

Tartu Karlova Lasteaed menüü 03.03-07.03.2025 Sõimerühm, 1-2(3) aastased		Valmis toidu kaal	Toidu energi a, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud , grammi	Allergeen
ESMASPÄEV KOKKU :		937	35,77	25,51	142,46		
HS	Odrahelbepuder (mahe helbed)	150					1;2 Odrahelbed, Piim 2,5%
	Maasika toormoos	20					
	Pria piim (mahe)	100					2
	Pria kurk	70					
LS	Läätsesupp sulajuustuga (mahe porgand)	180					2 Apelsin, Läätsed punased, Juust sulatatud, Õli, Porgand, Sibul, Petersell
	Kirsi - jogurtidessert	90					2 Kirss, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Kohupiimapasta 3%
	Pria õun (mahe)	80					
	Rukkisepik	20					1;11;2
OODE	Sealihapilaff (mahe riis, porgand)	130					Riis sõmer, Sealiha , Õli, Tomatipasta 28-30%, Porgand, Sibul
	Mustsõstra mahlajook	100					
	Jassi seemneleib	20					1;11;2
TEISIPÄEV KOKKU :		947	29,80	32,04	139,21		
HS	Täisterakaerahelbepuder (mahe helbed)	150					1;2 Täisterakaerahelbed, Piim 2,5%
	Marja toormoos	20					
	Piim, R 2,5%	100					2
	Kaalikas	70					
LS	Hernesupp sealihaga (mahe porgand)	180					1 Hernes, Odrakruup, Sealiha , Õli, Porgand, Sibul
	Vastlakukkel vahukoorega	60					1;2;3 Kukkel (vastlapäevaks), Tuhk, Vahukoor 35%
	Värske melon	80					
	Täistera rukkileib	10					1;11;2
OODE	Kuskuss köögiviljadega (mahe porgand)	130					1 Kuskuss pärl, Õli, Rohelised hemed, Magusad maisiterad , Petersell, värske, Porgand, Sibul
	Õuna mahlajook	100					
	Kanepiseemneleib rukkiteradega	10					1;11;2
KOLMAPÄEV KOKKU :		938	34,30	35,49	122,21		
HS	Hirsipuder	150					2 Hirss, Piim 2,5%
	Aedmarjamoos	20					
	Pria piim, R 2,5 %	130					2
	Pria tomat	70					
LS	Hakkliha-köögivilja ahjuroog (mahe kartul, porgand)	180					2;3 Hakkliha , Piim 2,5%, Muna, Õli, Kaalikas, Kapsas pea, Kartul, Porgand, Sibul, Petersell
	Porgand (mahe)	40					
	Värske kurk	40					
	Seemne-pähklisegu	5					11;6
	Salatikaste	10					10;2 Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk
	Marja-kamasmuut (mahe keefir)	100					1;2 Marjasegu , Rukki kama jahu, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Keefir 2,5%
	Kiivi	80					
	Rehe rukkivormileib	10					1;11;2
OODE	Kõrvitsapüreesupp kanalihaga (mahe kartul, porgand)	130					Kanaliha, Õli, Ingver värske, Kartul, Kõrvits, Porgand, Sibul, Küüslauk
	Rõstitud sepikukuubikud	10					1;2
	Jassi seemneleib	20					1;11;2
NELJAPÄEV KOKKU :		939	33,86	36,83	121,21		
HS	Piima - tatarasupp	150					2 Tatar, Piim 2,5%
	Rukkileib ahjukalaga	25					1;2 Kodu rukkileib, Väi 82%, Sidrunimahl, Lõhefilee, Õli
	Värske paprika	70					
	Hautatud kalkuniliha	40					Kalkuniliha , Õli, Sibul, Küüslauk
LS	Valge kaste maitserohelisega	40					1;2 Jahu nisu, Väi 82%, Piim 2,5%, Õli, Petersell, Till
	Keedetud riis (mahe riis)	100					
	Tomat	40					
	Värske kapsas	40					
	Salatikaste	10					10;2 Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk
