

KOOLITOITLUSTUSE OÜ

PIKAPÄEVA MENÜÜ

14.-18.oktoober 2019.a.

14.okt.	Krõbedad kalafileepulgad	90g	413,6	15,89	9,24	65,34
	keedetud riis	150g				
	tatari kaste	40g				
	hiinakapsa-õunasalat	40g	27,8	0,49	1,09	4,01
	kakao	200g	89,6	3,74	2,76	12,58
	täisterarukkileib,sai	30/20g	120,4	3,08	0,91	24,25
			651,4	23,2	14	106,18
15.okt.	Singi(sealihasink)-hapukoorekaste	125g	319,2	12,69	9,45	44,86
	keedetud makaron	150g	56,1	1,92	1,34	9,07
	v.kurgi-tomatisalat	40g				
	õunamahl	200g	93,4	1		22
	täisterarukkileib,sai	30/20g	120,4	3,08	0,91	26,25
			589,1	18,69	11,7	102,18
16.okt.	Hakklihasupp(hakkliha 50%sea-50%veiseliha)	250g	196,4	8,03	11,74	14,14
	õunakissell vahukoorega	150/20g	206,3	1,06	6,54	35,29
	täisterarukkileib,sepik	30/20g	120,4	3,08	0,91	26,25
			523,1	12,17	19,19	75,68
17.okt.	Kanafrikassee juustuga	125g	244	11,4	19,01	6,29
	kartulipuder	150g	119,3	3,54	0,76	24,19
	porgandisalat	40g	33,6	0,5	1,16	5,28
	mustsõstramahlajook	200g	16,5			5,16
	täisterarukkileib,sai	30/20g	120,4	3,08	0,91	24,25
			533,8	18,52	21,84	65,17
18.okt.	Juurviljasupp sealihaga	250g	176	6,96	6,77	21,4
	kohupiimakreem puuviljadega	120/30g	162,4	9,93	3,2	27,89
	täisterarukkileib,sai	30/20g	120,4	3,08	0,91	26,25
			458,8	19,97	10,88	75,54

Allergeenide kohta toidus saab infot söökla juhatajalt