

| Tartu Karlova Lasteaed menüü 10.06-14.06.2024 lasteaia nooremale rühmale 3-5 aastastele | | Valmis toidu kaal, | Toiduenergia, kcal | Valgud, grammi | Rasvad, grammi | Süsivesikud , grammi | Allergeen | Koostisosad |
|--|---|--------------------------|-----------------------|-------------------|-------------------|----------------------------|-----------|---|
| ESMASPÄEV KOKKU : | | 1185 | 30,14 | 44,07 | 167,76 | | | |
| HS | Rukkihelbepuder, mahe rukkihelbed | 200 | | | | | 1;2 | Rukkihelbed,piim R 2,5% |
| | Kirss | 20 | | | | | | |
| LS | Pria piim, mahe | 100 | | | | | 2 | |
| | Pria kurk | 70 | | | | | | |
| LS | Tomati - läätse supp, mahe kartul | 200 | | | | | | Kartul, sibul, porgand, läätsed, küüslauk, paprika, purustatud tomatid |
| | Hapukoor, R 20 % | 10 | | | | | 2 | |
| | Maasika-jogurtidessert | 130 | | | | | 2 | Maasikad, m/a jogurt R 2,5 %, vahukoor R 35% |
| | Pria piim | 80 | | | | | | |
| OODE | Kaerasepik | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| | Kartulivormiroog, mahe kartul | 150 | | | | | 10;2;3 | Sibul, paprika, spinat, kartul, muna, maisestamata jogurt R 2,5 %, riivjuust R 23 % |
| | Õuna mahlajook, mahe õunamahl | 100 | | | | | | |
| | Rehe rukkivormileib | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| TEISPÄEV KOKKU : | | 1156 | 46,27 | 33,11 | 171,39 | | | |
| HS | Odrahelbepuder, mahe odrahelbed, mahe piim | 200 | | | | | 1;2 | Odrahelbed, Piim R 2,5% |
| | Aedmarjamoos | 10 | | | | | | |
| | Pria piim, R 2.5 % | 150 | | | | | 2 | |
| | Pria tomat | 70 | | | | | | |
| LS | Hautatud kalkuniliihatükid | 50 | | | | | | Kalkuniliha, sibul, küüslauk |
| | Koorekaste peterselliga | 50 | | | | | 1;2 | Kohvikoor R 10%, nisujahu, petersell |
| | Keedetud tatar | 130 | | | | | | |
| | Hiinakapsas | 40 | | | | | | |
| | Värske kurk | 40 | | | | | | |
| | Seemne-pähklisegu | 10 | | | | | 11;6 | |
| | Ahjuõunasmuut | 150 | | | | | 2 | m/a jogurt R 2,5 %, keefir R 2,5 %, õun |
| | Melon | 80 | | | | | | |
| OODE | Jassi seemneleib | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| | Koorene sealihasepp, mahe kartul | 150 | | | | | 2 | Sealiha, porgand, sibul, kartul, porrulauk, kohvikoor R 10% |
| | Täisterasepik | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| KOLMAPÄEV KOKKU : | | 1158 | 39,24 | 43,58 | 151,60 | | | |
| HS | Keedetud muna, mahe munad | 40 | | | | | 3 | |
| | Sepik ürdivõiga | 60 | | | | | 1;2 | |
| | Pria piim, R 2.5 % | 100 | | | | | 2 | |
| | Pria kaalikas | 70 | | | | | | |
| LS | Oasupp veiselihaga, mahe kartul | 200 | | | | | 1;9 | Veiseliha, odrakruup, uba, kartul, porgand, sibul, küüslauk, seller |
| | Kohupiimamaius marjade ja kaerahelvestega | 150 | | | | | 1;2 | m/a jogurt R 2,5 %, kohupiim R 5 %, banaan, marjasegu, täisterakaerahelbed |
| | Pria õun | 80 | | | | | | |
| | Kaerasepik | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| OODE | Makaronid kanahakklihaga, mahe pasta | 150 | | | | | 1 | Pasta, kanahakkliha, sibul, porgand |
| | Mustõstra mahlajook | 100 | | | | | | |
| | Kodukandi rukkileib | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| NELJAPÄEV KOKKU : | | 1192 | 41,12 | 46,68 | 154,37 | | | |
| HS | Piima - kaheksaviljasupp | 200 | | | | | 1;2 | Kaheksaviljahelbed, Piim R2,5% |
| | Rukkileib toorjuustuga | 30 | | | | | 1;2 | |
| | Pria porgand | 70 | | | | | | |
| LS | Kartuli ja lillkapsaröög sealihaga, mahe kartul | 200 | | | | | | Sealiha, kartul, lillkapsas, sibul, porgand, petersell |
