

| Tartu KJPG koolilõuna menüü 09.01-12.01.2023 vanus 16-19 ja enam | | Valmistoidu kaal, grammi | Toiduenergia, kcal | Valgud, grammi | Rasvad, grammi | Süsivesikud, grammi | Allergeen |
|--|--|--------------------------|--------------------|----------------|----------------|---------------------|------------|
| KOOLILÕUNA | Hautatud sealihatükid | 60 | 100 | 12.18 | 5.41 | 0.88 | |
| | Hapukoore - mädarõikakaste | 100 | 88 | 1.04 | 6.35 | 7.12 | 1,2 |
| | Aurutatud brokoli | 60 | 18 | 1.84 | 0.20 | 3.21 | |
| | Keedetud tatar | 60 | 72 | 2.50 | 0.84 | 13.92 | |
| | Keedetud riis (mahe) | 60 | 78 | 1.51 | 0.65 | 16.38 | |
| | Kaalikas, peet, porgand (mahe), jõhvikas | 120 | 41 | 1.20 | 0.48 | 9.15 | |
| | Kastmevalik salatitele | 10 | 56 | 0.10 | 6.06 | 0.47 | 10,2 |
| | Seemnesegu | 5 | 27 | 1.14 | 2.19 | 1.24 | 11 |
| | Vesi | 180 | 0 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | |
| | Maitsevesi | 180 | 3 | 0.13 | 0.17 | 0.86 | |
| | Mahlajook | 180 | 43 | 0.02 | 0.02 | 10.35 | |
| | Pria piimatooted | kuni 250 | | | | | 2 |
| | Leivatoodete valik (5 sorti) | 90 | 262 | 7.7 | 3.89 | 46.94 | 1,2 |
| | Mandariin | 70 | 21 | 0.49 | 0.07 | 4.97 | |
| Värske kurk | 100 | 10 | 0.60 | 0.10 | 2.10 | | |
| ESMASPÄEV KOKKU: | | | 821 | 30.45 | 26.43 | 117.59 | |
| Aedviljakarri kikerhernestega (mahe kikerherned) | | 150 | 111 | 3.71 | 6.05 | 11.79 | 1,7 |
| KOOLILÕUNA | Kõrvitsapüreesupp kalkunilihaga | 300 | 158 | 12.73 | 4.99 | 16.76 | |
| | Rõstitud sepikukuubikud | 20 | 80 | 2.43 | 0.88 | 14.80 | 1,2 |
| | Maasikatarretis | 150 | 171 | 3.45 | 0.03 | 38.58 | |
| | Vahukoor | 20 | 71 | 0.50 | 7.00 | 1.40 | 2 |
| | Vesi | 180 | 0 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | |
| | Maitsevesi | 180 | 3 | 0.13 | 0.17 | 0.86 | |
| | Pria piimatooted (mahe piim) | kuni 250 | | | | | 2 |
| | Leivatoodete valik (5 sorti) | 90 | 262 | 7.70 | 3.89 | 46.94 | 1,2 |
| | Õun | 70 | 28 | 0.14 | 0.25 | 6.93 | |
| | Nuikapsas | 100 | 24 | 0.50 | 0.20 | 6.00 | |
| TEISIPÄEV KOKKU: | | | 798 | 27.58 | 17.41 | 132.27 | |
| Kõrvitsapüreesupp | | 300 | 215 | 3.91 | 13.39 | 22.67 | 2,9 |
| KOOLILÕUNA | Kala pikk-poiss | 60 | 154 | 8.51 | 11.02 | 5.17 | 1,11,2,3,4 |
| | Koorekaste tilliga | 100 | 108 | 1.41 | 9.11 | 5.50 | 1,2 |
| | Aurutatud hernes, mais | 60 | 51 | 2.47 | 0.35 | 10.29 | |
| | Keedetud kartulid (mahe) | 60 | 62 | 1.60 | 0.08 | 14.20 | |
| | Keedetud läätsed (mahe) | 60 | 95 | 6.50 | 0.45 | 14.13 | |
| | Peet, mais, valge redis, salatilehtede segu | 120 | 53 | 2.11 | 1.55 | 11.58 | |
| | Kastmevalik salatitele | 5 | 28 | 0.05 | 3.03 | 0.23 | 10,2 |
| | Seemnesegu | 5 | 27 | 1.14 | 2.19 | 1.24 | 11 |
| | Kodujuust hapukoorega | 10 | 12 | 1.10 | 0.50 | 0.24 | 2 |
| | Vesi | 180 | 0 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | |
| | Ingveritee sidruniga | 180 | 33 | 0.09 | 0.04 | 7.95 | |
| | Maitsevesi | 180 | 3 | 0.13 | 0.17 | 0.86 | |
| | Pria piimatooted (mahe piim) | kuni 250 | | | | | 2 |
| | Leivatoodete valik (5 sorti) | 75 | 219 | 6.41 | 3.24 | 39.12 | 1,2 |
| Pim (mahe) | 70 | 30 | 0.28 | 0.28 | 7.42 | | |
| Kaalikas | 100 | 31 | 1.00 | 0.30 | 7.30 | | |
| KOLMAPÄEV KOKKU: | | | 907 | 32.80 | 32.31 | 125.23 | |
| Kõögiviljakotlet | | 60 | 73 | 1.54 | 3.09 | 10.44 | 1,3 |
| KOOLILÕUNA | Kartuli - frikadellisupp (mahe kartul, mahe veisehakkliha) | 300 | 243 | 13.94 | 11.79 | 21.53 | 1,3 |
| | Ricotta kohupiimakreem | 75 | 130 | 5.72 | 4.18 | 17.15 | 2 |
| | Marjakissell | 75 | 54 | 0.12 | 0.01 | 13.11 | |
| | Vesi | 180 | 0 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | |
| | Maitsevesi | 180 | 3 | 0.13 | 0.17 | 0.86 | |
| | Pria piimatooted (mahe piim) | 150 | 79 | 4.74 | 3.75 | 6.63 | 2 |
| | Leivatoodete valik (5 sorti) | 85 | 248 | 7.27 | 3.68 | 44.34 | 1,2 |
| | Õun (mahe) | 70 | 28 | 0.14 | 0.25 | 6.93 | |
| | Porgand (mahe) | 100 | 34 | 1.00 | 0.40 | 7.70 | |
| NELJAPÄEV KOKKU: | | | 819 | 33.06 | 24.23 | 118.25 | |
| Tomatine kartuli- ja riisisupp (mahe kartul, mahe riis) | | 300 | 261 | 3.74 | 12.51 | 34.47 | |
| KOOLILÕUNA | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| REEDE KOKKU: | | | 0 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | |
| NADALA KESKMINNE KOKKU: | | | 669 | 24.78 | 20.08 | 98.67 | |