

Tartu Karlova Lasteaed menüü 04.11 - 08.11.2024 lasteaias nooremale rühmale 3-5 aastastele		Valmis toidu kaal,	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
<b>ESMASPÄEV KOKKU :</b>		<b>1188</b>	<b>36,72</b>	<b>37,24</b>	<b>177,00</b>		
HS	Rukkihelbepuder (mahe helbed)	200					1;2 Rukkihelbed, Piim 2,5%
	Marjasegu	20					
	Pria piim (mahe)	100					2
	Pria lillkapsas	70					
LS	Kreemjas lääts - köögiviljakarri (mahe porgand)	130					2 Läätsed punased, Vahukoor 35%, Õli, Suvikõrvits, tsukiini, Porgand, Sibul, Küüslauk
	Keedetud täisterariis	130					
	Peet	40					
	Värske kurk	40					
	Seemne-pähklisegu	5					11;6
	Kastmevalik salatitele	5					10;2
	Maasika-keefirikokteil (mahe keefir)	150					2 Maasikas, Keefir 2,5%
	Pria õun	80					
	Kodukandi rukkileib	30					1;1;1;2
	Omelett värske ürtidega ja tomatiga	110					2;3 Piim 2,5%, Muna, Õli, Petersell, värske, Tomat
Rosinad näksimiseks	10						
Mustsõstra mahlajook	100						
Rukkisepik	30					1;1;1;2	
<b>TEISIPÄEV KOKKU :</b>		<b>1178</b>	<b>40,22</b>	<b>34,74</b>	<b>177,75</b>		
HS	Täisterakaerahelbepuder (mahe helbed)	200					1;2 Täisterakaerahelbed, Piim 2,5%
	Õunapüree	10					
	Pria piim, R 2.5 %	100					2
	Pria tomat	70					
LS	Köögiviljapüreesupp kalkunilihaga (mahe kartul, porgand)	200					2 Kalkuniliha kuubik, Vahukoor 35%, Õli, Kaalikas, Kartul, Lillkapsas, Porgand, Sibul, Küüslauk
	Röstitud sepikukuubikud	10					1;2
	Kama- kohupiimagustoit	150					1;2 Banaan, Rukki kama jahu, Rosinad, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Kohupiimapasta 3%, Vahukoor 35%
	Pria pim	80					
	Jassi seemneleib	30					1;1;1;2
OOD	Kartuli-juusturoog (mahe kartul)	150					2;9 Piim 2,5%, Juust sulatatud, Kartul, Porrulauk, Seller vars
	Õuna mahlajook (mahe õunamahl)	100					
	Täistera rukkileib	30					1;1;1;2
<b>KOLMAPÄEV KOKKU :</b>		<b>1168</b>	<b>46,67</b>	<b>40,49</b>	<b>155,82</b>		
HS	Tatrahelbepuder	200					2 Tatrahelbed, Piim 2,5%
	Kodujuust R5%	30					2
	Piim, R 2,5%	150					2
	Pria kurk	70					
LS	Pikppoiss maitserohelise ja küüslauguga (mahe veisehakkliha)	50					1;2;3 Kaerasepik, Eesti pagar, Veisehakkliha, Muna, Sibul, Küüslauk
	Koorekaste tilliga	50					1;2 Jahu nisu, Kohvikoor 10%, Õli, Till
	Keedetud kartulid (mahe kartul)	130					
	Porgand (mahe porgand)	40					
	Valge redis	40					
	Seemne-pähklisegu	5					11;6
	Kastmevalik salatitele	5					10;2
	Ahjuõunasmuut (mahe keefir)	150					2 Õun, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Keefir 2,5%
	Värske melon	80					
	Rosinad näksimiseks	10					
OOD	Kanepiseemneleib rukkiteradega	30					1;1;1;2
	Koorene sealihasupp (mahe kartul, porgand)	150					2 Sealihha, Kohvikoor 10%, Õli, Kartul, Porgand, Porrulauk, Sibul
	Täisterasepik	30					1;1;1;2
	<b>NELJAPÄEV KOKKU :</b>		<b>1188</b>	<b>41,27</b>	<b>46,12</b>	<b>153,96</b>	
HS	Munapuder	130					1;2;3 Jahu nisu, Piim 2,5%, Muna, Õli, Till värske
