

Tartu Variku Kooli koolieine menüü 06.10- 12.10 1–3 klass		Valmistoidu kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
KOOLIEINE	Kana-kõogiviljasupp(mahe:porgand,kartul,kapsas)	200	69	8,93	0,23	8,52	
	Rõstitud sepikukuubikud	10	41	2,11	0,65	6,14	1;2
	Puuvilja - jogurtikokteil	150	111	4,46	3,48	15,27	2
	Leivatoode	50	144	4,10	1,68	26,62	1;11;2
	ESMASPÄEV KOKKU :		365	19,60	6,04	56,55	
KOOLIEINE	Tatrarooog kõogiviljadega(mahe porgand)	200	246	9,99	3,29	43,62	
	Peet	50	22	0,80	0,10	4,35	
	Kastmevalik salatitele	8	45	0,09	4,87	0,17	10;2
	Maitsevesi	150	3	0,10	0,14	0,71	
	Leivatoode	15	43	1,23	0,50	7,99	1;11;2
TEISIPÄEV KOKKU :			358	12,21	8,90	56,84	
KOOLIEINE	Kalkunikaste ürtidega	130	122	8,28	6,82	7,07	1;2
	Keedetud tatar	130	153	5,41	1,56	30,17	
	Kõrvits	50	10	0,40	0,05	2,40	
	Kastmevalik salatitele	3	17	0,03	1,83	0,06	10;2
	Mahlajook(mahe)	150	36	0,02	0,02	8,62	
KOLMAPÄEV KOKKU :			439	17,01	11,46	66,95	
KOOLIEINE	Makaronid hakklihaga	200	333	11,74	10,19	47,68	1
	Porgand(mahe)	50	17	0,50	0,20	3,85	
	Kastmevalik salatitele	5	28	0,06	3,04	0,11	10;2
	Maitsevesi	150	3	0,10	0,14	0,71	
	Leivatoode	15	43	1,23	0,50	7,99	1;11;2
NELJAPÄEV KOKKU :			423	13,63	14,07	60,34	
KOOLIEINE	Karrine kanakaste	130	112	8,49	5,32	7,49	2
	Keedetud riis(mahe)	130	166	3,28	1,15	35,49	
	Hiinakapsas	50	10	0,80	0,15	1,60	
	Kastmevalik salatitele	3	17	0,03	1,83	0,06	10;2
	Piparmündi tee	150	0	0	0	0	
REEDE KOKKU :			376	14,65	9,29	57,95	
NÄDALA KESKMINE KOKKU:			392	15,42	9,95	59,73	

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; Örne 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.

Tartu Variku Kooli koolieine menüü 13.10- 19.10 1–3 klass		Valmistoidu kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
KOOLIEINE	Köögiliviljasupp lihata(mahe:porgand,kapsas,kartul)	200	44	1,45	0,27	9,96	
	Kakao-kohupiimakreem	120	203	8,79	9,83	19,05	2
	Marjapüree	20	6	0,12	0,01	1,21	
	Leivatoode	50	144	4,10	1,68	26,62	1;11;2
ESMASPÄEV KOKKU :			396	14,46	11,79	56,84	
KOOLIEINE	Kartuli panniroog brokoliga(mahe kartul)	200	125	4,87	1,50	25,22	
	Porgand(mahe)	50	17	0,50	0,20	3,85	
	Kastmevalik salatitele	12	67	0,14	7,31	0,25	10;2
	Maitsevesi	150	3	0,10	0,14	0,71	
	Leivatoode	50	144	4,10	1,68	26,62	1;11;2
TEISIPÄEV KOKKU :			355	9,71	10,83	56,65	
KOOLIEINE	Kalkuniguljašš	130	104	8,29	4,28	7,97	1;2
	Keedetud tatar	130	153	5,41	1,56	30,17	
	Peet	50	22	0,80	0,10	4,35	
	Kastmevalik salatitele	3	17	0,03	1,83	0,06	10;2
	Mahlajook(mahe)	150	36	0,02	0,02	8,62	
	Leivatoode	25	72	2,05	0,84	13,31	1;11;2
KOLMAPÄEV KOKKU :			403	16,60	8,63	64,48	
KOOLIEINE	Kodune hakklihakaste(mahe porgand)	130	157	5,94	12,20	6,10	1;2
	Keedetud kartulid(mahe)	130	135	3,46	0,18	30,76	
	Värske kapsas(mahe)	50	12	0,55	0,10	2,70	
	Kastmevalik salatitele	8	45	0,09	4,87	0,17	10;2
	Maitsevesi	150	3	0,10	0,14	0,71	
	Leivatoode	25	72	2,05	0,84	13,31	1;11;2
NELJAPÄEV KOKKU :			423	12,19	18,33	53,75	
KOOLIEINE	Koorene kanakaste(mahe porgand)	130	124	9,28	6,09	8,25	1;2
	Keedetud riis(mahe)	130	166	3,28	1,15	35,49	
	Kõrvits	50	10	0,40	0,05	2,40	
	Kastmevalik salatitele	8	45	0,09	4,87	0,17	10;2
	Maitsevesi	150	3	0,10	0,14	0,71	
	Leivatoode	35	101	2,87	1,18	18,63	1;11;2
REEDE KOKKU :			448	16,02	13,48	65,65	
NÄDALA KESKMINE KOKKU:			405	13,8	12,61	59,47	

