

Tartu Karlova Lasteaed menüü 07.10-11.10.2024 lasteaia keskmisele rühmale 5-6 aastastele		Valmis toidu kaal,	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
ESMASPÄEV KOKKU :		1380	48,22	46,84	192,47		
HS	Maisimannapuder	250				2	Maisimanna, Piim 2,5%
	Maasikas	30					
	Pria piim (mahe)	100				2	
	Pria kurk	70					
LS	Hautatud kalkunilihatükid	60					Kalkuniliha kuubik, Õli, Sibul, Küüslauk
	Valge kaste maitserohelisega (mahe piim)	50				1;2	Jahu nisu, Või 82%, Piim 2,5%, Õli, Petersell, Till
	Keedetud riis (mahe)	150					
	Tomat	40					
	Hiinakapsas	40					
	Seemne-pähklisegu	5				11;6	
	Salatikaste	5				10;2	Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värsked, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk
	Banaani-mango jogurtikokteil	150				2	Banaan, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Mango
	Pria õun (mahe)	80					
	Kodukandi rukkileib	30				1;11;2	
OODE	Omlätt ürtidega (mahe piim)	150				2;3	Piim 2,5%, Muna, Õli, Petersell, värsked, Basiilik lahtine
	Rosinad näksimiseks	25					
	Mustõstra mahlajook (mahe)	100					
	Rukkiseplik	30				1;11;2	
TEISIPÄEV KOKKU :		1395	56,66	54,67	170,37		
HS	Tatrahelbepuder (mahe piim)	300				2	Tatrahelbed, Piim 2,5%
	Kodujuust R5%	30				2	Kodujuust 5%
	Pria piim, R 2.5 %	100				2	
	Pria porgand (mahe)	70					
LS	Kanasupp	250					Broileri kuubikud, Õli, Kartul, Porgand, Porrulauk, Sibul, Petersell, Till
	Kohupiimamais marjade ja kaerahelvestega	180				1;2	Marjasegu, Banaan, Täisterakaerahelbed, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Kohupiimapasta 3%
	Värsked melon	80					
	Kaeraseplik	30				1;11;2	
OODE	Makaroniroog juustuga (mahe pasta)	200				1;2;3	Pasta, Piim 2,5%, Riiujuust 23%, Muna, Õli
	Õuna mahlajook (mahe õunamahla)	100					
	Rehe rukkivormileib	30				1;11;2	
KOLMAPÄEV KOKKU :		1377	50,45	40,48	209,61		
HS	Täisterakaerahelbepuder (mahe helbed)	250				1;2	Täisterakaerahelbed, Piim 2,5%
	Aedmarjamoos	20					
	Pria piim, R 2.5 %	150				2	
	Pria paprika	70					
LS	Ahjus küpsetatud punane kalafilee	60				4	Sidrunimahl, Forellifilee, Õli
	Koorekaste tilliga	50				1;2	Jahu nisu, Kohvikoor 10%, Õli, Till
	Keedetud kartulid (mahe)	150					
	Porgand (mahe)	40					
	Kaalikas	40					
	Seemne-pähklisegu	5				11;6	
	Salatikaste	5				10;2	Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värsked, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk
	Kolmemarja smuuti	150					Mahl, Maasikas, Mustõstar, Vaarikad
	Pria pirn	80					
	Rosinad näksimiseks	25					
OODE	Kanepiseemneleib rukkiteradega	30				1;11;2	
	Koorene sealihasupp (mahe kartul, porgand)	200				2	Sealiha kuubikud, Kohvikoor 10%, Õli, Kartul, Porgand, Porrulauk, Sibul
	Täisteraseplik	30				1;11;2	
	NELJAPÄEV KOKKU :		1379	53,20	50,86	179,15	
