

Menüü

	Esmaspäev 09.03.2026	Teisipäev 10.03.2026	Kolmapäev 11.03.2026	Neljapäev 12.03.2026	Reede 13.03.2026
Hommikusöök	Riisihelbepuder, või, keedis 200/80g Taimetee 200g	Mannapuder, keedis, või 200/80g Puuviljatee 200g	Hommikuhelbed, maitsestatud jogurt 70/230g Maitsevesi 200g	5-viljapuder, või, marjad 200/80g Tee 200g	Kiirkaerahelbepuder, või, keedis 200/80g Piim 100g
	Energia 456,3kcal, süsivesikud 65,20kcal, rasvad 15,81kcal, valgud 11,70kcal	Energia 470,00kcal, süsivesikud 66,50kcal, rasvad 17,79kcal, valgud 14,08kcal	Energia 447,68kcal, süsivesikud 74,23kcal, rasvad 12,80kcal, valgud 13,24kcal	Energia 419,80kcal, süsivesikud 61,60kcal, rasvad 22,45kcal, valgud 10,55kcal	Energia 479,60kcal, süsivesikud 72,0kcal, rasvad 16,32kcal, valgud 12,10kcal
Lõunasöök	Böfstrooganov kalkunilihast 140g Kartul/pasta 200g Porgandi-puuviljasalat/ kapsa-kurgisalat 100g Piim/keefir 75g. (PRIA) Leivatoodete valik 50g Valge redis/paprika 100g	Frikadelli supp 250g Kohupiima-kamakreem marjapüreega 160g Piim/keefir 75g. (PRIA) Leivatoodete valik 50g Punane kapsas/ tomat 100g	Sealiha tomati ja ananassiga 140g Tatar/kartulipüree 200g Hiinakapsasalat paprikaga/ kaalika-ananassisalat pähklitega 100g. Piim/keefir 75g. (PRIA) Leivatoodete valik 50g Mandariin 100g	Kodune kalaseljanka 250g Hapukoor 10g Riisivaht kisselliga 160g Piim/keefir 75g. (PRIA) Leivatoodete valik 50g. Õun 100g	Kodune sealihakaste 140g Kartul/riis 200g Kodujuust 50g Peedi-küüslaugusalat / porgandi-kapsasalat 100g Piim/keefir 75g. (PRIA) Leivatoodete valik 30g. Pirn 100g
Märkused	Energia 653,0kcal, süsivesikud 99,43kcal, rasvad 25,18kcal, valgud 21,08kcal	Energia 639,9kcal, süsivesikud 100,53kcal, rasvad 23,39kcal, valgud 23,91kcal	Energia 642,71kcal, süsivesikud 91,62kcal, rasvad 24,98kcal, valgud 24,62kcal	Energia 659,5kcal, süsivesikud 94,14kcal, rasvad 24,73kcal, valgud 24,36kcal	Energia 682,6kcal, süsivesikud 91,72kcal, rasvad 22,67kcal, valgud 25,71kcal