	Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
	Leivatooded	25	72	2.05	0.84	13.31	1;11;2
NELJAPÄEV KOKKU :			358	14.03	9.87	54.79	
KOOLIEINE	Kanakaste ürtidega(mahe hapukoor, porgand)	130	133	9.46	7.39	7.56	1;2
	Keedetud tatar	130	153	5.41	1.56	30.17	
	Punane kapsas(mahe)	50	13	0.80	0.10	2.70	
	Kastmevalik salatitele	3	17	0.03	1.83	0.06	10;2
	Piparmündi tee	150	0	0	0	0	
	Leivatooded	25	72	2.05	0.84	13.31	1;11;2
REEDE KOKKU :			388	17.75	11.72	53.80	
NÄDALA KESKMINNE KOKKU:			378	15.92	10.22	55.95	

Lihavabast toidust saadavat energiat ja toitaineid ei arvutata 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; 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.