

Menüü

	Esmaspäev <u>16.02.2026</u>	Teisipäev <u>17.02.2026</u>	Kolmapäev <u>18.02.2026</u>	Neljapäev <u>19.02.2026</u>	Reede <u>20.02.2026</u>
Hommikusöök	Kiirkaerahelbepuder, keedis, või 200/80g Piim/Maitsevesi 200g	Mannapuder, keedis, või 200/80g Tee 200g	Hommikuhelbed, maitsestatud jogurt 70/230g Maitsevesi 200g	5-viljapuder, või, marjad 200/80g. Maitsevesi, piim 200g	Riisihelbepuder, keedis, või 200/80g Tee 150g
	Energia 472,0kcal, süsivesikud 66,04kcal, rasvad 18,13kcal, valgud 15,69kcal	Energia 470,3kcal, süsivesikud 71,10kcal, rasvad 16,52kcal, valgud 13,08kcal	Energia 439,68kcal, süsivesikud 66,83kcal, rasvad 14,90kcal, valgud 13,89kcal	Energia 482,0kcal, süsivesikud 72,0kcal, rasvad 17,32kcal, valgud 12,05kcal	Energia 467,4kcal, süsivesikud 72,0kcal, rasvad 16,96kcal, valgud 12,37kcal
Lõunasöök	Sealiha magushapus kastmes 140g Pasta/riis 200g Peedi-küüslaugusalat/ Värskekapsa-kurgisalat 100g Piim/keefir 75g. (PRIA) Leivatoodete valik 50g Banaan 100g	Hernesupp sealihaga 250g Vastlakukkel 80g Piim/keefir 75g (PRIA) Leivatoodete valik 50g Paprika/porgand 100g	Guljašš sealihast 140g Kartulipüree/tatar 200g Kodujuust 50g Koorekaste 40g Kurgi-tomatisalat/ hiinakapsas, roheline hernes 100g Piim/keefir 75g (PRIA) Leivatoodete valik 50g. Õun 100g.	Kahe kala supp 250g Jogurti-mangokreem 160g Piim/keefir 75g (PRIA) Leivatoodete valik 50g. Tomat/kurk 100g	Ahjukana 80g Kartul/riis 200g Kapsa-paprikasalat / hiinakapsa-kurgisalat 100g Piim/keefir 75g (PRIA) Leivatoodete valik 50g. Mandariin 100g
Märkused	Energia 693,87kcal, süsivesikud 90,33 kcal, rasvad 29,38kcal, valgud 24,26kcal	Energia 689,3kcal, süsivesikud 91,53 kcal, rasvad 24,27 kcal, valgud 25,02 kcal	Energia 746,10 kcal, süsivesikud 99,46kcal, rasvad 28,10kcal, valgud 27,02kcal	Energia 673,4kcal, süsivesikud 91,13 kcal, rasvad 23,61 kcal, valgud 23,55kcal	Energia 745,02 kcal, süsivesikud 103,74 kcal, rasvad 23,59 kcal, valgud 25,85kcal