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; Õnne 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.

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

Tartu Variku Kooli koolieine menüü 27.10- 02.11 1–3 klass		Valmistoidu kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
KOOLIEINE	Rassolnik sealihaga(mahe:porgand,kartul)	200	121	9,09	3,08	14,83	1
	Mustsõstra-kamasmuuti(mahe mustsõstramahl)	150	159	5,14	3,03	29,13	1;2
	Leivatoode	40	115	3,28	1,34	21,30	1;11;2
	ESMASPÄEV KOKKU :		394	17,51	7,45	65,26	
KOOLIEINE	Kanastrooganov	130	121	9,29	6,07	7,52	1;2
	Keedetud riis(mahe)	130	166	3,28	1,15	35,49	
	Kaalikas	50	15	0,50	0,15	3,65	
	Kastmevalik salatitele	3	17	0,03	1,83	0,06	10;2
	Maitsevesi	150	3	0,10	0,14	0,71	
	Leivatoode	30	86	2,46	1,01	15,97	1;11;2
TEISIPÄEV KOKKU :			408	15,66	10,35	63,40	
KOOLIEINE	Kartuli-juusturoog(mahe kartul)	200	204	8,95	7,48	26,38	2
	Porgand(mahe)	50	17	0,50	0,20	3,85	
	Kastmevalik salatitele	3	17	0,03	1,83	0,06	10;2
	Mahlajook(mahe)	150	36	0,02	0,02	8,62	
	Leivatoode	30	86	2,46	1,01	15,97	1;11;2
KOLMAPÄEV KOKKU :			360	11,96	10,54	54,88	
KOOLIEINE	Kanapasta(mahe porgand)	200	237	13,51	2,43	40,23	1
	Hiinakapsas	50	10	0,80	0,15	1,60	
	Kastmevalik salatitele	5	28	0,06	3,04	0,11	10;2
	Maitsevesi	150	3	0,10	0,14	0,71	
	Leivatoode	35	101	2,87	1,18	18,63	1;11;2
NELJAPÄEV KOKKU :			378	17,34	6,94	61,28	
KOOLIEINE	Kartuliroog hakklihaga(mahe kartul)	200	286	10,90	12,76	32,97	
	Peet	50	22	0,80	0,10	4,35	
	Kastmevalik salatitele	2	11	0,02	1,22	0,04	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	59,96	
NÄDALA KESKMINE KOKKU:			395	15,35	10,08	60,96	

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; Rukkiseplik, Eesti Pagar; Täisteraseplik, Eesti Pagar; Kanepiseemneleib rukkiteradega, Eesti Pagar; Maisigalet; Kaeraseplik, Eesti Pagar; Peremehe rukkileib, Eesti Pagar, Peremehe põrandaleib, Eesti Pagar.

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