

KOOLITOITLUSTUSE OÜ

PIKAPÄEVA MENÜÜ

14.-18.oktoober 2024.a.

Energia Valgud Rasvad Süsivesikud

kcal g g g

14.okt.	Lihapada tomati ja rohelise sibulaga hiinakapsasalat leivatooted mustsõstramahlajook	250g 40g 50g 200g	450.8 26.4 116.1 16.5	14.16 0.58 3.23	9.68 1.08 0.94	25.88 3.59 22.23 5.16
			609.8	17.97	11.7	56.86
15.okt.	Lihapallikaste kartulipüree peedi-marin.kurgisalat tee ja suhkur leivatooted	125g 150g 40g 200/5g 50g	272.8 119.3 39.6 32.5 113.9	14.54 1.54 0.84	24.31 0.76 1.11	1.05 24.19 6.52 8
			578.1	20.49	27.36	60.25
16.okt.	Rassolniksupp sealihaga puuviljasalat vahukoorega leivatooted	250g 140/20g 50g	201.2 134 116.9	8.22 0.84 3.66	12.75 6.83 1.03	18.55 17 22.31
			452.1	12.72	20.61	57.86
17.okt.	Värskekapsa-hakklihahautis keedetud kartul porgandisalat mahlaga mustsõstramahlajook leivatooted	150g 150g 40g 200g 50g	196 119.7 32.9 16.5 116.9	8.07 3.1 0.48	13.77 0.19 1.15	10.86 26 5.14 5.16
			482	15.31	16.14	69.47
18.okt.	Borš hapukoorega kohupiim kirsikisselliga leivatooted	250/3g 100/100g 50g	194.6 193.1 116.1	7.17 8.27 3.23	13.95 2.56 0.94	13.1 34.35 22.23
			503.8	18.67	17.45	69.68

Allergeenide kohta toidus saab infot söökla juhatajalt

