

Hansa kooli menüü 27.04- 30.04.2026 1-3 klass		Valmistoidu kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud ,grammi	Allergeen
KOOLIEINE	Köögiviljasupp lihata (mahe porgand, kaalikas, kartul, kapsas)	250	55	1,81	0,33	12,45	
	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
<b>ESMASPÄEV KOKKU :</b>			<b>407</b>	<b>14,82</b>	<b>11,85</b>	<b>59,33</b>	
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
<b>TEISIPÄEV KOKKU :</b>			<b>356</b>	<b>9,71</b>	<b>10,83</b>	<b>56,65</b>	
KOOLIEINE	Kanaguljašš (mahe porgand)	130	115	9,38	4,81	8,53	1;2
	Keedetud riis (mahe)	130	166	3,28	1,15	35,49	
	Peet (mahe)	50	22	0,80	0,10	4,35	
	Kastmevalik salatitele	3	17	0,03	1,83	0,06	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>427</b>	<b>15,56</b>	<b>8,75</b>	<b>70,36</b>
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
	<b>NELJAPÄEV KOKKU :</b>			<b>423</b>	<b>12,19</b>	<b>18,33</b>	<b>53,75</b>
<b>NÄDALA KESKMINE KOKKU:</b>			<b>403</b>	<b>13,07</b>	<b>12,44</b>	<b>60,02</b>	

Hansa kooli koolilõuna menüü 27.04- 30.04.2026 II kooliaste 4 - 9 klass		Valmistoidu kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud ,grammi	Allergeen
KOOLILÕUNA	Karrine kana poolkoib	50	87	13,46	3,49	0,20	
	Köögivilja-riisiroog (mahe riis,porgand)	300	341	8,20	2,82	72,02	
	Piimakaste (mahe piim)	100	47	2,00	1,84	5,76	1;2
	Röstitud juurseller	60	26	1,19	0,50	5,08	9
	Keedetud rohelised läätsed (mahe)	60	95	6,50	0,45	14,13	
	Keedetud täistera pasta/keedetud pasta (mahe)	60	86	2,81	0,66	16,38	1;3
	Kurk, peet(mahe), spinat, porgand (mahe)	100	26	1,27	0,30	5,05	
	Kastmevalik salatitele	20	112	0,23	12,18	0,42	10;2
	Seemnesegu	3	16	0,68	1,31	0,74	11
	Vesi	75	0	0	0	0	
	Maitsevesi (sidruniga)	75	1	0,05	0,07	0,36	
	Kummeli tee	75	0	0	0	0	
	Pria piimatooted (keefir,mahe piim)	75	44	2,41	2,27	3,44	2
	Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	65	187	5,33	2,19	34,60	1;11;2
	Kiivi (mahe)	70	33	0,70	0,28	7,49	
	Värske kapsas (mahe)	100	24	1,10	0,20	5,40	
	<b>ESMASPÄEV KOKKU :</b>			<b>783</b>	<b>37,73</b>	<b>25,74</b>	<b>99,05</b>
KOOLILÕUNA	Veisehakkliha - aedviljasupp (mahe porgand, kartul, veisehakkliha)	300	126	11,71	3,73	12,44	
	Lillkapsapüreesupp maisi ja ubadega (mahe porgand, uba)	300	182	6,57	7,85	24,11	2
	Röstitud sepikukuubikud	20	82	4,22	1,30	12,28	1
	Keefiri-maasikatarretis	150	80	5,61	2,67	8,55	2
	Seemne-pähklisegu	20	112	4,83	9,09	4,04	11;6
	Vesi	75	0	0	0	0	
	Maitsevesi (jõhvikaga)	75	1	0,05	0,07	0,36	
	Mahlajook	75	18	0,01	0,01	4,31	
	Pria piimatooted (keefir,mahe piim)	75	44	2,41	2,27	3,44	2
	Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	90	259	7,39	3,03	47,91	1;11;2
	Pirn	70	30	0,28	0,28	7,42	
	Porgand (mahe)	100	34	1,00	0,40	7,70	
<b>TEISIPÄEV KOKKU :</b>			<b>702</b>	<b>33,29</b>	<b>21,55</b>	<b>96,17</b>	
	Ahjus küpsetatud punase kala filee	50	130	13,68	8,46	0,05	4
	Kartuli-seenekotlet (mahe kartul, muna, punane uba)	50	57	2,06	0,56	11,54	1;3
	Koorekaste peterselliga	100	129	1,97	10,63	6,44	1;2
	Aurutatud mais	60	62	1,90	0,49	13,04	
	Keedetud kartulid (mahe)	60	62	1,60	0,08	14,20	

