Koolilõuna nädalamenüü 10.06.2024 - 12.06.2024
Tallinna 32.keskkool

vanus 10-12

esmaspäev, 10.juuni	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Sealihaguljašš	150	195	8.73	11.64	14.00	1;2
Aurutatud brokoli	50	15	1.53	0.17	2.68	
Keedetud tatar	50	60	2.08	0.70	11.60	
Keedetud kartul	50	65	1.42	1.37	12.06	
Kapsasalat värske tomatiga	50	26	0.49	1.85	2.40	
Kaalika-rosinasalat	50	36	0.52	1.64	5.50	
Peedisalat jogurtiga	50	22	0.88	0.22	4.12	2
Seemnesegu	10	55	2.28	4.37	2.48	11
Roheline tee	150	24	0	0	5.99	
Pria piimatooted	Kuni 250					2
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	40	115	3.28	1.34	21.30	1;11;2
Banaan ja kurgi snäkid	150	86	1.35	0.30	19.80	
	Kokku :	699	22.56	23.60	101.93	
Koorene kanakaste	150	144	11.75	8.43	5.63	1;2
Karrine kalkuni - juustukaste	150	147	10.24	7.95	9.16	1;2
Läätsed tomati ja karriga	150	177	10.09	5.93	21.47	9

teisipäev, 11.juuni	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen

kolmapäev, 12.juuni	Kogus, g	Kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen

Nädala keskmine :	**684**	**24.76**	**21.56**	**100.1**
10 päeva keskmine :	**680**	**24.50**	**21.69**	**99.11**

Täpsemat teavet toidu nimetuse ning allergiat või talumatust põhjustavate koostisosade kohta küsi teenindajalt või e-posti aadressilt: tootearendus@balticrest.com
Joogivesi on koolisööklas iga päev tasuta kättesaadav.
Pakume kuni 0.25 liitrit piima või piimatoodet koolipäevas ühe õpilase kohta.
Oleme liitunud Euroopa Liidu koolipiima- ja puuvilja programmiga.

Kool

Koolisöökla juhataja