

Tartu Variku Kooli koolieine menüü 02.09- 08.09 vanus 7-9		Valmistoidu kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
KOOLIEINE	Tomati - sealihasupp(mahe:kartul,porgand)	200	186	7,82	10,54	15,87	
	Hapukoor, R 20 %	20	41	0,56	4,00	0,72	2
	Mustsõstra-kamasmuuti	150	159	5,14	3,03	29,13	1;2
	Leivatoode	25	72	2,05	0,84	13,31	1;11;2
<b>ESMASPÄEV KOKKU :</b>			<b>457</b>	<b>15,57</b>	<b>18,41</b>	<b>59,03</b>	
KOOLIEINE	Makaroniroog juustuga(mahe makaron)	200	351	13,39	13,41	43,53	1;2;3
	Hiinakapsas	50	10	0,80	0,15	1,60	
	Kastmevalik salatitele	3	17	0,03	1,83	0,07	10;2
	Maitsevesi	150	3	0,10	0,14	0,71	
	Leivatoode	25	72	2,05	0,84	13,31	1;11;2
<b>TEISIPÄEV KOKKU :</b>			<b>453</b>	<b>16,37</b>	<b>16,37</b>	<b>59,22</b>	
KOOLIEINE	Kartuliroog hakklihaga(mahe kartul)	200	286	10,90	12,76	32,97	
	Kaalikas	50	15	0,50	0,15	3,65	
	Kastmevalik salatitele	3	17	0,03	1,83	0,07	10;2
	Mahlajook	150	36	0,02	0,02	8,62	
	Leivatoode	25	72	2,05	0,84	13,31	1;11;2
<b>KOLMAPÄEV KOKKU :</b>			<b>426</b>	<b>13,50</b>	<b>15,60</b>	<b>58,62</b>	
KOOLIEINE	Magushapu kanakaste	130	121	8,82	4,92	10,56	
	Keedetud riis(mahe)	130	168	3,28	1,41	35,49	
	Porgand(mahe)	50	17	0,50	0,20	3,85	
	Kastmevalik salatitele	8	45	0,09	4,87	0,19	10;2
	Maitsevesi	150	3	0,10	0,14	0,71	
	Leivatoode	20	57	1,64	0,67	10,65	1;11;2
<b>NELJAPÄEV KOKKU :</b>			<b>411</b>	<b>14,43</b>	<b>12,21</b>	<b>61,45</b>	
KOOLIEINE	Sealihakaste ürtidega	130	144	7,82	9,91	6,27	1;2
	Keedetud kartulid(mahe)	130	135	3,46	0,18	30,76	
	Peet(mahe)	50	22	0,80	0,10	4,35	
	Kastmevalik salatitele	3	17	0,03	1,83	0,07	10;2
	Kummeli tee	150	18	0	0	4,49	
	Leivatoode	25	72	2,05	0,84	13,31	1;11;2
<b>REEDE KOKKU :</b>			<b>407</b>	<b>14,16</b>	<b>12,86</b>	<b>59,25</b>	
<b>NÄDALA KESKMINNE KOKKU:</b>			<b>431</b>	<b>14,81</b>	<b>15,09</b>	<b>59,51</b>	

Leivatoodete valik võib sisaldada: Must vormileib, Eesti Pagar; Must Jassi seemneleib, Eesti Pagar; Jassi seemneleib, Eesti Pagar; Kodukandi rukkileib, Eesti Pagar; Rehe rukkileib, 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