| | Valge redis | 40 | | | | | | |
| | Peet | 40 | | | | | | |
| | Seemne-pähklisegu | 10 | | | | | 11;6 | |
| | Mustõstra-kirsikissell | 150 | | | | | | Mustõstar, kirss, tärklis |
| | Banaan | 80 | | | | | | |
| OODE | Rukkiseppik | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| | Omlett basiilikuga, mahe munad | 130 | | | | | 2;3 | Muna, piim R 2,5 %, basiilik |
| | Pria piim, mahe piim | 150 | | | | | 2 | |
| | Kanepiseemneleib rukkiteradega | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| REEDE KOKKU : | | 1152 | 31,76 | 33,99 | 180,97 | | | |
| HS | Riisipuder | 200 | | | | | 2 | Riis, Piim R 2,5% |
| | Aedmarjamoos | 10 | | | | | | |
| | Pria piim, mahe piim | 100 | | | | | 2 | |
| | Pria kapsas | 70 | | | | | | |
| LS | Koorene lõhesupp, mahe kartul | 200 | | | | | 2;4 | Lõhe, kohvikoor R 10%, brokoli, porgand, kartul, sibul, till |
| | Rabarberikook | 90 | | | | | 1;2;3 | Muna, piim R 2,5 %, nisujahu, rabarber |
| | Arbuus | 80 | | | | | | |
| | Kodukandi rukkileib | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| OODE | Kuskuss köögiviljadega | 90 | | | | | 1 | Päril kuskus, sibul, mais, porgand, hernes, petersell |
| | Hibiskuse tee | 100 | | | | | | |
| | Rehe rukkivormileib | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| NÄDALA KESKMINNE KOKKU: | | 1169 | 37,71 | 40,29 | 165,22 | | | |

| Tartu Karlova Lasteaed menüü 17.06-21.06.2024 lasteaija nooremale rühmale 3-5 aastastele | | Valmis bidu keed | Toidu- ergia, keed | Valgud, grammi | Rasvad, grammi | Süsivesikud , grammi | Allergeen | Koostisosad |
|---|--|------------------------|--------------------------|-------------------|-------------------|-------------------------|-----------|--|
| ESMASPÄEV KOKKU : | | 1170 | 46,20 | 32,63 | 173,11 | | | |
| HS | Täisterakaerahelbepuder, mahe kaerahelbed | 200 | | | | | 1;2 | Täisterakaerahelbed, piim R 2,5% |
| | Maasikas | 20 | | | | | | |
| LS | Pria piim, mahe piim | 150 | | | | | 2 | |
| | Pria kurk | 70 | | | | | | |
| LS | Hautatud sealihatükid | 50 | | | | | | Sealiha, sibul, küüslauk |
| | Valge kaste maitserohelisega | 50 | | | | | 1;2 | Piim R2,5, nisujahu, või R82%, till, petersell |
| | Keedetud pasta, mahe pasta | 130 | | | | | 1;3 | |
| | Peet | 40 | | | | | | |
| | Värske paprika | 40 | | | | | | |
| | Seemne-pähklisegu | 5 | | | | | 11;6 | |
| | Marja-keefirikokteil, mahe keefir | 150 | | | | | 2 | Marjasegu, keefir R 2,5 % |
| | Pria piim | 80 | | | | | | |
| | Jassi seemneleib | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| | Piima - lõuna - eesti tangusupp | 150 | | | | | 1;2 | Lõuna-eesi tang, Piim R 2,5% |
| OODI | Rukkisepik | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| TEISPÄEV KOKKU : | | 1171 | 33,38 | 46,76 | 153,46 | | | |
| HS | Tatrahelbepuder, mahe piim | 200 | | | | | 1;2 | Rukkiselbed, piim R 2,5% |
| | Kodujuust | 30 | | | | | | |
| LS | Pria piim, R 2.5 % | 100 | | | | | 2 | |
| | Pria porgand | 70 | | | | | | |
| LS | Värskekapsasupp kalkunilihaga, mahe kartul | 200 | | | | | | Porgand, sibul, kartul, kapsas, kalkuniliha, till, petersell |
| | Vaarikakook | 90 | | | | | 1;2 | Vaarikad, nisujahu, muna, või R 82 % |
| | Arbuus | 80 | | | | | | |
| OODI | Täisterasepik | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| | Azuu kartulitega, mahe kartul | 150 | | | | | | Sibul, kurk, tomatipasta 28-30%, petersell, kartul, uba |
| | Õuna mahlajook, mahe õunamahl | 100 | | | | | | |