	Seemne-pähklisegu	5					11;6
	Kaneeli-õuna smuut	130					2 Banaan, Õun, Maitsestatamata jogurt 2,5%
	Pirn	80					
	Kanepiseemneleib rukkiteradega	20					1;11;2
	Kartuli - porgandipuder (mahe kartul, porgand)	130					2 Väi 82%, Piim 2,5%, Kartul, Porgand
OODE	Hapukoor, R 20 %	10					2
	Piim (mahe)	130					2
	Täisterasepik	20					1;11;2
REEDE KOKKU :		940	37,79	39,60	108,36		
HS	Omlett	90					2;3 Piim 2,5%, Muna, Õli
	Rukkileib ürdivõiga	25					1;2 Sidrunimahl, Kodu rukkileib, Väi 82%, Till värske
	Piim (mahe)	100					2
	Nuikapsas	70					
LS	Kalasupp poola moodi (mahe porgand, kartul)	180					4 Heigifilee , Punane kala Õli, Kartul, Paprikasegu , Porgand, Porulauk, Küüslauk, Petersell
	Kakao-kohupiimakreem	100					2 Kakaopulber, Kohupiimapasta 3%, Vahukoor 35%
	Mustsõstra toormoos	20					
	Banaan	80					
	Kaerasepik	20					1;11;2
OODE	Pasta veisehakklihaga (mahe pasta, veisehakkliha)	130					1;2 Veisehakkliha, Rinvjuust 23%, Õli, Sibul, Küüslauk, Pasta spagetid
	Õuna mahlajook	100					
	Täistera rukkileib	20					1;11;2
NÄDALA KESKMINE KOKKU:		940	34,3	33,89	126,69		

Tartu Karlova Lasteaed menüü 10.03-14.03.2025 Sõimerühm, 1-2(3) aastased		Valmis toidu kaal	Toidu energia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
ESMASPÄEV KOKKU :		958	26,08	31,45	143,17		
HS	Viieviljapuder	150					1,2 5- viijahelbed pudrule, Piim 2,5%
	Marja bormoos	20					
	Pria piim (mahe)	130					2
	Pria kurk	70					
LS	Aedvilja-läätsepaella (mahe porgand, riis)	180					Purustatud tomatid , Õli, Rohelised herved , Küüslauk, Magusad maisiterad, Paprikasegu , Porgand, Sibul, Riis sõmer, Läätsed rohelised
	Värske kapsas	40					
	Tomat	40					
	Salatikaste	10					10;2 Õli oliiv, Maitsestatata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk
	Seemne-pähklisegu	5					11;6
	Maasika jogurtikokteil	100					2 Maasikas , Maitsestatata jogurt 2,5%
	Pria piim	80					
	Rehe rukkivormileib	20					1;11;2
OODE	Bataadipüreesupp (kartul, porgand)	130					2 Kohvikoor 10%, Õli, Bataat, Kartul, Porgand, Sibul, Küüslauk
	Röstitud sepikukuubikud	10					1;2
	Kodukandi rukkileib	20					1;11;2
TEISIPÄEV KOKKU :		924	31,01	32,59	128,56		
HS	Tatrapuder	150					Tatar, Õli
	Hapukoorekaste	20					1,2 Jahu nisu, Hapukoor 20%, Õli, Till värske
	Pria piim, R 2.5 %	100					2
	Kirssstomat	70					
LS	Kanasupp kikerhernestega (mahe kartul, porgand)	180					Õli, Kartul, Porgand, Porrulauk, Sibul, Petersell, Till, Kikerherned, Kanaliha
	Leivasupp õuntega	80					1 Õun, Kodu rukkileib, Mahl
	Piim, R 2,5%	50					2
	Kiivi	80					
	Kaerasepik	20					1;11;2
OODE	Kartuliroog hakklihaga (mahe kartul)	130					Hakkliha , Õli, Sibul, Kartul
	Mustsõstra mahlajook	100					
	Kanepiseemneleib rukkiteradega	10					1;11;2
KOLMAPÄEV KOKKU :		942	33,12	27,58	144,14		
HS	Riisipuder	150					2 Riis pudru, Piim 2,5%
