

Koolilõuna nädalamenüü 16.02.2026 - 20.02.2026

Eesti teemapäevad

Grupp

4–9 klass

esmaspäev, 16.veebruar	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kanahakklihakaste SETOMAA	150	208	8.25	14.99	10.31	1;2
Aurutatud brokoli	50	17	1.68	0.19	2.94	
Keedetud riis	50	64	1.26	0.44	13.65	
Keedetud makaronid	50	71	2.08	0.47	14.30	1
Porgandi - porrulaugusalat	50	18	0.57	0.45	3.61	
Hiinakapsas, kurk, redis, peet	50	11	0.60	0.09	2.19	
Kastmevalik salatitele	2	11	0.02	1.22	0.04	10;2
Seemnesegu	29	159	6.61	12.68	7.20	11
Maitsevesi	0	0	0	0	0	
Tee (ilma suhkruta)	0	0	0	0	0	
Pria piimatooted	125	68	4.05	3.28	5.71	2
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
Õun ja kaalika snäkid	200	71	1.20	0.66	17.20	
	Kokku :	785	28.78	35.48	93.12	
Seenepada	150	90	2.94	5.79	6.90	1;2

teisipäev, 17.veebruar	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Hernesupp suitsuliha LÄÄNE-EESTI	280	267	13.51	14.05	42.41	1
Vastlakukkel vahukoorega PÕHJA-EESTI	60	192	3.52	9.95	22.31	1;2;3
Pähklisegu	20	116	4.89	9.70	3.37	6;8
Maitsevesi	0	0	0	0	0	
Tee (ilma suhkruta)	0	0	0	0	0	
Pria piimatooted	125	68	4.05	3.28	5.71	2
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	15	43	1.23	0.50	7.99	1;11;2
Pirn ja porgandi snäkid	200	76	1.40	0.80	18.30	
	Kokku :	762	28.60	38.28	100.09	
Hernesupp lihata	280	259	12.60	1.20	53.13	1

kolmapäev, 18.veebruar	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Kalafilee riivleiva-kama paneeringus PEIPSI	50	72	10.87	0.73	5.81	1;4
Koorekaste tilliga	100	130	1.98	10.63	6.80	1;2
Küpsetatud kaalikapulgad	50	20	0.57	0.42	4.20	
Keedetud kartulid	50	52	1.33	0.07	11.83	
Keedetud riis	50	64	1.26	0.44	13.65	
Peedisalat jogurtiga	50	22	0.88	0.22	4.12	2
Kapsas, porgand, mais, tomat	50	22	0.73	0.20	4.69	
Kastmevalik salatitele	3	17	0.03	1.83	0.06	10;2
Seemnesegu	15	82	3.42	6.56	3.72	11
Maitsevesi	0	0	0	0	0	
Tee (ilma suhkruta)	0	0	0	0	0	
Pria piimatooted	125	68	4.05	3.28	5.71	2
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
Õun ja redise snäkid	200	71	0.72	0.62	17.24	
	Kokku :	706	28.30	26.01	93.80	
Uhепajatoit lihata	250	134	3.54	1.84	27.99	

neljapäev, 19.veebruar	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Seapraad hapukapsadjal KESK-EESTI	150	287	18.24	19.77	9.60	10
Ahjukõrvitsakuubikud	50	17	0.60	0.32	3.60	
Ahjukartulid	50	54	1.33	0.32	11.83	
Keedetud odrakruup	50	57	1.45	0.35	12.39	1
Hiinakapsasalat maisiga	50	19	0.92	0.44	2.96	
Peet, hapukapsas, porru, oad	50	15	0.80	0.11	2.94	
Kastmevalik salatitele	4	22	0.05	2.44	0.08	10;2
Seemnesegu	5	27	1.14	2.19	1.24	11
Maitsevesi	0	0	0	0	0	
Tee (ilma suhkruta)	0	0	0	0	0	
Pria piimatooted	125	68	4.05	3.28	5.71	2
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
Apelsin ja valge kapsa snäkid	200	67	2.20	0.30	15.60	
	Kokku :	720	33.24	30.53	81.92	
Kartulivorm suvikõrvitsaga	250	193	7.32	4.00	32.66	2;3

reede, 20.veebruar	Kogus, g	Kcal	Valgud,g	Rasvad,g	Süsivesikud,g	Allergeen
Tillikana poolkoib LAÄNE-EESTI	80	143	21.62	5.61	1.39	
Koore - sinepikaste	100	137	2.23	11.21	6.83	1;10;2
Aurutatud rohelised herned	50	37	2.73	0.21	7.14	
Kõrvitsa-kartulipuder	50	22	0.70	0.38	4.34	2
Keedetud tatar	50	59	2.08	0.60	11.60	
Valge redise - hapukoosesalat	50	22	0.65	1.55	1.81	2
Peet, porgand, porru, kaalikas	50	17	0.70	0.16	3.52	
Kastmevalik salatitele	5	28	0.06	3.05	0.11	10;2
Seemnesegu	5	27	1.14	2.19	1.24	11
Maitsevesi	0	0	0	0	0	
Tee (ilma suhkruta)	0	0	0	0	0	
Pria piimatooted	125	68	4.05	3.28	5.71	2
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	30	86	2.46	1.01	15.97	1;11;2
Õun ja kõrvitsa snäkid	200	60	1.00	0.46	14.70	
	Kokku :	707	39.42	29.71	74.36	
Kruubiroog ubade ja kapsaga	250	268	11.09	2.80	53.64	1

Nädala keskmine :	736	31.67	32	88.66
10 päeva keskmine :	733	31.76	31.15	87.43

Täpsemat teavet toidu nimetuse ning allergiat või talumatust põhjustavate koostisosade kohta küsi teenindajalt või e-posti aadressilt: tootearendus@balticrest.com
 Joogivesi on koolisöökla iga päev tasuta kättesaadav.
 Pakume kuni 0.25 liitrit piima või piimatoodet nädalas ühe õpilase kohta.
 Oleme liitunud Euroopa Liidu koolipiima- ja puuvilja programmiga.