

Tartu Karlova Lasteaed menüü 03.03-07.03.2025 lasteaia vanemale rühmale 6-7 aastastele		Valmis toidu kaal	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
ESMASPÄEV KOKKU :		1503	54,69	39,31	234,03		
HS	Odrahelbepuder (mahe helbed)	250					1;2 Odrahelbed, Piim 2,5%
	Maasika toormoos	40					
	Pria piim (mahe)	100				2	
	Pria kurk	70					
LS	Läätsesupp sulajuustuga (mahe porgand)	250				2	Apelsin, Läätsed punased, Juust sulatatud, Õli, Porgand, Sibul, Petersell
	Kirsi - jogurtidessert	130				2	Kirss, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Kohupiimapasta 3%
	Pria õun (mahe)	80					
	Rukkisepik	30				1;11;2	
CODE	Sealihapilaff (mahe riis, porgand)	250					Riis sõmer, Sealiha , Õli, Tomatipasta 28-30%, Porgand, Sibul
	Mustõstra mahlajook	100					
	Jassi seemneleib	30				1;11;2	
TEISIPÄEV KOKKU :		1534	45,27	45,60	240,74		
HS	Täisterakaerahelbepuder (mahe helbed)	250				1;2	Täisterakaerahelbed, Piim 2,5%
	Marja toormoos	40					
	Piim, R 2,5%	100				2	
	Kaalikas	70					
LS	Hemesupp sealihaga (mahe porgand)	250				1	Hernes, Odrakruup, Sealiha , Õli, Porgand, Sibul
	Vastlakukkel vahukoorega	60				1;2;3	Kukkel (vastlapäevaks), Tuhk, Vahukoor 35%
	Värske melon	80					
	Täistera rukkileib	30				1;11;2	
CODE	Kuskuss köögiviljadega (mahe porgand)	250				1	Kuskuss pärl, Õli, Rohelised herned, Magusad maisiterad , Petersell, värske, Porgand, Sibul
	Õuna mahlajook	100					
	Kanepiseemneleib rukkiteradega	30				1;11;2	
KOLMAPÄEV KOKKU :		1512	50,62	51,57	212,19		
HS	Hirspuder	250				2	Hirss, Piim 2,5%
	Aedmarjamoos	40					
	Pria piim, R 2.5 %	150				2	
	Pria tomat	70					
LS	Hakkliha-köögivilja ahjuroog (mahe kartul, porgand)	250				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)	150				1;2	Marjasegu , Rukki kama jahu, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Keefir 2,5%
	Kivi	80					
	Rehe rukkivormileib	30				1;11;2	
CODE	Kõrvitsapüreesupp kanalihaga (mahe kartul, porgand)	200					Kanaliha, Õli, Ingver värske, Kartul, Kõrvits, Porgand, Sibul, Küüslauk
	Rõstitud sepikuuubikud	20				1;2	
	Jassi seemneleib	30				1;11;2	
NELJAPÄEV KOKKU :		1565	50,48	56,41	216,82		
HS	Piima - tatasupp	250				2	Tatar, Piim 2,5%
	Rukkileib ahjukalaga	45				1;2	Kodu rukkileib, Väi 82%, Sidrunimahl, Lõhefilee, Õli
	Värske paprika	70					
	Hautatud kalkuniliha	60					Kalkuniliha , Õli, Sibul, Küüslauk
LS	Valge kaste maiserohelisega	50				1;2	Jahu nisu, Väi 82%, Piim 2,5%, Õli, Petersell, Till
	Keedetud riis (mahe riis)	180					
	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	180				2	Banaan, Õun, Maitsestatamata jogurt 2,5%
	Piim	80					
	Kanepiseemneleib rukkiteradega	30				1;11;2	
	Kartuli - porgandipuder (mahe kartul, porgand)	250				2	Väi 82%, Piim 2,5%, Kartul, Porgand