HS	Munapuder	180				1;2;3	Jahu nisu, Piim 2,5%, Muna, Õli, Till värsked
	Rukkileib juustuvõiga	30				1;2	Kodu rukkileib, Või 82%, Riiujuust 23%
	Pria piim, R 2.5 %	100				2	
	Pria kaalikas	70					
LS	Oasupp veiselihaga (mahe porgand, mahe kartul)	250				1;9	Odrakruup, Punane uba, Veiseliha kuubik, Õli, Kartul, Porgand, Seller juur, Sibul, Küüslauk
	Puuviljasalat	180					Marjasegu, Melon, Pirn, Õun
	Vaniijekaste	20				2	Tärklis maisi, Piim 2,5%
	Banaan	80					
	Kaeraseplik	30				1;11;2	
	Kalkuni - kartuliroog (mahe kartul)	250					Kalkuniliha kuubik, Õli, Kartul, Porgand, Sibul, Till
OODE	Rosinad näksimiseks	30					
	Mustõstra mahlajook	100					
	Rehe rukkivormileib	30				1;11;2	
	REEDE KOKKU :		1393	33,31	40,71	229,26	
HS	Piima - neljaviljasupp (mahe helbed)	250				1;2	4- viljahelbed pudrule, Piim 2,5%
	Võiseplik värsked tomatiga	30				1;2	Südameseplik, Või 82%, Tomat
	Pria kapsas	70					
LS	Köögiljarisoto (mahe riis, porgand)	250					Riis, Õli, Rohelised herned, Magusad maisiterad, Paprikasegu, Porgand, Sibul
	Peet	40					
	Värsked kurk	40					
	Seemne-pähklisegu	5				11;6	
	Salatikaste	5				10;2	Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värsked, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk
	Maasikakissell	150					Maasikas, Tärklis kartuli
	Pria ploom	80					
	Kodukandi rukkileib	30				1;11;2	
OODE	Marja - rukkikook (mahe rukkijahu)	100				1;2;3	Marjasegu, Jahu nisu, Jahu rukki, Piim 2,5%, Muna, Õli
	Pria piim (mahe)	150				2	
NÄDALA KESKMINNE KOKKU:		1385	48,37	46,71	196,17		

Tartu Karlova Lasteaed menüü 14.10-18.10.2024 lasteaias keskmisele rühmale 5-6 aastastele		Valmistatud kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
ESMASPÄEV KOKKU :			1398	46,93	46,66	198,98	
HS	Odrahelbepuder (mahe helbed)	250					1,2 Odrahelbed, Piim 2,5%
	Marjasegu	30					
	Pria piim (mahe)	100					2
	Pria kurk	70					
LS	Värskekapsasupp sealihaga (mahe kartul)	250					Sealiha , Õli, Kapsas pea, Kartul, Petersell, värske, Porgand, Sibul, Till värske
	Maasika-jogurtidessert	120					2 Maasikas , Maitsestatamata jogurt 2,5%, Vahukoor 35%
	Pria piim	80					
	Kaerasepik	30					1;11;2
OODE	Makaronid kalkunilihaga (mahe pasta)	200					1 Pasta , Kalkuniliha kuubik, Õli, Porgand, Sibul
	Õuna mahlajook (mahe õunamahl)	100					
	Rehe rukkivormileib	30					1;11;2
TEISIPÄEV KOKKU :			1390	43,31	48,31	197,08	
HS	Rukkihelbepuder (mahe helbed)	250					1,2 Rukkihelbed, Piim 2,5%
	Aedmarjamoos	20					
	Pria piim, R 2.5 %	150					2
	Pria nuikapsas	70					
LS	Veiselihapallike (mahe veisehakkliha)	60					1;3 Sūdamesepik, Jahu riisi, Veisehakkliha, Muna, Sibul, Kūūslauk
	Koorekaste tilliga	50					1;2 Jahu nisu, Kohvikoor 10%, Õli, Till
	Keedetud läästerariis	150					
	Porgand (mahe)	40					
	Valge redis	40					
	Seemne-pähklisegu	10					11;6