Tartu Variku Kooli koolieine menüü 09.09- 15.09 vanus 7-9		Valmistoidu kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
KOOLIEINE	Kana-köögiviljasupp(mahe:kartul,porgand)	200	186	5,66	13,08	12,73	
	Kakao - jogurtidessert	120	156	6,60	3,68	23,44	2
	Aedmaasikamoos	20	36	0,08	0	9,00	
	Leivatoode	25	72	2,05	0,84	13,31	1;11;2
<b>ESMASPÄEV KOKKU :</b>			<b>450</b>	<b>14,39</b>	<b>17,60</b>	<b>58,48</b>	
KOOLIEINE	Küpsetatud kartulid tomati ja juustuga(mahe kartul)	200	298	12,76	12,46	35,02	2
	Peet(mahe)	50	22	0,80	0,10	4,35	
	Kastmevalik salatitele	3	17	0,03	1,83	0,07	10;2
	Mahlajook	150	36	0,02	0,02	8,62	
	Leivatoode	25	72	2,05	0,84	13,31	1;11;2
<b>TEISIPÄEV KOKKU :</b>			<b>444</b>	<b>15,66</b>	<b>15,25</b>	<b>61,37</b>	
KOOLIEINE	Mehhiko veisehakklihapada(mahe veisehakkliha)	130	135	8,94	5,58	12,22	
	Keedetud makaronid(mahe)	130	208	5,41	3,82	37,18	1
	Värske kapsas(mahe)	50	12	0,55	0,10	2,70	
	Kastmevalik salatitele	5	28	0,06	3,04	0,12	10;2
	Maitsevesi	150	3	0,10	0,14	0,71	
	Leivatoode	15	43	1,23	0,50	7,99	1;11;2
<b>KOLMAPÄEV KOKKU :</b>			<b>429</b>	<b>16,29</b>	<b>13,18</b>	<b>60,92</b>	
KOOLIEINE	Kodune sealihakaste	130	135	7,68	9,27	5,64	1;2
	Keedetud tatar	130	155	5,41	1,82	30,17	
	Porgand(mahe)	50	17	0,50	0,20	3,85	
	Kastmevalik salatitele	3	17	0,03	1,83	0,07	10;2
	Mahlajook(mahe)	150	36	0,02	0,02	8,62	
	Leivatoode	25	72	2,05	0,84	13,31	1;11;2
<b>NELJAPÄEV KOKKU :</b>			<b>431</b>	<b>15,69</b>	<b>13,98</b>	<b>61,66</b>	
KOOLIEINE	Karrine kalkuni - juustukaste	130	128	8,88	6,89	7,94	1;2
	Keedetud riis(mahe)	130	168	3,28	1,41	35,49	
	Valge redis	50	8	0,50	0,05	1,75	
	Kastmevalik salatitele	8	45	0,09	4,87	0,19	10;2
	Piparmündi tee	150	18	0	0	4,49	
	Leivatoode	20	57	1,64	0,67	10,65	1;11;2
<b>REEDE KOKKU :</b>			<b>424</b>	<b>14,39</b>	<b>13,89</b>	<b>60,51</b>	
<b>NÄDALA KESKMINE KOKKU:</b>			<b>436</b>	<b>15,28</b>	<b>14,78</b>	<b>60,59</b>	