CODE	Hapukoor, R 20 %	10				2	
	Piim (mahe)	150				2	
	Täisterasepik	30				1;11;2	
	REEDE KOKKU :		1505	64,84	69,45	155,17	
HS	Omlett	180				2;3	Piim 2,5%, Muna, Õli
	Rukkileib ürdivõiga	45				1;2	Sidrunimahl, Kodu rukkileib, Väi 82%, Till värske
	Piim (mahe)	100				2	
	Nuikapsas	70					
LS	Kalasupp poola moodi (mahe porgand, kartul)	280				4	Heigifilee , Punane kala Õli, Kartul, Paprikasegu , Porgand, Porulauk, Küüslauk, Petersell
	Kakao-kohupiimakreem	160				2	Kakaopulber, Kohupiimapasta 3%, Vahukoor 35%
	Mustõstra toormoos	20					
	Banaan	80					
	Kaerasepik	30				1;11;2	
CODE	Pasta veisehakklihaga (mahe pasta, veisehakkliha)	280				1;2	Veisehakkliha, Riivjuust 23%, Õli, Sibul, Küüslauk, Pasta spagetid
	Õuna mahlajook	100					
	Täistera rukkileib	30				1;11;2	
NÄDALA KESKMINNE KOKKU:		1524	53,18	52,47	211,79		

Tartu Karlova Lasteaed menüü 10.03-14.03.2025 lasteaia vanemale rühmale 6-7 aastastele		Valmis toidu kaal,	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
ESMASPÄEV KOKKU :		1525	41,76	47,89	231,07		
HS	Viieviljapuder	300					1;2 5- viljahelbed pudrule, Piim 2,5%
	Marja bormoos	40					
	Pria piim (mahe)	150					2
	Pria kurk	70					
LS	Aedvilja-läätsepaella (mahe porgand, riis)	250					Purustatud tomatid , Õli, Rohelised herned , Küüslauk, Magusad maisiterad, Paprikasegu , Porgand, Sibul, Riis sömer, Läätsed rohelised
	Värske kapsas	40					
	Tomat	40					
	Salatikaste	10					10;2 Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk
	Seemne-pähklisegu	10					11;6
	Maasika jogurtikokteil	180					2 Maasikas , Maitsestatamata jogurt 2,5%
	Pria piim	80					
OODE	Rehe rukkivormileib	30					1;11;2
	Bataadipüreesupp (kartul, porgand)	250					2 Kohvikoor 10%, Õli, Bataat, Kartul, Porgand, Sibul, Küüslauk
	Röstitud sepikukuubikud	20					1;2
	Kodukandi rukkileib	30					1;11;2
TEISIPÄEV KOKKU :		1529	50,43	57,12	205,88		
HS	Tatrapuder	250					Tatar, Õli
	Hapukoorekaste	30					1;2 Jahu nisu, Hapukoor 20%, Õli, Till värske
	Pria piim, R 2.5 %	100					2
	Kirssstomat	70					
LS	Kanasupp kikerhernestega (mahe kartul, porgand)	250					Õli, Kartul, Porgand, Porrulauk, Sibul, Petersell, Till, Kikerherned, Kanaliha
	Leivasupp õuntega	100					1 Õun, Kodu rukkileib, Mahl
	Piim, R 2,5%	50					2
	Kiivi	80					
	Kaerasepik	30					1;11;2
OODE	Kartuliroog hakklihaga (mahe kartul)	300					Hakkliha , Õli, Sibul, Kartul
	Mustsõstra mahlajook	100					
	Kanepiseemneleib rukkiteradega	30					1;11;2
KOLMAPÄEV KOKKU :		1552	53,92	44,46	238,58		
HS	Riisipuder	250					2 Riis pudru, Piim 2,5%
	Aedmarjamoos	40					
	Pria piim, R 2.5 %	150					2
	Pria paprika	70					
LS	Lõhefileetükid seesamiseemnetega	60					11;4 Lõhe filee , Seesamiseemned valged, Seesamiseemned mustad, Õli