| OODI | Kanepiseemneleib rukkiteradega | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| KOLMAPÄEV KOKKU : | | 1190 | 50,67 | 47,73 | 141,26 | | | |
| HS | Munapuder | 130 | | | | | 1;2;3 | Muna, Piim R 2,5%, nisujahu, till |
| | Sepik sulatatud juustuga | 30 | | | | | 1;2 | |
| LS | Pria piim, R 2.5 % | 150 | | | | | 2 | |
| | Pria kaalikas | 70 | | | | | | |
| LS | Ahjus küpsetatud punane kalafilee | 50 | | | | | 4 | Forell |
| | Koorekaste tilliga | 50 | | | | | 1;2 | Kohvikoor R 10%, nisujahu, till |
| | Keedetud riis, mahe riis | 130 | | | | | | |
| | Värske kapsas | 40 | | | | | | |
| | Tomat | 40 | | | | | | |
| | Seemne-pähklisegu | 10 | | | | | 11;6 | |
| | Kirsi - jogurtismuut | 150 | | | | | 2 | Kirss, m/a jogurt R 2,5 % |
| | Pria õun | 80 | | | | | | |
| | Jassi seemneleib | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| | Sealiha - aedviljasupp, mahe kartul | 150 | | | | | | Porgand, kartul, kapsas, uba, sibul, sealiha |
| OODI | Kaerasepik | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| NELJAPÄEV KOKKU : | | 1179 | 38,74 | 36,29 | 173,29 | | | |
| HS | Viieviljapuder | 200 | | | | | 1;2 | Viieviljahelbed, Piim R2,5% |
| | Mustsõstra toormoos | 20 | | | | | | |
| LS | Pria piim, R 2.5 % | 100 | | | | | 2 | |
| | Pria paprika | 70 | | | | | | |
| LS | Kartuli-porrulaugu püreesupp kanalihaga, mahe kartul | 200 | | | | | 2 | Kartul, porrulauk, kanaliha, sibul, vahukoor R 35% |
| | Röstitud sepikukuubikud | 10 | | | | | 1;2 | |
| | Maasikatarretis | 130 | | | | | | Maasikas, toiduželatiin, õuna-kirsi mahl |
| | Vahukoor | 10 | | | | | 2 | |
| | Melon | 80 | | | | | | |
| | Rehe rukkivormileib | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| | Tatar hakklihaga, mahe veisehakkliha | 150 | | | | | | Hakkliha, porgand, sibul, küüslauk, petersell, tatar, till |
| OODI | Mustsõstra mahlajook | 100 | | | | | | |
| OODI | Täisterasepik | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| REEDE KOKKU : | | 1158 | 31,20 | 30,64 | 192,78 | | | |
| HS | Piima - hirsisupp | 200 | | | | | 2 | Hirss, Piim R2,5% |
| | Rukkileib ürdikohupiimaga | 30 | | | | | 1;2 | |
| LS | Pria valge redis | 70 | | | | | | |
| | Läätsepikkpoiss, mahe läätsed | 50 | | | | | 1 | Läätsed, riis, sibul, küüslauk, tomatipasta 28-30% |
| | Koorekaste peterselliga | 50 | | | | | 1;2 | Kohvikoor R 10%, nisujahu, petersell |
| | Keedetud kartulid, mahe kartul | 130 | | | | | | |
| | Porgand | 40 | | | | | | |
| | Kaalikas | 40 | | | | | | |
| | Seemne-pähklisegu | 5 | | | | | 11;6 | |
| | Jõhvika-õunakissell | 150 | | | | | | Jõhvikad, õun, tärklis |
| | Banaan | 80 | | | | | | |
| | Kodukandi rukkileib | 20 | | | | | 1;11;2 | |
| OODI | Kodune marjakook | 70 | | | | | 1;2;3 | Muna, piim R 2,5 %, nisujahu, marjasegu |
| OODI | Pria piim, mahe piim | 150 | | | | | 2 | |
| NÄDALA KESKMINNE KOKKU: | | 1174 | 40,04 | 38,81 | 166,78 | | | |

| Tartu Karlova Lasteaed menüü 25.06-28.06.2024 lasteaija nooremale rühmale 3-5 aastastele | | Valmis bidu kaal | Toiduenergia, kcal | Valgud, grammi | Rasvad, grammi | Süsivesikud , grammi | Allergeen | Koostisosad |
|---|--|------------------------|-----------------------|-------------------|-------------------|-------------------------|-----------|---|
| TEISIPÄEV KOKKU : | | 1166 | 33,24 | 36,82 | 178,77 | | | |
| HS | Neljaviijapuder, mahe neljavijahelbed | 200 | | | | | 1;2 | Neljaviijahelbed, piim R 2,5% |
| | Marjasegu | 20 | | | | | | |
| | Pria piim, mahe piim | 100 | | | | | 2 | |