KOOLILÕUNA	Keedetud pärl kuskuss	60	89	3,07	0,78	17,50	1
	Hiinakapsas, rohelised herned, brokoli, redis	100	34	2,72	0,28	6,41	
	Kastmevalik salatitele	2	11	0,02	1,22	0,04	10;2
	Kodujuust R4-5%	5	5	0,75	0,20	0,10	
	Seemnesegu	3	16	0,68	1,31	0,74	11
	Vesi	75	0	0	0	0	
	Maitsevesi (punase sõstraga)	75	1	0,05	0,07	0,36	
	Ingveritee sidruniga	75	1	0,04	0,02	0,32	
	Pria piimatooted (keefir,mahe piim)	75	44	2,41	2,27	3,44	2
	Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	50	144	4,10	1,68	26,62	1;11;2
	Õun	70	28	0,14	0,25	6,93	
	Kõrvits	100	20	0,80	0,10	4,80	
	<b>KOLMAPÄEV KOKKU :</b>		<b>778</b>	<b>33,93</b>	<b>27,84</b>	<b>100,99</b>	
KOOLILÕUNA	Rassolnik sealihaga (mahe kartul, porgand)	300	181	13,64	4,63	22,25	1
	Hapukapsasupp läätsedega (mahe porgand, läätsed)	300	207	10,14	1,25	37,85	1
	Hapukoor	30	61	0,84	6,00	1,08	2
	Leivasupp õuntega	100	104	2,35	0,49	21,58	1
	Täispiim, R 3,8%-4,4% (mahe)	50	35	1,65	2,10	2,30	2
	Seemne-pähklisegu	15	84	3,62	6,82	3,03	11;6
	Vesi	75	0	0	0	0	
	Maitsevesi(mustsõstraga)	75	1	0,05	0,07	0,36	
	Hibiskuse tee	75	0	0	0	0	
	Pria piimatooted (keefir,mahe piim)	75	44	2,41	2,27	3,44	2
	Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	40	115	3,28	1,34	21,30	1;11;2
	Banaan(mahe)	70	73	0,84	0,21	17,01	
	Kaalikas (mahe)	100	31	1,00	0,30	7,30	
<b>NELJAPÄEV KOKKU :</b>		<b>728</b>	<b>29,68</b>	<b>24,23</b>	<b>99,65</b>		
<b>NÄDALA KESKMINE KOKKU:</b>		<b>748</b>	<b>33,66</b>	<b>24,84</b>	<b>98,96</b>		

Lihavabast toidust saadavat energiat ja toitaineid ei arvutata päeva kaloraaži 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; 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](mailto:tootearendus@balticrest.com)

<b>esmaspäev, 27.aprill</b>	<b>Koostisosad</b>
Karrine kana poolkoib	Broileri poolkoib, Sibul, Küüslauk
Piimakaste	Jahu nisu, Piim 2,5%
Röstitud juurseller	Seller juur
Keedetud rohelised läätsed	Läätsed rohelised
Keedetud täistera pasta/keedetud pasta	Täisterapasta, Pasta sarvekesed
Kurk, peet, spinat, porgand	Porgand, Spinat , Peet keedetud, Kurk
Kastmevalik salatitele	
Seemnesegu	
Vesi	Vesi
Maitsevesi	
Kummeli tee	Kummel
Pria piimatooted	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Kiivi	Kiivi
Värske kapsas	Kapsas pea
Köögivilja-riisiroog	Riis sõmer, Porgand, Magusad maisiterad , Paprikasegu , Sibul, Rohelised herned

<b>teisipäev, 28.aprill</b>	<b>Koostisosad</b>
Veisehakkliha - aedviljasupp	Veisehakkliha, Porgand, Kartul, Sibul, Uba roheline, Petersell
Keefiri-maasikatarretis	Maasikas, Toiduželatiin, Keefir 2,5%
Seemne-pähklisegu	Kõrvitsaseemned, Linaseemned, Päevalilleseemned,
Vesi	Vesi
Maitsevesi	
Mahlajook	
Pria piimatooted	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Pirn	Pirn Conferents
Porgand	Porgand

Lillkapsapüreesupp maisi ja ubadega	Toidukoor 20 %, Lillkapsas , Magusad maisiterad ,
Rõstitud sepikukuubikud	Kaerasepik

<b>kolmapäev, 29.aprill</b>	<b>Koostisosad</b>
Ahjus küpsetatud punase kala filee	Lõhefilee nahaga, Sidrun
Koorekaste peterselliga	Jahu nisu, Toidukoor 20 %, Petersell
Aurutatud mais	Magusad maisiterad
Keedetud kartulid	Kartul
Keedetud pärl kuskuss	Kuskuss pärl
Hiinakapsas, rohelised herned, brokoli, redis	Kapsas hiina, Redis valge, Brokoli, Rohelised herned
Kastmevalik salatitele	
Kodujuust R4-5%	Kodujuust R4-5%
Seemnesegu	
Vesi	Vesi
Maitsevesi	
Ingveritee sidruniga	Kummel, Sidrun, Ingver
Pria piimatooted	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Õun	Õun
Kõrvits	Kõrvits
Kartuli-seenekotlet	Jahu nisu, Muna, Šampinjon , Sibul, Punane uba, Kartul

<b>neljapäev, 30.aprill</b>	<b>Koostisosad</b>
Rassolnik sealihaga	Odrakruup, Sealiha kuubikud, Porgand, Sibul, Hapukurk, Kartul, Till, Sea supikogu
Hapukoor, R 20 %	Hapukoor 20%
Leivasupp õuntega	Must vormileib, Õun, Kontsentreeritud mahl õuna suhkruta
Täispiim, R 3,8%-4,4%	Täispiim 3,8-4,4%
Seemne-pähklisegu	Kõrvitsaseemned, Linaseemned, Päevalilleseemned,
Vesi	Vesi
Maitsevesi	
Hibiskuse tee	Hibiskuse tee
Pria piimatooted	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	
Banaan	Banaan
Kaalikas	Kaalikas
Hapukapsasupp läätsedega	Odrakruup, Läätsed rohelised, Porgand, Sibul, Till, Hapukapsas