	Aurutatud brokoli ja porgandi segu (mahe porgand)	20					
	Valge kaste maitserohelisega	50					1;2 Jahu nisu, Või 82%, Piim 2,5%, Õli, Petersell, Till
	Keedetud kartulid (mahe)	180					
	Hiinakapsas	40					
	Värske kurk	40					
	Salatikaste	10					10;2 Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk
	Seemne-pähklisegu	10					11;6
	Kolmemarja smuuti	180					Mahl , Maasikas , Mustsõstar, Vaarikad
	Banaan	80					
	Täistera rukkileib	30					1;11;2
	OODE	Kalkuni-lillkapsasupp (mahe kartul, porgand)	250				
Jassi seemneleib		30					1;11;2
NELJAPÄEV KOKKU :		1528	64,04	56,19	191,26		
HS	Ahjuomlett	160					1;2;3 Jahu nisu, Piim 2,5%, Muna, Õli, Till värske
	Rukkileib toorjuustuga	45					1;2 Sidrunimahl, Kodu rukkileib, Toorjuust 22%, Till värske
	Piim, R 2,5%	100					2
	Pria porgand (mahe)	70					
LS	Rassolnik sealihaga (mahe kartul, porgand)	250					1 Odrakruup, Sealiha , Õli, Kartul, Kurk, Porgand, Sibul, Till
	Hapukoor, R 20 %	20					2
	Kõrvitsa-õunakreem	160					2 Õun, Toiduželatiin, Vahukoor 35%, Mahl , Kõrvits
	Apelsin	80					
	Rukkisepik	30					1;11;2
OODE	Makaronid kanaga (mahe pasta)	280					1 Pasta sarvekesed, Kanaliha, Õli, Porgand, Sibul
	Õuna mahlajook	100					
	Kanepiseemneleib rukkiteradega	30					1;11;2
REEDE KOKKU :		1578	48,42	63,73	204,79		
HS	Piima - hirsisupp	250					2 Hirss, Piim 2,5%
	Sepik maksapasteediga	45					1;2;3;7
	Maksapasteedi määre	0					2 Veisemaks, Vahukoor 35%, Või 82%, Õli, Porgand, Sibul mugul
	Pria kapsas	70					
LS	Veiseliha kotlet (mahe veisehakkliha)	60					1;3 Sepik, Veisehakkliha, Muna, Õli, Sibul, Küüslauk
	Koorekaste tilliga	50					1;2 Jahu nisu, Kohvikoor 10%, Õli, Till
	Keedetud pärl kuskuss	180					1
	Kaalikas	40					
	Värske paprika	40					
	Salatikaste	10					10;2 Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk
	Seemne-pähklisegu	5					11;6
	Jõhvika-puuviljakissell	150					Jõhvikas , Pirn , Õun, Tärklis kartuli
	Õun (mahe)	80					
	Kodukandi rukkileib	20					1;11;2
OODE	Brownie	120					1;2;3 Jahu nisu, Kakaopulber, Või 82%, Muna, Peet keedetud
	Piim (mahe)	150					2
NÄDALA KESKMINE KOKKU:		1543	51,71	53,88	214,32		

Tartu Karlova Lasteaed menüü 17.03-21.03.2025 lasteaiav vanemale rühmale 6-7 aastastele		Valmis toidu kaal,	Toiduen ergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsiveskud , grammi	Allergeen	
ESMASPÄEV KOKKU :		1523	36,12	47,25	239,90			
HS	Odrahelbepuder (mahe helbed)	250					1;2	Odrahelbed, Piim 2,5%
	Mustsõstra toormoos	40						
LS	Pria piim (mahe)	100					2	
	Pria porgand (mahe)	70						
LS	Köögiviljasupp kikerhernestega (mahe kartul, porgand)	250						Õli, Kikerhernes, Kartul, Porgand, Porrulauk, Sibul, Petersell, Till