	Aedmarjamoos	20					
	Pria piim, R 2.5 %	130					2
	Pria paprika	70					
LS	Lõhefileetükid seesamiseemnetega	40					11;4 Lõhe filee , Seesamiseemned valged, Seesamiseemned mustad, Õli
	Aurutatud brokoli ja porgandi segu (mahe porgand)	20					
	Valge kaste maitserohelisega	40					1,2 Jahu nisu, Väi 82%, Piim 2,5%, Õli, Petersell, Till
	Keedetud kartulid (mahe)	100					
	Hiinakapsas	40					
	Värske kurk	40					
	Salatikaste	10					10;2 Õli oliiv, Maitsestatata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk
	Seemne-pähklisegu	5					11;6
	Kolmemarja smuut	130					Mahl , Maasikas , Mustsõstar, Vaarikad
	Banaan	80					
	Täistera rukkileib	10					1;11;2
	OODE	Kalkuni-lillkapsasupp (mahe kartul, porgand)	130				
Jassi seemneleib		10					1;11;2
NELJAPÄEV KOKKU :		935	38,79	33,16	120,82		
HS	Ahjuomlett	80					1;2;3 Jahu nisu, Piim 2,5%, Muna, Õli, Till värske
	Rukkileib torjuustuga	25					1,2 Sidrunimahl, Kodu rukkileib, Torjuust 22%, Till värske
	Piim, R 2,5%	100					2
	Pria porgand (mahe)	70					
LS	Rassolnik sealihaga (mahe kartul, porgand)	180					1 Odrakruup, Sealiha , Õli, Kartul, Kurk, Porgand, Sibul, Till
	Hapukoor, R 20 %	10					2
	Kõrvitsa-õunakreem	100					2 Õun, Toiduželatiin, Vahukoor 35%, Mahl , Kõrvits
	Apelsin	80					
	Rukkisepik	20					1;11;2
OODE	Makaronid kanaga (mahe pasta)	130					1 Pasta sarvekesed, Kanaliha, Õli, Porgand, Sibul
	Õuna mahlajook	100					
	Kanepiseemneleib rukkiteradega	20					1;11;2
REEDE KOKKU :		952	29,90	38,27	124,75		
HS	Piima - hirsisupp	130					2 Hirss, Piim 2,5%
	Sepik maksapasteediga	25					1;2;3;7
	Maksapasteedi määre	0					2 Veisemaks, Vahukoor 35%, Väi 82%, Õli, Porgand, Sibul mugul
	Pria kapsas	70					
LS	Veiseliha kotlet (mahe veisehakkliha)	40					1;3 Sepik, Veisehakkliha, Muna, Õli, Sibul, Küüslauk
	Koorekaste tilliga	40					1,2 Jahu nisu, Kohvikoor 10%, Õli, Till
	Keedetud pärl kuskuss	100					1
	Kaalikas	40					
	Värske paprika	40					
	Salatikaste	10					10;2 Õli oliiv, Maitsestatata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk
	Seemne-pähklisegu	5					11;6
	Jõhvika-puuviljakissell	130					Jõhvikas , Pirn , Õun, Tärklis kartuli
	Õun (mahe)	80					
	Kodukandi rukkileib	10					1;11;2
OODE	Brownie	50					1;2;3 Jahu nisu, Kakaopulber, Väi 82%, Muna, Peet keedetud
	Piim (mahe)	130					2
NÄDALA KESKMINE KOKKU:		942	31,78	32,61	132,29		

Tartu Karlova Lasteaed menüü 17.03-21.03.2025 Söimerühm, 1-2(3) aastased		Valmis toidu kaal,	Toidu energia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen	
ESMASPÄEV KOKKU :		935	24,92	27,45	147,87			
HS	Odrahelbepuder (mahe helbed)	150					1;2	Odrahelbed, Piim 2,5%
	Mustsõstra toormoos	20						
LS	Pria piim (mahe)	100					2	
	Pria porgand (mahe)	70						
LS	Köögiviljasupp kikerhernestega (mahe kartul, porgand)	180						Õli, Kikerhernes, Kartul, Porgand, Porrulauk, Sibul, Petersell, Till