	Rukkileib borjuustuga	30					1;2 Sidrunimahl, Kodu rukkileib, Toorjuust 22%, Till värske
	Piim, R 2,5%	100					2
	Kaalikas	70					
LS	Borš kanaga (mahe kartul, porgand)	200					Kanaliha, Õli, Tomatipasta 28-30%, Kapsas pea, Kartul, Peet, Porgand, Sibul
	Hapukoor, R 20 %	10					2
	Marja - rukkikook (mahe rukkijahu)	80					1;2;3 Marjasegu, Jahu nisu, Jahu rukki, Piim 2,5%, Muna, Õli
	Kiivi	80					
	Rukkisepik	30					1;1;1;2
OOD	Hakkliharisot (mahe veisehakkliha)	150					Riis sömer, Veisehakkliha, Õli, Rohelised hemed, Magusad maisiterad, Paprikasegu, Porgand, Sibul, Küüslauk
	Mustsõstra mahlajook	100					
	Rehe rukkivormileib	30					1;1;1;2
<b>REEDE KOKKU :</b>		<b>1181</b>	<b>46,23</b>	<b>40,23</b>	<b>162,60</b>		
HS	Piima - kaheksaviljahelbesupp	200					1;2 8- viljahelbed pudrule, Piim 2,5%
	Võiseplik värske kurgiga	30					1;2 Südamesepik, Või 82%, Kurk värske
	Värske paprika	70					
LS	Ahjus küpsutatud punane kalafilee	50					4 Sidrunimahl, Forellifilee, Õli
	Valge kaste maitserohelisega (mahe piim)	50					1;2 Jahu nisu, Või 82%, Piim 2,5%, Õli, Petersell, Till
	Keedetud tatar	130					
	Jääkapsas	40					
	Tomat	40					
	Seemne-pähklisegu	5					11;6
	Kastmevalik salatitele	5					10;2
	Roheline õuna-melonismuut	150					Mahl, Banaan, Melon, Õun, Spinat
	Banaan	80					
	Täistera rukkileib	20					1;1;1;2
OOD	Porgandi-odrajahu plaadipirukas (mahe porgand, keefir)	80					1;2;3 Jahu odra, Keefir 2,5%, Riiujuust 23%, Muna, Õli, Porgand
	Piim (mahe)	150					2
<b>NÄDALA KESKMINE KOKKU:</b>		<b>1180</b>	<b>42,22</b>	<b>39,76</b>	<b>165,43</b>		

Tartu Karlova Lasteaed menüü 11.11-15.11.2024 lasteaias nooremale rühmale 3-5 aastastele		Valmistatud kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
<b>ESMASPÄEV KOKKU :</b>		<b>1192</b>	<b>39,33</b>	<b>33,81</b>	<b>186,59</b>		
HS	Viieliljapuder	200					1;2 5- viljahelbed pudrule, Piim 2,5%
	Maasikas	20					
	Pria piim (mahe)	100					2
	Pria kurk	70					
LS	Kaunviljapüreesupp	200					2 Valge uba, Vahukoor 35%, Õli, Kaalikas, Porgand, Sibul mugul, Küüslauk
	Rõstitud sepikuuubikud	10					1;2
	Mõnus kohupiimakreem	100					2 Mustsõstar, Vaarikad, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Kohupiimapasta 3%, Vahukoor 35%
	Pria piim	80					
	Rehe rukkivormileib	30					1;11;2
CODE	Pasta kõõgiviljadega (mahe pasta)	150					1 Õli, Suvikõrvits, tsukiini, Porgand, Porrulauk, Pasta penne
	Soe piparmündi - marjajook	100					
	Kaerasepik	20					1;11;2
<b>TEISIPÄEV KOKKU :</b>		<b>1162</b>	<b>48,05</b>	<b>34,82</b>	<b>166,56</b>		
HS	Piima - rukkikelbesupp (mahe piim)	200					1;2 Rukkikelbed, Piim 2,5%
	Rukkivõileib juustuga	30					1;2 Kodu rukkileib, Või 82%, Juust viilutatud 27%
	Pria nuikapsas	70					
LS	Kodused kananagitsad	50					1;2;3 Jahu maisi, Riivsaia, Kanaliha, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Muna
	Koorekaste tilliga	50					1;2 Jahu nisu, Kohvikoor 10%, Õli, Till
