

Raatuse kooli koolieine menüü 07.09- 11.09.26		Valmistoidu kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
KOOLIEINE	Kana - nuudlisupp / mahe sibul, porgand	200	100	10.12	7.47	16.75	1;9
	Kakao - jogurtidessert	125	111	7.05	4.07	10.55	2
	Aedmarjamoos	20	44	0	0	11.00	
	Leivatoode	50	128	4.70	1.67	20.39	1;2;3
ESMASPÄEV KOKKU:		383	21.87	13.21	58.69		
KOOLIEINE	Küpsetatud kartulid tomati ja juustuga / mahe kartul	200	239	12.36	7.39	31.68	2
	Külm jogurtikaste / mahe	20	11	0.64	0.49	0.89	2
	Peet	60	26	0.96	0.12	5.22	
	Kastmevalik salatitele	5	28	0.06	3.05	0.10	10;2
	Maitsevesi	150	3	0.11	0.14	0.73	
	Leivatoode	25	64	2.35	0.84	10.20	1;2;3
TEISIPÄEV KOKKU:		370	16.48	12.03	48.82		
KOOLIEINE	Riisiroog hakklihaga / mahe riis	200	254	8.17	9.72	33.75	
	Hapukoorekaste	20	16	0.29	1.13	1.12	1;2
	Värske kapsas / mahe	60	14	0.66	0.12	3.24	
	Kastmevalik salatitele	2	11	0.03	1.22	0.04	10;2
	Mahlajook / mahe mustsõstrajook	150	36	0.02	0.02	8.62	
	Leivatoode	40	103	3.76	1.34	16.31	1;2;3
KOLMAPÄEV KOKKU:		433	12.93	13.55	63.08		
KOOLIEINE	Kodune sealihakaste	130	114	7.84	6.65	5.83	1;2
	Keedetud tatar	130	153	5.41	1.56	30.17	
	Porgand / mahe	60	19	0.36	0.12	3.36	
	Kastmevalik salatitele	3	17	0.04	1.83	0.06	10;2
	Maitsevesi	150	3	0.11	0.14	0.73	
	Leivatoode	25	64	2.35	0.84	10.20	1;2;3
NELJAPÄEV KOKKU:		371	16.11	11.14	50.35		
KOOLIEINE	Karrine kalkuni - juustukaste	130	194	11.33	13.32	7.18	1;2
	Keedetud riis / mahe	130	166	3.28	1.15	35.49	
	Valge redis	60	9	0.60	0.06	2.10	
	Kastmevalik salatitele	5	28	0.06	3.05	0.10	10;2
	Piparmündi tee	150	0	0	0	0	
	Leivatoode	20	51	1.88	0.67	8.16	1;2;3
REEDE KOKKU:		449	17.15	18.25	53.03		
NADALA KESKMINE KOKKU:		401	16.91	13.64	54.79		

Täpsemat teavet toidu nimetuse ning allergiat või talumatust põhjustavate koostisosade kohta küsi teenindajalt või e-posti aadressilt: tootearendus@balticrest.com