	Jogurti-kohupiimakreem	130					2	Maitsestatamata jogurt 2,5%, Kohupiimapasta 3%
	Jõhvika toormoos	10						
	Pria piim	80						
OODE	Kaerasepik	20					1;11;2	
	Kartuli - hapukoorevorm (mahe kartul)	130					2	Hapukoor 20%, Riivjuust 23%, Õli, Kartul, Sibul
	Mustsõstra mahlajook	100						
	Rehe rukkivormileib	20					1;11;2	
TEISIPÄEV KOKKU :		938	38,00	35,87	117,48			
HS	Piima-makaronisupp (mahe pasta)	150					1;2	Pasta sarvekesed, Väi 82%, Piim 2,5%
	Rukkivõileib juustuga	25					1;2	Kodu rukkileib, Väi 82%, Juust viilutatud 27%
LS	Pria kurk	70						
	Kodused kananagitsad	40					1;2;3	Jahu maisi, Riivsaia, Kanaliha, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Muna
	Koorekaste peterselliga	40					1;2	Jahu nisu, Kohvikoor 10%, Õli, Petersell
	Keedetud tatar	100						
	Hiinakapsas	40						
	Värske paprika	40						
	Seemne-pähklisegu	5					11;6	
	Salatikaste	10					10;2	Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahli, Sinep kange, Õli, Küüslauk
	Ahjuõunasmuut	130					2	Õun, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Keefir 2,5%
	Värske melon	80						
OODE	Jassi seemneleib	10					1;11;2	
	Orlett spinatiga	80					2;3	Piim 2,5%, Muna, Õli, Spinat, purustatud
	Pria piim, R 2.5 %	100					2	
	Täisterasepik	20					1;11;2	
KOLMAPÄEV KOKKU :		923	30,34	29,57	133,97			
HS	Mannapuder	150					1;2	Manna, Piim 2,5%
	Aedmarjamoos	20						
LS	Pria piim, R 2.5 %	100					2	
	Pria nuikapsas	70						
	Selge kalasupp	180					4	Saidafilee, Õli, Kartul, Porgand, Porrulauk, Sibul, Till
	Maasikakreem riisiga	100					2	Maasikas, Riis pudru, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Vahukoor 35%
OODE	Apelsin	80						
	Kaerasepik	20					1;11;2	
	Pasta kanalihaga (mahe pasta)	130					1	Pasta sarvekesed, Kanaliha, Õli, Sibul
	Õuna mahlajook	100						
	Kodukandi rukkileib	20					1;11;2	
NELJAPÄEV KOKKU :		955	39,63	36,64	118,54			
HS	Omlett juustuga	80					2;3	Piim 2,5%, Riivjuust 23%, Muna, Õli
	Võisepik lihaga	25					1;2	Südamesepik, Väi 82%, Sealihaga, Porgand, Sibul
LS	Pria piim, R 2.5 %	130					2	
	Pria paprika	70						
	Hakklihakaste veiselihast (mahe veisehakkliha)	100					1;2	Jahu nisu, Veisehakkliha, Hapukoor 20%, Õli, Sibul, Till
	Keedetud kartulid (mahe)	100						
OODE	Tomat	40						
	Peet	40						
	Seemne-pähklisegu	3					11;6	
	Salatikaste	10					10;2	Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahli, Sinep kange, Õli, Küüslauk
	Kirsikissell	100						
	Banaan	80						
	Kanepiseemneleib rukkiteradega	10					1;11;2	
Brokolipüreesupp kalkunilihaga (mahe kartul)	130					2	Kalkuniliha, Kohvikoor 10%, Õli, Brokoli, Kartul, Sibul, Küüslauk	
	Rõstitud sepikuuubikud	10					1;2	
	Jassi seemneleib	10					1;11;2	
REEDE KOKKU :		919	27,57	27,39	141,00			
HS	Viieviljapuder	150					1;2	5- viljahelbed pudrule, Piim 2,5%