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 16.09- 22.09 vanus 7-9		Valmistoidu kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
KOOLIEINE	Hakkliha - köögiviljasupp(mahe:kartul,porgand,riis)	200	198	7,08	11,54	17,29	
	Mõnus kohupiimakreem	120	193	5,51	6,09	28,21	2
	Leivatooded	25	72	2,05	0,84	13,31	1;11;2
<b>ESMASPÄEV KOKKU :</b>			<b>463</b>	<b>14,64</b>	<b>18,47</b>	<b>58,81</b>	
KOOLIEINE	Makaronid kanaga(mahe makaron)	200	276	12,60	7,70	38,75	1
	Porgand(mahe)	50	17	0,50	0,20	3,85	
	Kastmevalik salatitele	8	45	0,09	4,87	0,19	10;2
	Mahlajook(mahe)	150	36	0,02	0,02	8,62	
	Leivatooded	25	72	2,05	0,84	13,31	1;11;2
<b>TEISIPÄEV KOKKU :</b>			<b>445</b>	<b>15,26</b>	<b>13,63</b>	<b>64,72</b>	
KOOLIEINE	Uhepajatoit sealihaga(mahe:kartul,porgand,kapsas)	200	194	9,59	9,55	18,97	
	Peet(mahe)	50	22	0,80	0,10	4,35	
	Kastmevalik salatitele	5	28	0,06	3,04	0,12	10;2
	Maitsevesi	150	3	0,10	0,14	0,71	
	Leivatooded	50	144	4,10	1,68	26,62	1;11;2
<b>KOLMAPÄEV KOKKU :</b>			<b>390</b>	<b>14,65</b>	<b>14,51</b>	<b>50,77</b>	
KOOLIEINE	Kanastrooganov	130	147	9,71	8,87	7,38	1;2
	Keedetud riis(mahe)	130	168	3,28	1,41	35,49	
	Punane kapsas	50	13	0,80	0,10	2,70	
	Kastmevalik salatitele	5	28	0,06	3,04	0,12	10;2
	Mahlajook(mahe)	150	36	0,02	0,02	8,62	
	Leivatooded	25	72	2,05	0,84	13,31	1;11;2
<b>NELJAPÄEV KOKKU :</b>			<b>464</b>	<b>15,92</b>	<b>14,28</b>	<b>67,62</b>	
KOOLIEINE	Koorene kalkunikaste	130	126	8,18	6,90	8,23	1;2
	Keedetud makaronid(mahe)	130	208	5,41	3,82	37,18	1
	Kaalikas	50	15	0,50	0,15	3,65	
	Kastmevalik salatitele	5	28	0,06	3,04	0,12	10;2
	Maitsevesi	150	3	0,10	0,14	0,71	
	Leivatooded	15	43	1,23	0,50	7,99	1;11;2
<b>REEDE KOKKU :</b>			<b>423</b>	<b>15,48</b>	<b>14,55</b>	<b>57,88</b>	
<b>NÄDALA KESKMINE KOKKU :</b>			<b>437</b>	<b>15,19</b>	<b>15,09</b>	<b>59,96</b>	

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 23.09- 29.09 vanus 7-9		Valmistoidu kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
KOOLIEINE	Peedisupp sealiha ja munaga(mahe:peet,kartul,porgand)	200	177	5,31	10,24	16,30	3
	Hapukoor, R 20 %	20	41	0,56	4,00	0,72	2
	Kirsi-jogurtikokteil	150	144	3,80	2,83	25,75	2
	Röstitud kaerahelbed	10	41	1,17	1,40	6,37	1;2
	Leivatoode	20	57	1,64	0,67	10,65	1;11;2
<b>ESMASPÄEV KOKKU :</b>			<b>461</b>	<b>12,48</b>	<b>19,14</b>	<b>59,79</b>	
KOOLIEINE	Makaronid veisehakklihaga(mahe makaron)	200	288	11,60	9,75	38,26	1
	Porgand(mahe)	50	17	0,50	0,20	3,85	
	Kastmevalik salatitele	5	28	0,06	3,04	0,12	10;2
	Mahlajook(mahe)	150	36	0,02	0,02	8,62	
	Leivatoode	20	57	1,64	0,67	10,65	1;11;2
<b>TEISIPÄEV KOKKU :</b>			<b>426</b>	<b>13,82</b>	<b>13,68</b>	<b>61,50</b>	
KOOLIEINE	Sinepi-koorekaste kalkunilihaga(mahe piim)	130	109	7,48	5,81	6,78	1;10;2
	Keedetud riis(mahe)	130	168	3,28	1,41	35,49	
	Kõrvits	50	10	0,40	0,05	2,40	
	Kastmevalik salatitele	10	56	0,12	6,09	0,24	10;2
	Maitsevesi	150	3	0,10	0,14	0,71	
Leivatoode	25	72	2,05	0,84	13,31	1;11;2	
<b>KOLMAPÄEV KOKKU :</b>			<b>417</b>	<b>13,43</b>	<b>14,34</b>	<b>58,93</b>	
KOOLIEINE	Kana-kartuliroog(mahe kartul)	200	245	16,75	9,90	22,87	2;3
	Peet(mahe)	50	22	0,80	0,10	4,35	
	Kastmevalik salatitele	5	28	0,06	3,04	0,12	10;2
	Mahlajook(mahe)	150	36	0,02	0,02	8,62	
	Leivatoode	30	86	2,46	1,01	15,97	1;11;2
<b>NELJAPÄEV KOKKU :</b>			<b>416</b>	<b>20,09</b>	<b>14,07</b>	<b>51,93</b>	
KOOLIEINE	Värskekapsa-sealihahautis(mahe kapsas)	130	100	6,54	5,72	6,85	
	Keedetud kartulid(mahe)	130	135	3,46	0,18	30,76	
	Värske kapsas(mahe)	50	12	0,55	0,10	2,70	
	Kastmevalik salatitele	10	56	0,12	6,09	0,24	10;2
	Kummeli tee	150	18	0	0	4,49	
Leivatoode	25	72	2,05	0,84	13,31	1;11;2	
<b>REEDE KOKKU :</b>			<b>393</b>	<b>12,72</b>	<b>12,93</b>	<b>58,35</b>	
<b>NÄDALA KESKMINE KOKKU:</b>			<b>423</b>	<b>14,51</b>	<b>14,83</b>	<b>58,1</b>	