	Jogurt-kohupiimakreem	150					2	Maitsestatamata jogurt 2,5%, Kohupiimapasta 3%
	Jõhvika toormoos	20						
	Pria piim	80						
OODE	Kaerasepik	30					1;11;2	
	Kartuli - hapukoorevorm (mahe kartul)	250					2	Hapukoor 20%, Riiujuust 23%, Õli, Kartul, Sibul
	Mustsõstra mahlajook	100						
	Rehe rukkivormileib	30					1;11;2	
TEISIPÄEV KOKKU :		1541	59,38	52,05	210,35			
HS	Piima-makaronisupp (mahe pasta)	250					1;2	Pasta sarvekesed, Väi 82%, Piim 2,5%
	Rukkivõileib juustuga	45					1;2	Kodu rukkileib, Väi 82%, Juust vilutatud 27%
LS	Pria kurk	70						
	Kodused kananagitsad	60					1;2;3	Jahu maisi, Riivsaia, Kanaliha, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Muna
	Koorekaste peterselliga	50					1;2	Jahu nisu, Kohvikoor 10%, Õli, Petersell
	Keedetud tatar	180						
	Hiinakapsas	40						
	Värske paprika	40						
	Seemne-pähklisegu	10					11;6	
	Salatikaste	10					10;2	Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahli, Sinep kange, Õli, Küüslauk
	Ahjuõunasmuut	180					2	Õun, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Keefir 2,5%
	Värske melon	80						
OODE	Jassi seemneleib	30					1;11;2	
	Omlett spinatiga	100					2;3	Piim 2,5%, Muna, Õli, Spinat, purustatud
	Pria piim, R 2,5 %	150					2	
	Täisterasepik	30					1;11;2	
KOLMAPÄEV KOKKU :		1509	48,76	52,78	209,14			
HS	Mannapuder	300					1;2	Manna, Piim 2,5%
	Aedmarjamoos	40						
LS	Pria piim, R 2,5 %	100					2	
	Pria nuikapsas	70						
	Selge kalasupp	250					4	Saidaflee, Õli, Kartul, Porgand, Porrulauk, Sibul, Till
OODE	Maasikakreem riisiga	130					2	Maasikas, Riis pudru, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Vahukoor 35%
	Apelsin	80						
	Kaerasepik	30					1;11;2	
	Pasta kanalihaga (mahe pasta)	250					1	Pasta sarvekesed, Kanaliha, Õli, Sibul
	Õuna mahlajook	100						
	Kodukandi rukkileib	30					1;11;2	
NELJAPÄEV KOKKU :		1576	68,47	58,69	195,04			
HS	Omlett juustuga	130					2;3	Piim 2,5%, Riiujuust 23%, Muna, Õli
	Võisepik lihaga	45					1;2	Südamesepik, Väi 82%, Sealihaga, Porgand, Sibul
LS	Pria piim, R 2,5 %	150					2	
	Pria paprika	70						
	Hakklihakaste veiselihast (mahe veisehakkliha)	180					1;2	Jahu nisu, Veisehakkliha, Hapukoor 20%, Õli, Sibul, Till
	Keedetud kartulid (mahe)	180						
	Tomat	40						
	Peet	40						
	Seemne-pähklisegu	5					11;6	
	Salatikaste	10					10;2	Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahli, Sinep kange, Õli, Küüslauk
	Kirsikissell	150						
	Banaan	80						
OODE	Kanepiseemneleib rukkiteradega	30					1;11;2	
	Brokolipüreesupp kalkunilihaga (mahe kartul)	250					2	Kalkuniliha, Kohvikoor 10%, Õli, Brokoli, Kartul, Sibul, Küüslauk
	Röstitud sepikukuubikud	20					1;2	
	Jassi seemneleib	30					1;11;2	