Raatuse kooli koolieine menüü 14.09- 18.09.26		Valmistoidu kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
KOOLIEINE	Köögililjasupp lihata / mahe sibul, porgand	200	54	1.70	0.30	11.55	9
	Kohupiimakreem marjadega	135	172	6.34	11.02	10.89	2
	Leivatooded	50	128	4.70	1.67	20.39	1;2;3
	ESMASPÄEV KOKKU:		355	12.74	12.99	42.83	
KOOLIEINE	Makaronid kanaga / mahe makaron	200	267	14.30	2.54	45.37	1
	Hapukoorekaste	20	16	0.29	1.13	1.12	1;2
	Porgand / mahe	60	19	0.36	0.12	3.36	
	Kastmevalik salatitele	15	85	0.19	9.15	0.31	10;2
	Maitsevesi	150	3	0.11	0.14	0.73	
	Leivatooded	15	38	1.41	0.50	6.12	1;2;3
	TEISIPÄEV KOKKU:		428	16.66	13.58	57.01	
KOOLIEINE	Kanastrooganov	130	121	9.29	6.07	7.48	1;2
	Ahjukartulid ürtidega / mahe kartul	130	141	3.46	0.83	30.76	
	Peet	60	26	0.96	0.12	5.22	
	Kastmevalik salatitele	8	45	0.10	4.88	0.16	10;2
	Mahlajook / mahe õunajook	150	36	0.02	0.02	8.62	
	Leivatooded	15	38	1.41	0.50	6.12	1;2;3
	KOLMAPÄEV KOKKU:		408	15.24	12.42	58.36	
KOOLIEINE	Koorene kalkunikaste	130	127	8.35	6.85	7.85	1;2
	Keedetud riis / mahe	130	166	3.28	1.15	35.49	
	Punane kapsas	60	16	0.96	0.12	3.24	
	Kastmevalik salatitele	10	56	0.13	6.10	0.20	10;2
	Maitsevesi	150	3	0.11	0.14	0.73	
	Leivatooded	15	38	1.41	0.50	6.12	1;2;3
	NELJAPÄEV KOKKU:		406	14.24	14.86	53.63	
KOOLIEINE	Uhepajatoit sealihaga	200	162	12.44	4.32	19.20	
	Kaalikas	60	18	0.60	0.18	4.38	
	Kastmevalik salatitele	10	56	0.13	6.10	0.20	10;2
	Maitsevesi	150	3	0.11	0.14	0.73	
	Leivatooded	50	128	4.70	1.67	20.39	1;2;3
	REEDE KOKKU:		368	17.98	12.41	44.90	
	NÄDALA KESKMINE KOKKU:		393	15.37	13.25	51.35	

Täpsemat teavet toidu nimetuse ning allergiat või talumatust põhjustavate koostisosade kohta küsi teenindajalt või e-posti aadressilt: tootearendus@balticrest.com

Raatuse kooli koolieine menüü 21.09- 25.09.26		Valmistoidu kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
KOOLIEINE	Kana - riisisupp / mahe sibul, porgand, riis	200	165	11.42	9.10	32.96	
	Kirsi-jogurtikokteil	150	91	3.68	2.52	13.63	2
	Rõstitud kaerahelbed	15	59	2.07	1.66	9.55	1;2
	Leivatoode	15	38	1.41	0.50	6.12	1;2;3
	ESMASPÄEV KOKKU:		353	18.58	13.78	62.26	
KOOLIEINE	Makaronid veisehakklihaga / mahe pasta	200	270	13.31	3.82	44.82	1
	Külm jogurtikaste	20	11	0.64	0.49	0.89	2
	Porgand / mahe	60	19	0.36	0.12	3.36	
	Kastmevalik salatitele	8	45	0.10	4.88	0.16	10;2
	Maitsevesi	150	3	0.11	0.14	0.73	
	Leivatoode	15	38	1.41	0.50	6.12	1;2;3
TEISIPÄEV KOKKU:			386	15.93	9.95	56.08	
KOOLIEINE	Sinepi-koorekaste kalkunilihaga	130	130	8.62	7.29	7.56	1;10;2
	Keedetud riis / mahe	130	166	3.28	1.15	35.49	
	Kõrvits	60	12	0.48	0.06	2.88	
	Kastmevalik salatitele	5	28	0.06	3.05	0.10	10;2
	Mahlajook / mahe mustsõstrajook	150	36	0.02	0.02	8.62	
	Leivatoode	20	51	1.88	0.67	8.16	1;2;3
KOLMAPÄEV KOKKU:			423	14.34	12.24	62.81	
KOOLIEINE	Kana-kartuliroog / mahe kartul	200	216	17.81	7.09	20.53	2;3
	Hapukoorekaste	20	16	0.29	1.13	1.12	1;2
	Peet	60	26	0.96	0.12	5.22	
	Kastmevalik salatitele	10	56	0.13	6.10	0.20	10;2
	Maitsevesi	150	3	0.11	0.14	0.73	
	Leivatoode	50	128	4.70	1.67	20.39	1;2;3
NELJAPÄEV KOKKU:			445	24.00	16.25	48.19	
KOOLIEINE	Värskekapsa-sealihahautis	130	77	7.64	2.82	5.85	
	Keedetud kartulid / mahe kartul	130	135	3.46	0.18	30.76	
	Värske kapsas	60	14	0.66	0.12	3.24	
	Kastmevalik salatitele	15	85	0.19	9.15	0.31	10;2
	Kummeli tee	150	0	0	0	0	
	Leivatoode	25	64	2.35	0.84	10.20	1;2;3
REEDE KOKKU:			375	14.30	13.11	50.36	
NADALA KESKMINE KOKKU:			397	17.43	13.07	55.94	

