

Tartu Mart Reiniku Kooli koolieine menüü 03.02- 09.02 vanus 7-9		Valmistoidu kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
KOOLEINE	Kanasupp spinatiga(mahe sibul, kartul, porgand)	200	230	7.93	17.30	12.08	
	Mustsõstra-kamasmuuti(mahe must sõstar, maitsestatamata jogurt)	150	159	5.14	3.03	29.13	1;2
	Leivatoode	25	72	2.05	0.84	13.31	1;11;2
ESMASPÄEV KOKKU :			461	15.12	21.17	54.52	
KOOLEINE	Tomatine sealihakaste(mahe sibul, porgand)	130	142	7.52	8.22	9.71	1;2
	Keedetud pärl kuskuss	130	163	4.99	3.38	28.43	1
	Kaalikas(mahe)	50	15	0.50	0.15	3.65	
	Kastmevalik salatitele	3	17	0.03	1.83	0.07	10;2
	Mahlajook(mahe mustsõstramah)	150	36	0.02	0.02	8.62	
	Leivatoode	20	57	1.64	0.67	10.65	1;11;2
TEISIPÄEV KOKKU :			431	14.70	14.27	61.13	
KOOLEINE	Kartuli-juusturoog(mahe kartul, piim)	200	196	8.49	6.53	27.23	2;9
	Hiinakapsas	50	10	0.80	0.15	1.60	
	Kastmevalik salatitele	4	22	0.05	2.44	0.10	10;2
	Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
	Leivatoode	50	144	4.10	1.68	26.62	1;11;2
KOLMAPÄEV KOKKU :			375	13.54	10.94	56.26	
KOOLEINE	Kodune sealihakaste(mahe sibul, porgand)	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 õunamah)	150	36	0.02	0.02	8.62	
	Leivatoode	25	72	2.05	0.84	13.31	1;11;2
NELJAPÄEV KOKKU :			431	15.69	13.98	61.66	
KOOLEINE	Kartuliroog hakklihaga(mahe veisehakkliha, kartul sibul)	200	286	10.90	12.76	32.97	
	Peet(mahe)	50	22	0.80	0.10	4.35	
	Kastmevalik salatitele	2	11	0.02	1.22	0.05	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	59.97	
NADALA KESKMINNE KOKKU :			426	14.66	15.1	58.71	

Lihavabast toidust saadavat energiat ja toitaineid ei arvatata päeva kaloraazi hulka.

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