REEDE KOKKU :		1519	39,43	48,94	229,50			
HS	Viieviljapuder	250					1;2	5- viljahelbed pudrule, Piim 2,5%
	Aedmarjamoos	40						
LS	Pria piim (mahe)	100					2	
	Pria valge redis	70						
	Talupojasupp sealihaga (mahe kartul, porgand)	250					1;9	Odratang, Sealihaga, Kurk, Õli, Kaalikas, Kartul, Porgand, Seller juur, Sibul, Petersell
OODE	Hapukoor, R 20 %	20					2	
	Õuna -rukkivaht (mahe rukkijahu)	100					1	Jahu rukki, Mahl
	Piim (mahe)	50					2	
	Pria piim	80						
	Täistera rukkileib	30					1;11;2	
	Rabarberikook	100					1;3	Rabarber, Jahu nisu, Tärklis kartuli, Jahu Kaera, Muna, Õli
	Mustsõstra mahlajook	100						
NÄDALA KESKMINE KOKKU:		1534	50,43	51,94	216,79			

Tartu Karlova Lasteaed menüü 24.03-28.03.2025 lasteaiav vanemale rühmale 6-7 aastastele		Valmis toidu kaal	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud , grammi	Allergeen
ESMASPÄEV KOKKU :		1511	46,94	47,22	228,93		
HS	Maisimannapuder	300				2	Maisimanna, Piim 2,5%
	Maasika toormoos	40					
LS	Pria piim (mahe)	150				2	
	Pria nuikapsas	70					
	Köögivilja-kikerherne pajaroog	150					Sidrun, Õli, Kikerhermes, Brokoli, Lillkapsas 2,5kg, Paprikasegu 2,5kg
	Keedetud kartulid (mahe)	180					
	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)	180				2	Marjasegu , Keefir 2,5%
	Pria õun	80					
OODE	Jassi seemneleib	30				1;11;2	
	Kana - riisipupp (mahe riis, porgand)	250					Riis sömer, Õli, Porgand, Porrulauk, Sibul, Till, Kanaliha
Rukkisepik	30					1;11;2	
TEISIPÄEV KOKKU :		1517	45,12	49,96	226,18		
HS	Tatrapuder	250					Tatar, Õli
	Hapukoorekaste	30				1;2	Jahu nisu, Hapukoor 20%, Õli, Till värske
LS	Pria piim, R 2.5 %	100				2	
	Pria porgand (mahe)	70					
	Hakkliha - köögiviljasupp	250					Riis sömer, Hakkliha , Õli, Kartul, Porgand, Sibul, Till värske, Uba roheline
	Karamellpuding (mahe piim)	130				2	Tärklis kartuli, Piim 2,5%
	Maasika toormoos	20					
	Apelsin	80					
	Täisterasepik	30				1;11;2	
	Ahjukartulid ürtidega (mahe kartul)	250					Õli, Kartul
	Riivjuust	20				2	
	Mustõstra mahlajook	100					
OODE	Täistera rukkileib	30				1;11;2	
	KOLMAPÄEV KOKKU :		1530	52,09	40,33	241,99	
HS	Rukkibelbepuder (mahe helbed)	250				1;2	Rukkibelbed, Piim 2,5%
	Aedmarjamoos	20					
LS	Pria piim, R 2.5 %	150				2	
	Pria kurk	70					
	Ahjus küpsetatud punane kalafilee	60				4	Sidrunimahl, Punasekala filee, Õli
	Koorekaste tilliga	50				1;2	Jahu nisu, Kohvikoor 10%, Õli, Till
	Keedetud riis (mahe)	180					
	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	180					Jõhvikas , Tärklis kartuli
OODE	Värske melon	80					
	Kodukandi rukkileib	30				1;11;2	
Kalkuni - klimbisupp (mahe porgand, kartul)	250				1;2;3	Kalkuniliha , Õli, Kartul, Porgand, Porrulauk, Sibul, Jahu nisu, Piim 2,5%, Muna	
