

Menüü

	Esmaspäev 02.03.2026	Teisipäev 03.03.2026	Kolmapäev 04.03.2026	Neljäpäev 05.03.2026	Reede 06.03.2026
Hommikusöök	Mannapuder, keedis, või 200/80g. Piim 100g.	4-viljapuder, keedis, või 200/80g. Taimetee 200g.	Hommikuhelbed, maitsestatud jogurt 0/250g. Maitsevesi 200g.	Riisihelbepuder, või, marjad 200/80g. Puuviljatee 200g.	Kaerahelbepuder, keedis, või 200/80g. Keefir, maitsevesi 100g.
	Energia 470,0kcal, süsivesikud 66,50kcal, rasvad 17,79kcal, valgud 14,08kcal	Energia 456,30kcal, süsivesikud 65,20kcal, rasvad 15,81kcal, valgud 11,70kcal	Energia 447,68kcal, süsivesikud 74,23kcal, rasvad 12,80kcal, valgud 13,24kcal	Energia 456,3kcal, süsivesikud 65,20kcal, rasvad 15,81kcal, valgud 11,70kcal	Energia 470,3kcal, süsivesikud 71,10kcal, rasvad 16,52kcal, valgud 13,08kcal
Lõunasöök	Kurzeme stroganov140g. Kartul/tatar 200g Peedi-küüslaugusalat/ Porgand, kaalikas, pirn, salatikaste, seemnesegu 100g. Piim/keefir 75g. (PRIA) Leivatoodete valik 40g. Apelsin 100g.	Borš sealihaga 250g Hapukoor 10g. Jogurti-kamakreem keedisega 160g. Piim/keefir 75g. (PRIA) Leivatoodete valik 40g. Porgand/paprika 100g.	Praetud liha 70g Pasta/kartulipüree 200g Koorekaste 40g. Hiinakapsasalat kurgi ja tilliga/punane kapsas, hapukurk, mais, salatikaste, 100g. Piim/keefir 75g. (PRIA) Leivatoodete valik 40g. Pirn 100g .	Minestrone kana ja spinatiga 250g. Kohupiima-jogurtimaius marjapüreega 160g. Piim/keefir 75g. (PRIA) Leivatoodete valik 40g. Kapsas punane/valge 100g.	Kanatükid kooseses kastmes 140g. Kartul/pasta 200g Porgandi-virsikusalat / hiinakapsas, rohelised herned, salatikaste, seemnesegu 100g. Piim/keefir 75g. (PRIA) Leivatoodete valik 40g. Banaan 100g.
Märkused	Energia 724,35kcal, süsivesikud 87,46kcal, rasvad 27,96kcal, valgud 21,85kcal	Energia 627,3kcal, süsivesikud 87,53kcal, rasvad 23,29kcal, valgud 25,28kcal	Energia 623,23kcal, süsivesikud 85,17kcal, rasvad 18,22kcal, valgud 28,75kcal	Energia 713,20kcal, süsivesikud 99,72kcal, rasvad 24,49kcal, valgud 25,64kcal	Energia 934,99kcal, süsivesikud 120,23kcal, rasvad 28,34kcal, valgud 26,42kcal