	Keedetud riis (mahe riis)	130					
	Peet	40					
	Värske kurk	40					
	Seemne-pähklisegu	5					11;6
	Kastmevalik salatitele	5					10;2 Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk
	Kolmemarja smuuti	150					Mahl, Maasikas, Mustsõstar, Vaarikad
	Banaan	80					
	Jassi seemneleib	30					1;11;2
CODE	Sealiha ahjuroog (mahe kartul)	150					2;3 Sealiha, Piim 2,5%, Riivjuust 23%, Muna, Õli, Kartul, Porgand, Sibul
	Pria piim, R 2,5 %	150					2
	Täisterasepik	30					1;11;2
<b>KOLMAPÄEV KOKKU :</b>		<b>1156</b>	<b>44,98</b>	<b>40,31</b>	<b>155,50</b>		
HS	Omlett (mahe piim)	150					2;3 Piim 2,5%, Muna, Õli
	Sepik kanavõidega	30					1;2 Rukkisepik, Eesti pagar, Või 82%, kanaliha, Õli
	Rosinad näksimiseks	10					
	Piim, R 2,5%	100					2
LS	Porgand (mahe)	70					
	Hernesupp sealihaga	200					1 Hernes, Odrakruup, Sealiha, Õli, Porgand, Sibul
	Rabarberi-rukkivaht (mahe rukkijahu)	100					1 Rabarber, Jahu rukki, mahl
	Piim, R 2,5%	50					2
	Pria õun (mahe)	80					
CODE	Kaerasepik	30					1;11;2
	Tatar kalkunilihaga	150					Tatar, Kanaliha, Õli, Porgand, Sibul, Petersell
	Küpsetatud kaalikapulgad	20					
	Mustsõstra mahlajook	100					
	Kodukandi rukkileib	30					1;11;2
<b>NELJAPÄEV KOKKU :</b>		<b>1200</b>	<b>46,79</b>	<b>43,49</b>	<b>156,07</b>		
HS	Hirspuder	200					2 Hirss, Piim 2,5%
	Õunapüree	20					
	Piim, R 2,5%	150					2
	Värske paprika	70					
LS	Makaronid hakklihaga (mahe pasta, mahe veisehakkliha)	200					1 Pasta sarvekesed, Veisehakkliha, Õli, Sibul
	Värske kapsas	40					
	Tomat	40					
	Seemne-pähklisegu	10					11;6
	Kastmevalik salatitele	5					10;2 Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk
	Jõhvika-jogurtkokeil	150					2 Maitsestatamata jogurt 2,5%, Marjasegu
	Rosinad näksimiseks	10					
	Värske melon	80					
	Kanepiseemneleib rukkiteradega	30					1;11;2
	Kanasupp (mahe kartul, porgand)	150					Kanaliha, Õli, Kartul, Porgand, Porrulauk, Sibul, Petersell, Till
CODE	Rukkisepik	30					1;11;2
<b>REEDE KOKKU :</b>		<b>1157</b>	<b>26,30</b>	<b>43,39</b>	<b>163,07</b>		
HS	Odrannapuder (mahe odrannapuder)	200					1;2 Odrannapuder, Piim 2,5%
	Aedmarjamoos	10					
	Piim (mahe)	100					2
	Kaalikas	70					
LS	Kalaseljanka (mahe kartul)	200					4 Heigifilee nahata, Lõhe filee tükid nahata, Oliivid mustad kivita, Õli, Tomatipasta 28-30%, Kartul, Hapukurk, Sibul, Till
	Hapukoor, R 20 %	10					2
	Mustsõstrakreem nisiga	150					2 Mustsõstar, Riis pudru, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Vahukoor 35%, mahl
	Kiivi	80					
	Kodukandi rukkileib	30					1;11;2
CODE	Õuna-kõrvitsakook (mahe õun)	80					1;2;3 Õun, Jahu nisu, Kõrvitsaseemned, Jahu Kaera, Keefir 2,5%, Muna, Õli, Kõrvits
	Mustsõstra mahlajook	100					
<b>NÄDALA KESKMINNE KOKKU:</b>		<b>1173</b>	<b>41,09</b>	<b>39,16</b>	<b>165,56</b>		

Tartu Karlova Lasteaed menüü 18.11-22.11.2024 lasteaija nooremale rühmale 3-5 aastastele		Valmistatud kaal, gramm	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