	Salatikaste	5					10;2 Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Kūūslauk
	Ahjuõunasmuut	150					2 Õun, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Keefir 2,5%
	Värske melon	80					
	Jassi seemneleib	30					1;11;2
OODE	Peedisupp (mahe kartul)	250					Sidrun, Õli, Tomatipasta 28-30%, Kartul, Peetkeedetud, Porgand, Sibul
	Hapukoor, R 20 %	10					2
	Täisterasepik	30					1;11;2
KOLMAPÄEV KOKKU :			1393	42,11	41,55	213,61	
HS	Omllett (mahe piim)	160					2;3 Piim 2,5%, Muna, Õli
	Sepik ürditoorjuustuga	30					1;2 Sidrunimahl, Sūdamesepik, Toorjuust 22%, Till värske
	Rosinad näksimiseks	30					
	Pria piim, R 2.5 %	100					2
	Pria porgand (mahe)	70					
LS	Lääste-köögiviljapüreesupp (mahe läätsed, porgand)	250					2 Läätsed punased, Vahukoor 35%, Õli, Lillkapsas , Porgand, Sibul, Kūūslauk
	Röstitud sepikukuubikud	20					1;2
	Marja- rukkivaht (mahe rukkijahu)	100					1 Marjasegu , Jahu rukki
	Piim, R 2,5%	50					2
	Banaan	80					
	Kodukandi rukkileib	30					1;11;2
OODE	Tatrapuder	200					
	Hapukoor, R 20 %	10					2
	Puuvilja mahlajook	100					
	Kanepiseemneleib rukkiteradega	30					1;11;2
NELJAPÄEV KOKKU :			1410	51,10	43,85	205,35	
HS	Piima - hirsisupp (mahe piim)	250					2 Hirss, Piim 2,5%
	Võileib lihaga	30					1;2 Või 82%, Kodu rukkileib, Sealiha, Porgand, Sibul
	Pria paprika	70					
LS	Karrine kanakaste	150					2 Tärkliis maisi, Broileri kuubikud, Toidukoor 20 %, Õli, Porgand, Sibul
	Keedetud pärl kuskuss	150					1
	Värske kapsas	40					
	Tomat	40					
	Seemne-pähklisegu	5					11;6
	Salatikaste	10					10;2 Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Kūūslauk
	Jõhvikakissell	150					Jõhvikas , Tärkliis kartuli
	Pria õun (mahe)	80					
Rukkiseepik	30					1;11;2	
OODE	Kartulivormiroog (mahe kartul)	200					10;2;3 Maitsestatamata jogurt 2,5%, Riivjuust 23%, Muna, Sinep magus, Paprika punane, Sibul, Spinat, purustatud, Kartul
	Pria piim (mahe)	150					2
	Rehe rukkivormileib	30					1;11;2
REEDE KOKKU :			1383	48,93	56,80	170,99	
HS	Kaheksaviljapuder	250					1,2 8- viljahelbed pudrule, Piim 2,5%
	Aedmarjamoos	20					
	Pria piim (mahe)	100					2
	Pria kaalikas	70					
LS	Koorene kalasupp (mahe kartul, porgand)	250					2;4 Sidrunimahl, Heigifilee nahata, Vahukoor 35%, Õli, Kartul, Porgand, Porrulauk, Sibul, Till
	Õuna-kõrvitsakook (mahe keefir, õun)	120					1;2;3 Õun, Jahu nisu, Kõrvitsaseemned, Jahu Kaera, Keefir 2,5%, Muna, Õli, Kõrvits
	Pria ploom	80					
	Kodukandi rukkileib	30					1;11;2
	Kruubiroog sealiha ja köögiviljadega (mahe porgand)	200					1 Odrakruup, Sealiha , Õli, Magusad maisiterad , Paprikasegu , Porgand, Sibul
OODE	Õuna mahlajook (mahe õunamahl)	100					
	Jassi seemneleib	30					1;11;2
NÄDALA KESKMIINE KOKKU:			1395	46,48	47,43	197,2	