| | Pria porgand | 70 | | | | | | |
| LS | Köögiviljasupp valgete ubadega, mahe kartul | 200 | | | | | | Sibul, porgand, porru, uba, kartul, till, petersell |
| | Kohupiimakreem | 130 | | | | | 2 | Kohupiimapasta R 3%, m/a jogurt R 2,5 % |
| | Aedmarjamoos | 20 | | | | | | |
| | Pria piim | 80 | | | | | | |
| | Kaerasepik | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| OODE | Mulgipuder, mahe kartul | 150 | | | | | 1;2 | Kartul, odrakruup, sibul, piim R 2,5 % |
| | Hapukoor, R 20 % | 10 | | | | | 2 | |
| | Mustõstra mahlajook | 150 | | | | | | |
| | Rehe rukkivormileib | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| KOLMAPÄEV KOKKU : | | 1154 | 49,14 | 41,39 | 145,63 | | | |
| HS | Omlett ürtidega | 130 | | | | | 2;3 | Muna, piim R 2,5 %, petersell, basiilik |
| | Sepik kanavõidega | 30 | | | | | 1;2 | |
| | Pria piim, R 2,5 % | 150 | | | | | 2 | |
| | Pria kurk | 70 | | | | | | |
| LS | Sealiharisoto, mahe riis | 200 | | | | | | Sealiha, sibul, porgand, hemed, paprika, mais, riis, küüslauk |
| | Jääkapsas | 40 | | | | | | |
| | Tomat | 40 | | | | | | |
| | Seemne-pähklisegu | 10 | | | | | 11;6 | |
| | Maasika jogurtkockteil | 150 | | | | | 2 | Maasikad, m/a jogurt R 2,5 % |
| | Pria õun | 80 | | | | | | |
| | Täisterasepik | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| OODE | Kreemine püreesupp kalkunilihaga, mahe kartul | 150 | | | | | 2 | Kartul, porgand, lillkapsas, toorjuust R 22%, kalkuniliha |
| | Rõstitud sepikuuubikud | 10 | | | | | 1;2 | |
| | Kodukandi rukkileib | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| NELJAPÄEV KOKKU : | | 1164 | 43,64 | 28,93 | 183,84 | | | |
| HS | Rukkihelbepuder, mahe rukkihelbed | 200 | | | | | 1;2 | Rukkihelbed, Piim R2,5% |
| | Jõhvikapüree | 20 | | | | | | |
| | Pria piim, R 2,5 % | 100 | | | | | 2 | |
| | Pria kapsas | 70 | | | | | | |
| LS | Kalassupp tomatiga, mahe kartul | 200 | | | | | 4 | Kartul, porgand, porrulauk, sibul, meriahvenafilee, tomat, till |
| | Marjane sepikuvorm | 100 | | | | | 1;2;3 | sepik, marjasegu, piim R 2,5 %, muna, või R 82 % |
| | Piim, R 2,5% | 50 | | | | | 2 | |
| | Melon | 80 | | | | | | |
| | Kaerasepik | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| OODE | Kanapasta, mahe pasta | 150 | | | | | 1 | Pasta, kanaliha, porgand, küüslauk, petersell, paprika |
| | Õuna mahlajook, mahe õunamahl | 150 | | | | | | |
| | Jassi seemneleib | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| REEDE KOKKU : | | 1149 | 42,98 | 45,30 | 145,27 | | | |
| HS | Piima- tatarasupp | 200 | | | | | 2 | Tatar, Piim R2,5% |
| | Rukkileib ahjukalaga | 30 | | | | | 1;2 | |
| | Pria tomat | 70 | | | | | | |
| LS | Hakklihapall veisehakklihast, mahe veisehakkliha | 50 | | | | | 1;3 | Sepik, riivsa, veisehakkliha, muna, sibul, küüslauk |
| | Koorekaste tilliga | 50 | | | | | 1;2 | Kohvikoor R 10%, nisujahu, till |
| | Keedetud kartulid, mahe kartul | 130 | | | | | | |
| | Peet | 40 | | | | | | |
| | Valge redis | 40 | | | | | | |
| | Seemne-pähklisegu | 10 | | | | | 11;6 | |
| | Jõhvikakissell | 150 | | | | | | Jõhvikad, tärkliis |
| | Värske arbuus | 80 | | | | | | |
| | Kanepiseemneleib rukkiteradega | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| | Ahjupirukas brokoli-juustukattega | 80 | | | | | 1;2;3 | Keefir R 2,5 %, nisujahu, muna, riivjuust R 23%, brokoli, sibul |
| Pria piim, mahe piim | 150 | | | | | 2 | | |
| NÄDALA KESKMIINE KOKKU: | | 1158 | 42,25 | 38,11 | 163,38 | | | |