<b>ESMASPÄEV KOKKU :</b>		<b>1179</b>	<b>40,62</b>	<b>38,99</b>	<b>169,01</b>		
HS	Neljaviiljapuder (mahe helbed)	200					1,2 4- viljahelbed pudrule, Piim 2,5%
	Kirss	20					
	Pria piim (mahe)	100					2
	Pria kapsas	70					
LS	Hautatud kalkuniliha	50					Kanaliha, Õli, Sibul, Küüslauk
	Valge kaste maitserohelisega (mahe piim)	50					1,2 Jahu nisu, Väi 82%, Piim 2,5%, Õli, Petersell, Till
	Keedetud pärl kuskuss	130					1
	Kaalikas	40					
	Tomat	40					
	Seemne-pähklisegu	10					11,6
	Kastmevalik salatitele	5					10,2 Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk
	Kirsi-jogurtikokteil	150					2 Kirss, Maitsestatamata jogurt 2,5%
Banaan	80						
Rehe rukkivormileib	30						1;11,2
OODE	Köögiviljasupp (mahe kartul, porgand)	150					Õli, Kaalikas, Kapsas pea, Kartul, Porgand, Sibul, Till, Läätsed rohised
	Kaerasepik	30					1;11,2
<b>TEISIPÄEV KOKKU :</b>		<b>1204</b>	<b>41,91</b>	<b>38,66</b>	<b>171,36</b>		
HS	Tatrahelbepuder	200					2 Tatrahelbed, Piim 2,5%
	Kodujuust R5%	20					2
	Rosinad näksimiseks	15					
	Pria piim, R 2.5 %	100					2
	Pria valge redis	70					
LS	Lihne hakklihasupp (mahe kartul, porgand)	200					Veisehakkliha, Õli, Kartul, Porgand, Sibul, Till
	Kakaopuding (mahe piim)	150					2 Kakaopulber, Tärglis maisi, Piim 2,5%
	Maasika bormoos	20					
	Pria õun	80					
	Kodukandi rukkileib	30					1;11,2
OODE	Pasta kanalihaga (mahe pasta)	150					1 Pasta sarvekesed, Kanaliha, Õli, Sibul
	Mustõstra mahlajook	100					
	Kanepiseemneleib rukkiteradega	30					1;11,2
<b>KOLMAPÄEV KOKKU :</b>		<b>1189</b>	<b>40,59</b>	<b>43,84</b>	<b>159,28</b>		
HS	Piima- odrahelbesupp (mahe helbed)	200					1,2 Odrahelbed, Piim 2,5%
	Sepik kodujuustu ja maitserohelisega	30					1,2 Südamesepik, Kodujuust 5%, Väi 82%, Till
	Värske kurk	70					
LS	Kala pikkpoiss	50					1;11,2;3,4 Õne sepik, Eesti pagar, Punase kala hakkliha, Valge kala hakkliha, Muna, Õli, Sibul, Kõrvitsaseemned, Linaseemned, Päevalilleseemned, Seesamiseemned valged
	Koorekaste tilliga	50					1,2 Jahu nisu, Kohvikoor 10%, Õli, Till
	Keedetud täisterariis	130					
	Hiinakapsas	40					
	Värske paprika	40					
	Kastmevalik salatitele	5					10,2 Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk
	Seemne-pähklisegu	5					11,6
	Kiivi-banaani smuuti kõrvitsaseemnetega	150					Banaan, Kiivi, Kõrvitsaseemned, mahl
	Pria pirn	80					
	Täistera rukkileib	20					1;11,2
OODE	Hautatud kartulid tomati ja sealihaga (mahe kartul)	150					Sealiha, Purustatud tomatid omas mahlas, Õli, Kartul, Porgand
	Piim, R 2,5%	150					2
	Jassi seemneleib	20					1;11,2
<b>NELJAPÄEV KOKKU :</b>		<b>1183</b>	<b>42,44</b>	<b>37,53</b>	<b>169,37</b>		
HS	Täisterakaerhelbepuder (mahe helbed)	200					1,2 Täisterakaerhelbed, Piim 2,5%
	Aedmarjamoos	10					
	Piim, R 2,5%	100					2
	Porgand (mahe)	70					