Tartu Karlova Lasteaed menüü 21.10-25.10.2024 lasteaja keskmisele rühmale 5-6 aastastele		Valmistatud kaal, grammi	Toiduväärtus, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen	
ESMASPÄEV KOKKU :		1379	50,75	43,10	201,63			
HS	Täisterakaerahelbepuder (mahe helbed)	250					1;2	Täisterakaerahelbed, Piim 2,5%
	Kirss	30						
LS	Pria piim (mahe)	100					2	
	Pria kurk	70						
	Hautatud kanalihatükid	60						Broileri kuubikud, Õli, Sibul
	Valge kaste maitserohelisega	50					1;2	Jahu nisu, Väi 82%, Piim 2,5%, Õli, Petersell, Till
	Keedetud kartulid (mahe)	150						
	Porgand (mahe)	40						
	Värske paprika	40						
	Seemne-pähklisegu	10					11;6	
	Salatikaste	10					10;2	Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk
	Maasika-keefirikokteil (mahe keefir)	150					2	Maasikas, Keefir 2,5%
OODE	Pria õun (mahe)	80						
	Rehe rukkivormileib	30					1;11;2	
	Piima-riisipupp	250					2	Ris pudru, Piim 2,5%
Rukkisepik	30					1;11;2		
TEISIPÄEV KOKKU :		1376	54,83	39,98	200,67			
HS	Hirspuder (mahe piim)	250					2	Hirss, Piim 2,5%
	Aedmarjamoos	20						
LS	Pria piim, R 2,5 %	100					2	
	Pria tomat	70						
	Hakklihasupp (mahe veisehakkliha, mahe kartul)	250						Veisehakkliha, Rohelised herned, Kapsas pea, Kartul, Porgand, Sibul
	Mõnus kohupiimakreem	150					2	Mustõstar, Vaarikad, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Kohupiimapasta 3%, Vahukoor 35%
OODE	Värske melon	80						
	Täisterasepik	30					1;11;2	
	Tatarroog sealihaga (mahe porgand)	250						Sea abaliha, Õli, Porgand, Sibul, Küüslauk, Petersell, Tatar
	Rõstitud suvikõrvits	20						Õli, Suvikõrvits, tsukini
	Õuna mahlajook (mahe õunamahl)	100						
Kanepiseemneleib rukkiteradega	30					1;11;2		
KOLMAPÄEV KOKKU :		1416	49,75	44,97	202,84			
HS	Piima - rukkihelbesupp (mahe helbed)	250					1;2	Rukkihelbed, Piim 2,5%
	Rukkivõileib värske tomatiga	30					1;2	Kodu rukkileib, Väi 82%, Tomat
LS	Pria kapsas	70						
	Kala pikkpoiss	60					1;11;2;3;4	Õnne sepik, Eesti pagar, Punase kala hakkliha, Valge kala hakkliha, Muna, Õli, Sibul, Kõrvitsaseemned, Linaseemned, Päevalilleseemned, Seesamiseemned valged
	Valge kaste maitserohelisega (mahe piim)	50					1;2	Jahu nisu, Väi 82%, Piim 2,5%, Õli, Petersell, Till
	Keedetud riis (mahe)	150						
	Valge redis	40						
	Värske kurk	40						
	Salatikaste	5					10;2	Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk
	Seemne-pähklisegu	5					11;6	
	Kirsikissell	150						Kirss, Tärklis kartuli
	Pria piim	80						
OODE	Kaerasepik	30					1;11;2	
	Makaronid kanaga (mahe pasta, porgand)	250					1	Pasta, Broileri kuubikud, Õli, Porgand, Sibul
	Pria piim, R 2,5 %	150					2	
Jassi seemneleib	30					1;11;2		
NELJAPÄEV KOKKU :		1376	41,67	42,52	207,48			
HS	Ordamannapuder (mahe odramanna)	250					1;2	Odranna, Piim 2,5%
	Aedmarjamoos	30						
LS	Pria piim, R 2,5 %	100					2	