	Aedmarjamoos	20						
LS	Pria piim (mahe)	100					2	
	Pria valge redis	70						
	Talupojasupp sealihaga (mahe kartul, porgand)	180					1;9	Odratang, Sealihaga, Kurk, Õli, Kaalikas, Kartul, Porgand, Seller juur, Sibul, Petersell
	Hapukoor, R 20 %	10					2	
OODE	Õuna -rukkivaht (mahe rukkijahu)	80					1	Jahu rukki, Mahl
	Piim (mahe)	50					2	
	Pria piim	80						
	Täistera rukkileib	20					1;11;2	
	Rabarberikook	50					1;3	Rabarber, Jahu nisu, Tärklis kartuli, Jahu Kaera, Muna, Õli
	Mustsõstra mahlajook	100						
NÄDALA KESKMINE KOKKU:		934	32,09	31,38	131,77			

Tartu Karlova Lasteaed menüü 24.03-28.03.2025 Sõimerühm, 1-2(3) aastased		Valmis toidu kaal,	Toidu energia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
ESMASPÄEV KOKKU :		940	27,84	35,39	131,31		
HS	Maisimannapuder	150					2 Maisimanna, Piim 2,5%
	Maasika toormoos	20					
	Pria piim (mahe)	130					2
	Pria nuikapsas	70					
LS	Köögilvija-kikerherne pajaroog	100					Sidrun, Õli, Kikerhermes, Brokoli, Lillkapsas 2,5kg, Paprikasegu 2,5kg
	Keedetud kartulid (mahe)	100					
	Kaalikas	40					
	Värske kurk	40					
	Seemne-pähklisegu	5					11;6
	Salatikaste	10					10;2 Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk
	Marja-keefirikokteil (mahe keefir)	130					2 Marjasegu, Keefir 2,5%
	Pria õun	80					
OODE	Jassi seemneleib	10					1;11;2
	Kana - riisipupp (mahe riis, porgand)	130					Riis sõmer, Õli, Porgand, Porrulauk, Sibul, Till, Kanaliha
Rukkisepik	10						1;11;2
TEISIPÄEV KOKKU :		951	30,88	32,74	136,41		
HS	Tatrapuder	150					Tatar, Õli
	Hapukoorekaste	20					1;2 Jahu nisu, Hapukoor 20%, Õli, Till värske
	Pria piim, R 2.5 %	100					2
	Pria porgand (mahe)	70					
LS	Hakklaha - köögiviljasupp	180					Riis sõmer, Hakklaha, Õli, Kartul, Porgand, Sibul, Till värske, Uba roheline
	Karamellpuding (mahe piim)	100					2 Tärkis kartuli, Piim 2,5%
	Maasika toormoos	10					
	Apelsin	80					
OODE	Täisterasepik	20					1;11;2
	Ahjukartulid ürtidega (mahe kartul)	100					Õli, Kartul
	Riivjuust	20					2
	Mustõstra mahlajook	100					
Täistera rukkileib	10						1;11;2
KOLMAPÄEV KOKKU :		944	33,66	28,44	140,51		
HS	Rukkibelbepuder (mahe helbed)	150					1;2 Rukkibelbed, Piim 2,5%
	Aedmarjamoos	10					
	Pria piim, R 2.5 %	130					2
	Pria kurk	70					
LS	Ahjus küpsetatud punane kalaflee	40					4 Sidrunimahl, Punasekala filee, Õli
	Koorekaste tilliga	40					1;2 Jahu nisu, Kohvikoor 10%, Õli, Till
	Keedetud riis (mahe)	100					
	Porgand (mahe)	40					
	Tomat	40					
	Seemne-pähklisegu	5					11;6
	Salatikaste	5					10;2 Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk
	Jõhvikakissell	130					Jõhvikas, Tärkis kartuli
OODE	Värske melon	80					
	Kodukandi rukkileib	20					1;11;2
	Kalkuni - klimbisupp (mahe porgand, kartul)	130					1;2;3 Kalkuniiliha, Õli, Kartul, Porgand, Porrulauk, Sibul, Jahu nisu, Piim 2,5%, Muna