LS	Kana-lillkapsasupp (mahe kartul, porgand)	200					Õli, Kartul, Lillkapsas, Paprikasegu, Porgand, Sibul, Till, Kanaliha
	Kohupiimavorm	130					1,2;3 Manna, Hapukoor 20%, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Kohupiimapasta 3%, Muna
	Marjakaste	20					
	Kiivi	80					
	Rukkisepik	20					1;11,2
OODE	Tatar hakklihaga	150					Tatar, Hakkliha, Õli, Porgand, Sibul, Küüslauk, Petersell, Till
	Hibiskuse tee	100					
	Kanepiseemneleib rukkiteradega	20					1;11,2
<b>REEDE KOKKU :</b>		<b>1159</b>	<b>38,34</b>	<b>43,89</b>	<b>153,10</b>		
HS	Ahjuomlett (mahe munad)	100					2,3 Piim 2,5%, Muna, Õli
	Rukkileib ürdivõiga	30					1,2 Sidrunimahl, Kodu rukkileib, Väi 82%, Till värske
	Rosinad näksimiseks	15					
	Piim (mahe)	150					2
	Tomat	70					
LS	Porgandi-kikerherne kotlet (mahe porgand)	50					1 Jahu nisu, Õli, Kikerhermes, Porgand, Sibul, Küüslauk
	Koorekaste peterselliga	50					1,2 Jahu nisu, Kohvikoor 10%, Õli, Petersell
	Keedetud kartulid (mahe)	130					
	Peet	40					
	Värske kurk	40					
	Kastmevalik salatitele	5					10,2 Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk
	Seemne-pähklisegu	10					11,6
	Jõhvikasmuuti	150					2 Jõhvikas, Banaan, Maitsestatamata jogurt 2,5%
	Värske melon	80					
	Kodukandi rukkileib	30					1;11,2
OODE	Juurviljapüreesupp (mahe porgand, kartul)	150					2 Kohvikoor 10%, Õli, Kaalikas, Kapsas pea, Kartul, Porgand, Sibul
	Rõstitud sepikukuubikud	10					1,2
	Rehe rukkivormileib	30					1;11,2
<b>NÄDALA KESKMINNE KOKKU :</b>		<b>1183</b>	<b>40,78</b>	<b>40,58</b>	<b>164,42</b>		

Tartu Karlova Lasteaed menüü 25.11-29.11.2024 lasteaija nooremale rühmale 3-5 aastastele		Valmistidukaal	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
<b>ESMASPÄEV KOKKU :</b>		<b>1174</b>	<b>34,88</b>	<b>35,71</b>	<b>179,48</b>		
HS	Odrahelbepuder (mahe helbed)	200					1;2 Odrahelbed, Piim 2,5%
	Kirss	20					
	Pria piim (mahe)	100					2
	Pria kurk	70					
LS	Värskekapsasupp kalkunilihaga (mahe kartul, porgand)	200					Kalkuniliha , Õli, Kapsas pea, Kartul, Petersell, värske, Porgand, Sibul, Till värske
	Maasika-joguridessert	130					2 Maasikas , Maitsestatamata jogurt 2,5%, Vahukoor 35%
	Pria õun (mahe)	80					
	Rukkisepik	30					1;11;2
OODE	Sealihapilaff	150					Riis sömer, Sealiha , Õli, Tomatipasta 28-30%, Porgand, Sibul
	Mustsõstra mahlajook	100					
	Jassi seemneleib	30					1;11;2
<b>TEISIPÄEV KOKKU :</b>		<b>1182</b>	<b>40,03</b>	<b>42,49</b>	<b>161,66</b>		
HS	Maisimannapuder (mahe piim)	200					2 Maisimanna, Piim 2,5%
	Aedmarjamoos	20					
	Pria piim, R 2.5 %	150					2
	Pria tomat	70					
LS	Hakkliha-köögivilja ahjuroog (mahe kartul)	200					2;3 Hakkliha , Piim 2,5%, Muna, Õli, Kaalikas, Kapsas pea, Kartul, Porgand, Sibul, Petersell
	Porgand (mahe)	40					
	Värske kurk	40					
	Seemne-pähklisegu	10					11;6
	Kastmevalik salatitele	5					10;2 Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk
