

# Menüü

	<b>Esmaspäev</b> <b>24.03.2025</b>	<b>Teisipäev</b> <b>25.03.2025</b>	<b>Kolmapäev</b> <b>26.03.2025</b>	<b>Neljapäev</b> <b>27.03.2025</b>	<b>Reede</b> <b>28.03.2025</b>
<b>Homnikusöök</b>	Riisihelbepuder, või, marjad 200/80g Tee 250g	Mannapuder, keedis, või 180/80g Puuviljatee sidruniga 200g	Hommi kuhelbed, maitsestatud jogurt 70/230g	Tatrahelbepuder, või, hapukoor 200/80g Maitsevesi /keefir 200g	5-viljapuder, või, marjad 200/80g Piim 100g
	<b>Energia 413,59kcal, süsivesikud 54,72kcal, rasvad 17,47kcal, valgud 12,33kcal</b>	<b>Energia 483,68kcal, süsivesikud 70,43kcal, rasvad 17,83kcal, valgud 12,03kcal</b>	<b>Energia 439,68kcal, süsivesikud 66,83kcal, rasvad 14,90kcal, valgud 13,89kcal</b>	<b>Energia 492,0kcal, süsivesikud 63,50kcal, rasvad 17,13kcal, valgud 17,04 kcal</b>	<b>Energia 419,80kcal, süsivesikud 61,60kcal, rasvad 22,45kcal, valgud 10,55kcal</b>
<b>Lõunasöök</b>	Kalkunipada tomati ja ananassidega 140g Kartul/riis 140g Ahju köögiviljad 40g  Peet, marineeritud kurk, salatikaste/ värskekapsa- kurgisalat 100g  Piim/keefir 150g (PRIA) Leivatoodete valik 50g Õun 100g.	Borš hakklihaga 250g Hapukoor 10g  Kohupiima-kamadessert keedisega 160g  Piim/keefir 150g (PRIA) Leivatoodete valik 50g Porgand/paprika 100g	Kodune guljašš sealihast 140g Kartulipüree / tatar 140g Kodujuust 30g  Hiinakapsa-tomatisalat linaseemnete ja porruga/kaalikas, ananass, kreekapähklid, salatikaste 100g  Piim/keefir 150g (PRIA) Leivatoodete valik 50g Pirn 100g	Kalassupp riisi ja munaga 250g  Kakaopuding maasikapüreega 160g  Piim/keefir 150g (PRIA) Leivatoodete valik 50g Mandariin 100g	Veiselihahautis paprika ja selleriga 140g Kartul/pasta 140g  Kapsas, till, porru, salatikaste/porgandi- melonisalat kõrvitsaseemnetega 100g  Piim/keefir 150g (PRIA) Leivatoodete valik 50g Banaan 100g
<b>Märkused</b>	<b>Energia 662,39kcal, süsivesikud 102,73kcal, rasvad 21,43kcal, valgud 20,72kcal</b>	<b>Energia 708,6kcal, süsivesikud 97,68 kcal, rasvad 24,0 kcal, valgud 24,33 kcal</b>	<b>Energia 714,65 kcal, süsivesikud 95,64kcal, rasvad 24,88kcal, valgud 26,04kcal</b>	<b>Energia 716,3kcal, süsivesikud 98,07 kcal, rasvad 24,93 kcal, valgud 25,43kcal</b>	<b>Energia 713,42 kcal, süsivesikud 102,89 kcal, rasvad 22,71 kcal, valgud 24,78 kcal</b>