	Pria porgand (mahe)	70						
	Kalkuni - aedviljasupp (mahe kartul, porgand)	250						Kalkuniliha, Õli, Kapsas pea, Kartul, Porgand, Sibul, Uba roheline
	Marjane sepikuvorm	100					1;2;3	Marjasegu, Sepik, Väi 82%, Piim 2,5%, Muna
OODE	Piim, R 2,5%	50					2	
	Pria ploom	80						
	Rehe rukkivormileib	30					1;11;2	
	Ühepajatoit veisehakklihaga (mahe veisehakkliha, mahe kartul)	200						Veisehakkliha, Õli, Kaalikas, Kapsas pea, Kartul, Porgand
	Mustõstra mahlajook	100						
Täisterasepik	30					1;11;2		
REEDE KOKKU :		1370	41,20	46,10	200,10			
HS	Omlett spinatiga (mahe piim)	130					2;3	Piim 2,5%, Muna, Õli, Spinat, purustatud
	Rosinad näksimiseks	30						
LS	Võisepik värske kurgiga	30					1;2	Südamesepik, Väi 82%, Kurk värske
	Pria piim (mahe)	150					2	
	Pria kaalikas	70						
	Maisi- oadkottlet	60					3	Jahu maisi, Muna, Õli, Punane aeduba, Magusad maisiterad
	Koorekaste tilliga	50					1;2	Jahu nisu, Kohvikoor 10%, Õli, Till
	Keedetud tatar	150						
	Hiinakapsas	40						
	Tomat	40						
	Salatikaste	5					10;2	Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk
	Seemne-pähklisegu	5					11;6	
OODE	Kaneeli-õuna smuutid (mahe õun)	150					2	Banaan, Õun, Maitsestatamata jogurt 2,5%
	Banaan	80						
	Kodukandi rukkileib	30					1;11;2	
	Bataadijüreesupp (mahe kartul, porgand)	200					2	Kohvikoor 10%, Õli, Bataat, Kartul, Porgand, Sibul, Küüslauk
	Rõstitud sepikukuubikud	10					1;2	
Kanepiseemneleib rukkiteradega	30					1;11;2		
NÄDALA KESKMINNE KOKKU :		1384	47,64	43,33	202,54			

Tartu Karlova Lasteaed menüü 28.10-01.11.2024 lasteaias keskmisele rühmale 5-6 aastastele		Valmistatud kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
ESMASPÄEV KOKKU :		1405	35,42	42,88	223,99		
HS	Nisuhelbepuder (mahe helbed)	250					1;2 Nisuhelbed, Piim 2,5%
	Maasikas	30					
	Rosinad näksimiseks	30					
	Pria piim (mahe)	100				2	
	Pria porgand (mahe)	70					
LS	Köögiviljasupp kikerhernestega (mahe kartul, porgand)	250					Õli, Kikerhernes, Kartul, Porgand, Porrulauk, Sibul, Petersell, Till
	Kirsi - jogurtidessert	150				2	Kirss, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Kohupiimapasta 3%
	Pria piim	80					
	Kaerasepik	30				1;11;2	
OODE	Mulgipuder (mahe kartul, piim)	250				1;2	Odrakruup, Piim 2,5%, Õli, Kartul, Sibul
	Hapukoor, R 20 %	10				2	
	Mustsõstra mahlajook (mahe)	100					
	Rehe rukkivormileib	30				1;11;2	
TEISIPÄEV KOKKU :		1392	54,37	55,07	169,69		
HS	Piima - täisterakaerahelbesupp (mahe helbed)	250				1;2	Täisterakaerahelbed, Piim 2,5%
	Rukkivõileib sulatatud juustuga	30				1;2	Kodu rukkileib, Või 82%, Juust sulatatud
	Pria nuikapsas	70					
LS	Hautatud sealihatükid	60					Sea abalha, Õli, Küüslauk, Sibul
	Koorekaste peterselliga	50				1;2	Jahu nisu, Kohvikoor 10%, Õli, Petersell
	Keedetud täisterapasta (mahe pasta)	150				1;3	