	Marja smuuti	150					Marjasegu , Banaan
	Rosinad näksimiseks	15					
	Kivi	80					
OODE	Täistera rukkileib	30					1;11;2
	Kõrvitsapüreesupp kanalihaga (mahe kartul)	150					Kanaliha, Õli, Ingver värske, Kartul, Kõrvits, Porgand, Sibul, Küüslauk
	Rõstitud sepikukuubikud	10					1;2
	Kanepiseemneleib rukkiteradega	30					1;11;2
<b>KOLMAPÄEV KOKKU :</b>		<b>1191</b>	<b>41,28</b>	<b>36,49</b>	<b>177,09</b>		
HS	Rukkibelbepuder (mahe helbed)	200					1;2 Rukkibelbed, Piim 2,5%
	Jõhvikapüree	20					
	Piim, R 2,5%	100					2
	Kaalikas	70					
LS	Lääsesupp sulajuustuga (mahe läätsed)	200					2 Apelsin, Läätsed punased, Juust sulatatud, Õli, Porgand, Sibul, Petersell
	Kakao-kohupiimakreem	130					2 Kakaopulber, Kohupiimapasta 3%, Vahukoor 35%
	Mustsõstra toomsoos	20					
	Banaan (mahe)	80					
	Täisterasepik	30					1;11;2
OODE	Kuskuss köögiviljadega (mahe porgand)	150					1 Kuskuss pärt, Õli, Rohelised herved , Magusad maisiterad , Petersell, värske, Porgand, Sibul
	Õuna mahlajook (mahe õunamahl)	100					
	Kodukandi rukkileib	20					1;11;2
<b>NELJAPÄEV KOKKU :</b>		<b>1201</b>	<b>43,01</b>	<b>45,23</b>	<b>156,55</b>		
HS	Piima - täisterakaerahelbesupp (mahe kaerahelbed)	200					1;2 Täisterakaerahelbed, Piim 2,5%
	Rukkileib ahjukalaga	30					1;2 Kodu rukkileib, Väi 82%, Sidrunimahl, Lõhefilee, terve lõhe, jahutatud, Õli
	Värske paprika	70					
	Ahjusealiha	50					Sealiha, Õli
LS	Valge kaste maitserohelisega (mahe piim)	50					1;2 Jahu nisu, Väi 82%, Piim 2,5%, Õli, Petersell, Till
	Keedetud täisterariis	130					
	Tomat	40					
	Värske kapsas	40					
	Kastmevalik salatitele	5					10;2 Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk
	Seemne-pähklisegu	5					11;6
	Kaneeli-õuna smuuti	150					2 Banaan, Õun, Maitsestatamata jogurt 2,5%
	Rosinad näksimiseks	15					
	Pirn	80					
	Rehe rukkivormileib	30					1;11;2
OODE	Kartuli - porgandipuder (mahe kartul, mahe porgand)	150					2 Väi 82%, Piim 2,5%, Kartul, Porgand
	Hapukoor, R 20 %	10					2
	Piim (mahe)	150					2
	Jassi seemneleib	30					1;11;2
<b>REEDE KOKKU :</b>		<b>1184</b>	<b>43,25</b>	<b>48,34</b>	<b>144,37</b>		
HS	Omlett tomatiga	130					2;3 Piim 2,5%, Muna, Õli, Tomat
	Rosinad näksimiseks	15					
	Võileib lihaga	30					1;2 Väi 82%, Kodu rukkileib, Sealiha, Porgand, Sibul
	Piim (mahe)	100					2
	Nuikapsas	70					
LS	Kalassupp poola moodi	200					4 Heigifilee nahata, Punane kala , Õli, Kartul, Paprikasegu , Porgand, Porrulauk, Küüslauk, Petersell
	Rabarberikook	100					1;3 Rabarber, Jahu nisu, Tärglis kartuli, Jahu Kaera, Muna, Õli
	Värske melon	80					
	Kanepiseemneleib rukkiteradega	30					1;11;2
OODE	Pasta veisehakklihaga (mahe pasta, mahe veisehakkliha)	150					1;2 Veisehakkliha, Riivjuust 23%, Õli, Sibul, Küüslauk, Pasta spagetid
	Piparmündi tee	100					
	Täistera rukkileib	30					1;11;2
<b>NÄDALA KESKMINE KOKKU:</b>		<b>1186</b>	<b>40,49</b>	<b>41,65</b>	<b>163,83</b>		