

Tartu Mart Reiniku Kooli koolieine menüü 04.05- 10.05 1–3 klass		Valmistoidu kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
KOOLIEINE	Rassolnik sealihaga(mahe porgand, kartul)	200	121	9.09	3.08	14.83	1
	Hapukoor, R 20 %(mahe)	15	31	0.42	3.00	0.54	2
	Õuna - keefirikokteil	150	73	3.45	2.79	8.86	2
	Leivatoode	50	144	4.10	1.68	26.62	1;11;2
ESMASPÄEV KOKKU :			368	17.06	10.55	50.85	
KOOLIEINE	Kõrvitsa-kartulivorm(mahe kartul)	200	157	3.42	5.99	23.39	1;2
	Hiiinakapsas	50	10	0.80	0.15	1.60	
	Kastmevalik salatitele	8	45	0.09	4.87	0.17	10;2
	Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
	Leivatoode	50	144	4.10	1.68	26.62	1;11;2
TEISIPÄEV KOKKU :			358	8.51	12.83	52.49	
KOOLIEINE	Hakklihakaste	130	242	7.08	20.00	8.56	1;2
	Keedetud kartulid(mahe)	130	135	3.46	0.18	30.76	
	Kõrvits	50	10	0.40	0.05	2.40	
	Kastmevalik salatitele	3	17	0.03	1.83	0.06	10;2
	Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
	Leivatoode	15	43	1.23	0.50	7.99	1;11;2
KOLMAPÄEV KOKKU :			450	12.30	22.70	50.48	
KOOLIEINE	Koorene kanapasta paprikaga(mahe pasta, porgand)	200	287	13.84	9.23	36.74	1;2
	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	
	Leivatoode	15	43	1.23	0.50	7.99	1;11;2
NELJAPÄEV KOKKU :			366	15.70	11.90	49.35	
KOOLIEINE	Sealihastrooganov(mahe hapukoor)	130	197	9.56	14.46	7.40	1;2
	Keedetud riis(mahe)	130	166	3.28	1.15	35.49	
	Peet(mahe)	50	22	0.80	0.10	4.35	
	Kastmevalik salatitele	3	17	0.03	1.83	0.06	10;2
	Piparmündi tee	150	0	0	0	0	
	Leivatoode	15	43	1.23	0.50	7.99	1;11;2
REEDE KOKKU :			444	14.90	18.04	55.29	
NÄDALA KESKMINE KOKKU:			397	13.69	15.2	51.69	

Lihavabast toidust saadavat energiat ja toitaineid ei arvatata 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.