

KOOLITOITLUSTUSE OÜ

# MENÜÜ

8.-12.detsember 2025.a.

		Energia: Valgud Rasva Süsiv.				
		kcal	g	g	g	
8.dets.	Kanapada tomatiga (kanakintsuliha, riis,õli,porgand,sibul,purust.tomat,) toorsalatid valikus ,seemnesegu Kalapihv -G,hapukoorekaste (hapukoor-L, jahu-G ) keedetud makaron-G keedetud riis piparmünditee ja suhkur keefir(2,5%)-L,piim(2,5%)-L leivatooted-G	300g 80/10g 60/25g 75g 75g 200/5g 200g 50g	490.1 122.3 142 93.6 74.3 32.5 106 163.1	19.76 3.65 6.4 2.3 1.9 5.15	11.7 6.08 7.43 0.82 0.81 5 1.76	72.16 9.93 10.06 20.7 20.5 8 8.9 29.61
		<b>914</b>	<b>35.06</b>	<b>24.5</b>	<b>128.6</b>	
		<b>659.5</b>	<b>24.00</b>	<b>21.09</b>	<b>87.20</b>	
9.dets.	Juurvilja-makaronisupp sealihaga(sealiha,kartul,sibul, porg.,tomat,kapsas,roh.hernes,nuudlid- G) Borš sealiha ja hapukoorega (peet,v.kapsas,kartul,porgand,sibul,õli,sealiha,hapukoor-L) banaani-jogurtimagustoit(maitsestatamata jogurt-L ja värske banaan) mangopüreega leivatooted - G piim(2,5%)-L,keefir(2,5%)-L	300g 300/3g 150g 50g 200g	220.9 201.6 119.1 163.1 106	8.99 8.31 3.46 5.15 6.5	13.1 13.8 3 1.76 5	37.2 15.66 21.3 29.61 8.9
		<b>609.1</b>	<b>24.1</b>	<b>22.9</b>	<b>97.01</b>	
		<b>589.8</b>	<b>23.42</b>	<b>23.5</b>	<b>75.47</b>	
10.dets.	Pasta hakkliha ja juurviljadega (pasta-G,porg.,sibul,õli,hakkliha) Koorene lõhepasta porruga (kalafilee , pasta-G,porru,toiduõli,toidukoor 20%-L) toorsalatid valikus,seemnesegu tee ja suhkur piim(2,5%)-L,keefir(2,5%)-L leivatooted - G	270g 270g 80/10g 200/5g 200g 50g	453.2 399.8 122.3 32.5 106 166.3	13.46 20.97 3.65 5.6	13.2 12.7 6.08 8 5 1.63	48.4 49.93 9.93 8 8.9 30.73
		<b>880.3</b>	<b>29.21</b>	<b>25.9</b>	<b>105.96</b>	
		<b>826.9</b>	<b>36.72</b>	<b>25.4</b>	<b>107.49</b>	
11.dets.	Kuldne kalasupp tilliga (kala ,kartul,sibul,porgand,riis , till) Värskekapsasupp sealihaga (v.kapsas,kartul,porgand,sibul,toiduõli,sealiha ) puuviljasalat(värsked puuviljad) vahukoorega-L piim(2,5%)-L,keefir(2,5%)-L leivatooted - G	300/3g 300g 120/20g 200g 50g	162.4 176.8 124.3 106 166.3	8.36 6.18 0.83 6.5 5.6	4.67 10.8 8.76 5 1.63	26.84 15.31 22.79 8.9 30.73
		<b>559</b>	<b>21.29</b>	<b>20.1</b>	<b>89.26</b>	
		<b>573.4</b>	<b>19.11</b>	<b>26.2</b>	<b>77.73</b>	
12.dets.	Ühepajatoit sealihaga (sealiha,kartul,porgand, v.kapsas ,kaalikas ) toorsalatid valikus,seemnesegu Valge kala hapukoorekastmes (kalafilee,hapukoor-L,till,jahu-G) keedetud kartul keedetud riis leivatooted - G sidrunivesi piim (2,5%)-L,keefir (2,5%)-L puuvili	300g 80/10g 130g 75g 75g 50g 200g 200g 70g	427.4 122.6 132.8 78 74.3 163.1 0.6 106 38.3	13.23 3.65 10.63 1.2 1.9 5.15 0.03 6.5 0.42	17.7 6.08 8.22 0.11 0.81 1.76 0.01 5 0.21	31.48 9.93 4 17.8 20.5 29.61 0.1 8.9 8.54
		<b>858</b>	<b>28.98</b>	<b>30.8</b>	<b>88.56</b>	
		<b>637.7</b>	<b>28.28</b>	<b>22.1</b>	<b>81.58</b>	

Allergeenide kohta toidus saab infot söökla juhatajalt

G-gluteen , L-laktoos