

TAGi koolieine menüü 12.05- 16.05 vanus 7-9		Valmistoidu kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
KOOLIE	Kanasupp spinatiga (mahe kartulid, porgand)	200	230	7.93	17.30	12.08	
	Mustsõstra-kamasmuuti	150	159	5.14	3.03	29.13	1;2
	Leivatoode	20	57	1.64	0.67	10.65	1;11;2
ESMASPÄEV KOKKU :			446	14.71	21.00	51.86	
KOOLIEINE	Tomatine sealihakaste	130	142	7.52	8.22	9.71	1;2
	Keedetud pärl kuskuss	130	163	4.99	3.38	28.43	1
	Kaalikas	50	15	0.50	0.15	3.65	
	Kastmevalik salatitele	3	17	0.03	1.83	0.07	10;2
	Mahlajook (mahe õunamahlajook)	150	36	0.02	0.02	8.62	
	Leivatoode	30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
TEISIPÄEV KOKKU :			459	15.52	14.61	66.45	
KOOLIEINE	Kodune sealihakaste	130	135	7.68	9.27	5.64	1;2
	Keedetud tatar	130	155	5.41	1.82	30.17	
	Porgand (mahe)	50	17	0.50	0.20	3.85	
	Kastmevalik salatitele	3	17	0.03	1.83	0.07	10;2
	Maitsevesi (apelsiniga)	150	3	0.10	0.14	0.71	
	Leivatoode	30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
KOLMAPÄEV KOKKU :			412	16.18	14.27	56.41	
KOOLIEINE	Kartuli-juusturoog (mahe kartulid)	200	196	8.49	6.53	27.23	2;9
	Porgand (mahe)	50	17	0.50	0.20	3.85	
	Hiinakapsas	50	10	0.80	0.15	1.60	
	Kastmevalik salatitele	5	28	0.06	3.04	0.12	10;2
	Mahlajook (mahe mustsõstra mahlajook)	150	36	0.02	0.02	8.62	
	Leivatoode	35	101	2.87	1.18	18.63	1;11;2
NELJAPÄEV KOKKU :			388	12.74	11.12	60.05	
KOOLIEINE	Kartuliroog hakklihaga (mahe kartulid)	200	286	10.90	12.76	32.97	
	Peet (mahe)	50	22	0.80	0.10	4.35	
	Kastmevalik salatitele	2	11	0.02	1.22	0.05	10;2
	Ingveritee sidruniga	150	27	0.08	0.03	6.63	
	Leivatoode	30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
REEDE KOKKU :			432	14.26	15.12	59.97	
NÄDALA KESKMINE KOKKU:			428	14.68	15.22	58.95	

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.