

Lõunasöök					
	Koostisained	Energia	Rasvad	Valgud	Süsivesikud
Esmaspäev 03.05.2021	Bolognese kaste 130g	208Kcal	15.16g	9.85g	8.03g
	Keedetud makaronid 150g	221Kcal	4.86g	6.47g	37.83g
	Porgandisalat õlikastmega 75g	44Kcal	1.95g	0.55g	6g
	Tee 200g	9Kcal	0g	0g	2.17g
	Piim 2.5% PRIA 200ml (L)	72Kcal	3.26g	4.43g	6.26g
	Leivavalik 50g	113Kcal	0.79g	3.67g	22.8g
	Õun PRIA	42Kcal	0g	0g	9.48g
		709Kcal	26.02g	24.97g	92.57g
Teisipäev 04.05.2021	Kana-nuudlisupp 280g	172Kcal	10.49g	8.75g	10.7g
	Kohupiimavaht moosiga 150g	252Kcal	6.78g	7.46g	40.18g
	Piim 2.5% PRIA 200ml (L)	111Kcal	5g	6.8g	9.6g
	Leivavalik 50g	113Kcal	0.79g	3.67g	22.8g
	Puuvili 80g	38Kcal	0.32g	0.32g	8.48g
		686Kcal	23.38g	27g	91.76g
Kolmapäev 05.05.2021	Värskekapsa - hakklihahautis	134Kcal	10.62g	4.08g	5.47g
	Kartulipüree 180g (L)	161Kcal	5.87g	3.28g	23.77g
	Peedisalat 75g	62Kcal	3.18g	1.14g	7.14g
	Morss 200ml	61Kcal	0g	0.02g	15.21g
	Piim 2.5% PRIA 200ml (L)	111Kcal	5g	6.8g	9.6g
	Leivavalik 50g	113Kcal	0.79g	3.67g	22.8g
	Puuvili 80g	38Kcal	0.32g	0.32g	8.48g
		680Kcal	25.78g	19.31g	92.47g
Neljapäev 06.05.2021	Kala - riisisupp 280g	237Kcal	11.82g	10.25g	22.42g
	Riisipuder kisselliga 150g	231Kcal	4.06g	2.85g	45.84g
	Piim 2.5% PRIA 200ml (L)	111Kcal	5g	6.8g	9.6g
	Leivavalik 50g	113Kcal	0.79g	3.67g	22.8g
	Puuvili 80g	38Kcal	0.32g	0.32g	8.48g
		730Kcal	21.99g	23.89g	109.14g
Reede 07.05.2021	Pilaff sealihast 250g	358Kcal	13.28g	15.03g	44.66g
	Hiinakapsa - tomatisalat 75g	15Kcal	0.22g	1.14g	1.84g
	Mustsõstrajook 200ml	54Kcal	0.01g	0.02g	13.48g
	Piim 2.5% PRIA 200ml (L)	111Kcal	5g	6.8g	9.6g
	Leivavalik 50g	113Kcal	0.79g	3.67g	22.8g
	Puuvili 80g	38Kcal	0.32g	0.32g	8.48g
			689Kcal	19.62g	26.98g

Täpsemalt teavet toidu koostisainete või allergeenide kohta küsa palun söökla personalilt

\*PRIA Euroopa Liidu koolipiima ja puuvilja programm