Täpsemat teavet toidu nimetuse ning allergiat või talumatust põhjustavate koostisosade kohta küsi teenindajalt või e-posti aadressilt: tootearendus@balticrest.com

Raatuse kooli koolieine menüü 28.09- 02.10.26		Valmistoidu kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
KOOLIEINE	Aedviljapüreesupp / mahe sibul, porgand, kartul	200	89	2.63	4.25	10.60	2
	Rõstitud sepikukuubikud	5	21	1.02	0.32	3.07	1
	Kohupiimavaht	125	212	8.80	15.12	9.93	2
	Marja toormoos	20	7	0.18	0.03	1.25	
	Leivatode	25	64	2.35	0.84	10.20	1;2;3
ESMASPÄEV KOKKU:			393	14.98	20.56	35.05	
KOOLIEINE	Köögiljajavormiroog	200	240	14.00	8.34	28.01	10;2;3
	Külm jogurtikaste	20	11	0.64	0.49	0.89	2
	Peet	60	26	0.96	0.12	5.22	
	Kastmevalik salatitele	10	56	0.13	6.10	0.20	10;2
	Maitsevesi	150	3	0.11	0.14	0.73	
	Leivatode	20	51	1.88	0.67	8.16	1;2;3
TEISIPÄEV KOKKU:			387	17.72	15.86	43.21	
KOOLIEINE	Kanaguljašš	130	115	9.33	4.79	8.26	1;2
	Keedetud riis / mahe	130	166	3.28	1.15	35.49	
	Kõrvits	60	12	0.48	0.06	2.88	
	Kastmevalik salatitele	5	28	0.06	3.05	0.10	10;2
	Mahlajook	150	36	0.02	0.02	8.62	
	Leivatode	20	51	1.88	0.67	8.16	1;2;3
KOLMAPÄEV KOKKU:			409	15.05	9.74	63.51	
KOOLIEINE	Tatar hakklihaga	200	266	10.47	10.24	33.06	
	Hapukoorekaste	20	16	0.29	1.13	1.12	1;2
	Porgand / mahe	60	19	0.36	0.12	3.36	
	Kastmevalik salatitele	3	17	0.04	1.83	0.06	10;2
	Maitsevesi	150	3	0.11	0.14	0.73	
	Leivatode	25	64	2.35	0.84	10.20	1;2;3
NELJAPÄEV KOKKU:			385	13.62	14.30	48.53	
KOOLIEINE	Koorene sealihakaste	130	136	8.30	7.99	7.74	1;2
	Keedetud makaronid / mahe	130	185	5.41	1.22	37.18	1
	Hiinakapsas	60	8	0.72	0.06	0.90	
	Kastmevalik salatitele	3	17	0.04	1.83	0.06	10;2
	Ingveritee sidruniga	150	3	0.08	0.03	0.64	
	Leivatode	15	38	1.41	0.50	6.12	1;2;3
REEDE KOKKU:			387	15.96	11.63	52.64	
NÄDALA KESKMINE KOKKU:			392	15.47	14.42	48.59	

Täpsemat teavet toidu nimetuse ning allergiat või talumatust põhjustavate koostisosade kohta küsi teenindajalt või e-posti aadressilt: tootearendus@balticrest.com