Kaerasepik	20						1;11;2
NELJAPÄEV KOKKU :		949	32,89	36,72	121,62		
HS	Munapuder (mahe muna)	80					1;2;3 Jahu nisu, Piim 2,5%, Muna, Õli, Till värske
	Rukkileib juustuvõi ja värske kurgiga	25					1;2 Kodu rukkileib, Või 82%, Riivjuust 23%, Kurk värske
	Pria piim, R 2.5 %	100					2
	Kirssomat	70					
LS	Kanasupp valgete ubadega (mahe kartul, porgand)	180					Valged oad, Õli, Kartul, Porgand, Porrulauk, Sibul, Petersell, Till, Kanaliha
	Kohupiimakreem	55					2 Maitsestatamata jogurt 2,5%, Kohupiimapasta 3%
	Marjakissell	55					Marjasegu, Tärkis kartuli
	Banaan	80					
OODE	Rukkisepik	20					1;11;2
	Riisiroog hakklahaga (mahe riis, porgand)	130					Hakklaha, Õli, Kaalikas, Paprikasegu, Porgand, Sibul, Till värske, Riis sõmer
	Õuna mahlajook	100					
	Kanepiseemneleib rukkiteradega	20					1;11;2
REEDE KOKKU :		928	36,89	34,92	119,43		
HS	Piima - lõuna - eesti tangusupp	150					1;2 Lõuna - eesti tang, Piim 2,5%
	Sepik kanavõidega	25					1;2
	Pria kaalikas	70					
	Ahjusealiha	40					Sealiha, Õli
LS	Valge kaste maitserohelisega	40					1;2 Jahu nisu, Või 82%, Piim 2,5%, Õli, Petersell, Till
	Keedetud tatar	100					
	Jääkapsas	40					
	Värske paprika	40					
	Seemne-pähklisegu	5					11;6
	Salatikaste	10					10;2 Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk
	Maasikasmuut	130					2 Maasikas, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Keefir 2,5%
	Kiivi	80					
OODE	Rehe rukkivormileib	10					1;11;2
	Porgandi-odrajahu plaadipirukas (mahe keefir)	60					1;2;3 Jahu odra, Keefir 2,5%, Riivjuust 23%, Muna, Õli, Porgand
	Pria piim (mahe)	130					2
NÄDALA KESKMINNE KOKKU:		942	32,43	33,64	129,86		

Tartu Karlova Lasteaed menüü 31.03-04.04.2025 Söimerühm, 1-2(3) aastased		Valmis toidu kaal,	Toidu energi a, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsiveskud , grammi	Allergeen
ESMASPÄEV KOKKU :		922	31,09	24,93	149,50		
HS	Odrahelbepuder (mahe helbed)	150					1;2 Odrahelbed, Piim 2,5%
	Marjasegu	20					
	Pria piim (mahe)	100					2
	Pria kurk	70					
LS	Kaunviljapüreesupp (mahe porgand)	180					2 Valge uba, Vahukoor 35%, Õli, Kaalikas, Porgand, Sibul mugul, Küüslauk
	Röstitud sepikuuubikud	10					1;2
	Kohupiimakreem marjadega	80					2 Marjasegu , Maitsestatamata jogurt 2,5%, Kohupiimapasta 3%, Vahukoor 35%
	Pria piim	80					
	Täistera rukkileib	10					1;11;2
OODE	Hautatud kõõgiviljad (mahe porgand)	20					Kaalikas, Kapsas pea, Porgand, Till värsked
	Ahjukartulid (mahe)	100					Õli, Kartul
	Mustsõstra mahlajook	100					
	Jassi seemneleib	10					1;11;2
TEISIPÄEV KOKKU :		936	32,51	33,73	129,87		
HS	Täisterakaerahelbepuder (mahe helbed)	150					1;2 Täisterakaerahelbed, Piim 2,5%
	Aedmarjamoos	20					
	Pria piim, R 2.5 %	130					2
	Pria nuikapsas	70					
LS	Pikkpoiss veiselihast (mahe veisehakkliha)	40					1;3 Sepik, Veisehakkliha, Muna, Õli, Sibul