	Peet	40					
	Värske kurk	40					
	Seemne-pähklisegu	5				11;6	
	Salatikaste	5				10;2	Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk
	Kaneeli-õuna smuuti	150				2	Banaan, Õun, Maitsestatamata jogurt 2,5%
OODE	Pria ploom	80					
	Täisterasepik	30				1;11;2	
	Riisiroog hakklihaga (mahe riis, porgand)	200				2	Hakkliha, Õli, Kaalikas, Paprikasegu, Porgand, Sibul, Till värske, Riis sömer
	Pria piim, R 2.5 %	150					
Kodukandi rukkileib	30				1;11;2		
KOLMAPÄEV KOKKU :		1416	46,29	43,99	210,52		
HS	Keedetud muna (mahe muna)	40				3	Muna
	Võisepik värske tomatiga	60				1;2	Südamesepik, Või 82%, Tomat
	Pria piim, R 2.5 %	100				2	
	Pria kaalikas	70					
LS	Koorene lõhesupp (mahe kartul, porgand)	250				2;4	Sidrun, Lõhe filee, Kohvikoor 10%, Õli, Brokoli, Kartul, Porgand, Sibul, Till
	Pirniaia kook (mahe muna)	120				1;2;3	Pirn, Jahu nisu, Manna, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Muna, Õli
	Banaan	80					
	Kaerasepik	30				1;11;2	
OODE	Kuskuss kalkunilihaga (mahe porgand)	200				1	Kuskuss pärl, Kalkuniliha kuubik, Õli, Porgand, Sibul
	Aurutatud brokoli ja roheline oad	20					Brokoli, Uba roheline
	Õuna mahlajook (mahe õunamahl)	100					
	Rosinad näksimiseks	25					
	Jassi seemneleib	30				1;11;2	
NELJAPÄEV KOKKU :		1386	44,28	47,27	200,56		
HS	Odrahelbepuder (mahe helbed)	250				1;2	Odrahelbed, Piim 2,5%
	Jõhvikapüree	30					
	Pria piim, R 2.5 %	150				2	
	Pria paprika	70					
LS	Hakklihakaste veiselihast (mahe veisehakkliha)	150				1;2	Jahu nisu, Veisehakkliha, Hapukoor 20%, Õli, Sibul, Till
	Keedetud kartulid (mahe kartul)	150					
	Jääkapsas	40					
	Tomat	40					
	Salatikaste	5				10;2	Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk
	Seemne-pähklisegu	5				11;6	
	Mustsõstra-kirsikissell	150					Mustsõstar, Kirss, Tärklis kartuli
	Pria õun	80					
OODE	Rehe rukkivormileib	30				1;11;2	
	Sealiha - aedviljasupp (mahe kartul, porgand)	200					Sealiha, Õli, Kapsas pea, Kartul, Porgand, Sibul, Uba roheline
	Kaerasepik	30				1;11;2	
REEDE KOKKU :		1420	48,63	54,17	186,52		
HS	Riisihelbepuder	250				2	Riisihelbed pudrule, Piim 2,5%
	Aedmarjamoos	30					
	Pria piim (mahe)	100				2	
	Pria valge redis	70					
LS	Läätsesupp kanalihaga (mahe läätsed, porgand)	250				2	Apelsin, Läätsed punased, Kanaliha, Juust sulatatud, Õli, Porgand, Sibul, Petersell
	Kohupiimakreem	85				2	Maitsestatamata jogurt 2,5%, Kohupiimapasta 3%
	Maasikasupp	85					Maasikas, Tärklis kartuli
	Värske melon	80					
	Kanepiseemneleib rukkiteradega	30				1;11;2	
OODE	Ahjupirukas köögivilja-juustukattega (mahe keefir)	110				1;2;3	Riivjuust 23%, Brokoli, Lillkapsas, Paprikasegu, Porgand, Tomatikuubikud, Jahu nisu, Keefir 2,5%, Muna, Õli
	Soe piparmündi - marjajook	100					
NÄDALA KESKINE KOKKU:		1404	45,8	48,68	198,26		