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 30.09- 06.10 vanus 7-9		Valmistoidu kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
KOOLIEINE	Aedviljapüreesupp(mahe:kartul,porgand,peet)	200	80	2,14	2,25	13,75	
	Rõstitud sepikukuubikud	10	41	2,11	0,65	6,15	1;2
	Kohupiimavaht	120	223	7,78	8,65	27,54	2
	Marjapüree	20	6	0,12	0,01	1,21	
	Leivatode	25	72	2,05	0,84	13,31	1;11;2
<b>ESMASPÄEV KOKKU :</b>			<b>422</b>	<b>14,20</b>	<b>12,40</b>	<b>61,96</b>	
KOOLIEINE	Kartulivormiroog(mahe kartul)	200	230	10,43	5,02	36,65	10;2;3
	Peet(mahe)	50	22	0,80	0,10	4,35	
	Kastmevalik salatitele	15	84	0,17	9,13	0,36	10;2
	Mahlajook(mahe)	150	36	0,02	0,02	8,62	
	Leivatode	20	57	1,64	0,67	10,65	1;11;2
<b>TEISIPÄEV KOKKU :</b>			<b>429</b>	<b>13,06</b>	<b>14,94</b>	<b>60,63</b>	
KOOLIEINE	Kana - paprikakaste(mahe piim)	130	108	7,73	6,25	5,59	1;2
	Keedetud riis(mahe)	130	168	3,28	1,41	35,49	
	Porgand(mahe)	50	17	0,50	0,20	3,85	
	Kastmevalik salatitele	10	56	0,12	6,09	0,24	10;2
	Maitsevesi	150	3	0,10	0,14	0,71	
Leivatode	30	86	2,46	1,01	15,97	1;11;2	
<b>KOLMAPÄEV KOKKU :</b>			<b>437</b>	<b>14,19</b>	<b>15,10</b>	<b>61,85</b>	
KOOLIEINE	Koorene sealihakaste(mahe piim)	130	123	9,02	7,66	4,86	1;2
	Keedetud makaronid(mahe)	130	208	5,41	3,82	37,18	1
	Kõrvits	50	10	0,40	0,05	2,40	
	Kastmevalik salatitele	3	17	0,03	1,83	0,07	10;2
	Mahlajook(mahe)	150	36	0,02	0,02	8,62	
Leivatode	15	43	1,23	0,50	7,99	1;11;2	
<b>NELJAPÄEV KOKKU :</b>			<b>437</b>	<b>16,11</b>	<b>13,88</b>	<b>61,12</b>	
KOOLIEINE	Tatar hakklhaga	200	297	11,58	12,43	36,13	
	Kaalikas	50	15	0,50	0,15	3,65	
	Kastmevalik salatitele	3	17	0,03	1,83	0,07	10;2
	Ingveritee sidruniga	150	27	0,08	0,03	6,63	
	Leivatode	25	72	2,05	0,84	13,31	1;11;2
<b>REEDE KOKKU :</b>			<b>428</b>	<b>14,24</b>	<b>15,28</b>	<b>59,79</b>	
<b>NÄDALA KESKMINE KOKKU:</b>			<b>431</b>	<b>14,36</b>	<b>14,32</b>	<b>61,07</b>	

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