	Koorekaste tilliga	40					1;2 Jahu nisu, Kohvikoor 10%, Õli, Till
	Keedetud pärl kuskuss	100					1
	Peet	40					
	Valge redis	40					
	Seemne-pähklisegu	5					11;6
	Salatikaste	5					10;2 Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värsked, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk
	Kõrvitsa-mangosmuuti	130					Banaan, Mango, Kõrvits, Mahl apelsini
	Pria õun (mahe)	80					
	Täistera rukkileib	10					1;11;2
OODE	Kalkuni- kõõgiviljasupp (mahe kartul, porgand)	130					Kalkuniliha , Õli, Rohelised herved , Kartul, Lillkapsas , Porgand, Sibul
	Rukkisepik	10					1;11;2
KOLMAPÄEV KOKKU :		958	36,76	37,93	119,16		
HS	Omlett tomati- ja juustuga	80					2;3 Piim 2,5%, Riiujuust 23%, Muna, Õli, Tomat
	Rukkileib ürdikohupiimaga	25					1;2 Sidrunimahl, Kodu rukkileib, Kohupiimapasta 3%, Till värsked
	Pria piim, R 2.5 %	100					2
	Pria porgand (mahe)	70					
LS	Aedvilja-kalasuup (mahe kartul, porgand)	180					4 Heigifilee , Lõhe filee , Õli, Brokoli, Kartul, Lillkapsas , Porgand, Porrulauk, Sibul, Till
	Maasika-joguridessert	100					2 Maasikas , Maitsestatamata jogurt 2,5%, Vahukoor 35%
	Banaan	80					
	Täisterasepik	20					1;11;2
OODE	Tatar kanalihaga	130					Tatar, Kanaliha, Õli, Porgand, Sibul, Petersell
	Õuna mahlajook	100					
	Kodukandi rukkileib	10					1;11;2
NELJAPÄEV KOKKU :		937	36,02	30,76	131,57		
HS	Piima-riisusupp	150					2 Riis pudru, Piim 2,5%
	Võiseepik lihaga	25					1;2 Südameseepik, Või 82%, Sealihaga, Porgand, Sibul
	Pria paprika	70					
LS	Hautatud kartulid kanalihaga (mahe kartul, porgand)	180					Kanaliha, Õli, Kartul, Porgand
	Värsked kapsas	40					
	Tomat	40					
	Seemne-pähklisegu	5					11;6
	Salatikaste	5					10;2 Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värsked, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk
	Mustsõstrakissell	130					Mustsõstar, Tärklis kartuli
	Värsked melon	80					
	Rehe rukkivormileib	10					1;11;2
OODE	Makaronid hakklihaga (mahe pasta, veisehakkliha)	130					1 Pasta sarvakesed, Veisehakkliha, Õli, Sibul
	Pria piim (mahe)	130					2
	Jassi seemneleib	20					1;11;2
REEDE KOKKU :		904	28,08	34,79	123,62		
HS	Neljaviiljapuder (mahe helbed)	150					1;2 4- viiljahelbed pudrule, Piim 2,5%
	Aedmarjamoos	20					
	Pria piim (mahe)	100					2
	Pria kaalikas	70					
LS	Ukraina Borš sealihaga (mahe kartul, porgand)	180					Sealiha , Õli, Tomatipasta 28-30%, Kapsas pea, Kartul, Paprikasegu , Peet keedetud, Porgand, Sibul, Küüslauk
	Hapukoor, R 20 %	10					2
	Marja - rukkikook (mahe rukkijahu)	60					1;2;3 Marjasegu, Jahu nisu, Jahu rukki, Piim 2,5%, Muna, Õli
	Kiivi	80					
	Kanepiseemneleib rukkiteradega	10					1;11;2
OODE	Omlett ürtidega	90					2;3 Piim 2,5%, Muna, Õli, Petersell, värsked, Basilik lahtine
	Mustsõstra mahlajook	100					
	Täistera rukkileib	10					1;11;2
NÄDALA KESKMINE KOKKU:		931	32,89	32,43	130,74		