Kaerasepik	30					1;11;2	
NELJAPÄEV KOKKU :		1529	55,42	63,80	182,95		
HS	Munapuder (mahe muna)	180				1;2;3	Jahu nisu, Piim 2,5%, Muna, Õli, Till värske
	Rukkileib juustuvõi ja värske kurgiga	45				1;2	Kodu rukkileib, Või 82%, Riivjuust 23%, Kurk värske
LS	Pria piim, R 2.5 %	100				2	
	Kirssõmat	70					
	Kanasupp valgete ubadega (mahe kartul, porgand)	250					Valged oad , Õli, Kartul, Porgand, Porrulauk, Sibul, Petersell, Till, Kanaliha
	Kohupiimakreem	85				2	Maitsestatamata jogurt 2,5%, Kohupiimapasta 3%
	Marjakissell	85					Marjasegu , Tärklis kartuli
	Banaan	80					
	Rukkisepik	30				1;11;2	
	Riisiroog hakklihaga (mahe riis, porgand)	280					Hakkliha , Õli, Kaalikas, Paprikasegu , Porgand, Sibul, Till värske, Riis sömer
	Õuna mahlajook	100					
	Kanepiseemneleib rukkiteradega	30				1;11;2	
REEDE KOKKU :		1557	59,20	62,08	193,52		
HS	Piima - lõuna - eesti tangusupp	250				1;2	Lõuna - eesti tang, Piim 2,5%
	Sepik kanavõidega	45				1;2	
LS	Pria kaalikas	70					
	Ahjusealiha	60					Sealiha, Õli
	Valge kaste maitserohelisega	50				1;2	Jahu nisu, Või 82%, Piim 2,5%, Õli, Petersell, Till
	Keedetud tatar	180					
	Jääkapsas	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
	Maasikasmuut	180				2	Maasikas , Maitsestatamata jogurt 2,5%, Keefir 2,5%
	Kiivi	80					
OODE	Rehe rukkivormileib	30				1;11;2	
	Porgandi-odrajahu plaadipirukas (mahe keefir)	120				1;2;3	Jahu odra, Keefir 2,5%, Riivjuust 23%, Muna, Õli, Porgand
Pria piim (mahe)	150				2		
NÄDALA KESKMINNE KOKKU:		1529	51,75	52,68	214,71		

Tartu Karlova Lasteaed menüü 31.03-04.04.2025 lasteaiav vanemale rühmale 6-7 aastastele		Valmis toidu kaal	Toiduen ergia, kral	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud , grammi	Allergeen	
ESMASPÄEV KOKKU :		1516	49,80	38,25	250,80			
HS	Odrahelbepuder (mahe helbed)	250					1;2	Odrahelbed, Piim 2,5%
	Marjasegu	40						
	Pria piim (mahe)	100					2	
	Pria kurk	70						
LS	Kaunviljapüreesupp (mahe porgand)	250					2	Valge uba, Vahukoor 35%, Õli, Kaalikas, Porgand, Sibul mugul, Küüslauk
	Röstitud sepikukuubikud	15					1;2	
	Kohupiimakreem marjadega	150					2	Marjasegu , Maitsestatamata jogurt 2,5%, Kohupiimapasta 3%, Vahukoor 35%
	Pria pinn	80						
	Täistera rukkileib	30					1;11;2	
OODE	Hautatud kõõgiviljad (mahe porgand)	50						Kaalikas, Kapsas pea, Porgand, Till värsked
	Ahjukartulid (mahe)	200						Õli, Kartul
	Mustsõstra mahlajook	100						
	Jassi seemneleib	30					1;11;2	
TEISIPÄEV KOKKU :		1501	55,08	46,85	220,68			
HS	Täisterakaerahelbepuder (mahe helbed)	250					1;2	Täisterakaerahelbed, Piim 2,5%
	Aedmarjamoos	40						
	Pria piim, R 2.5 %	150					2	
	Pria nuikapsas	70						
LS	Pikkpoiss veiselihast (mahe veisehakkliha)	60					1;3	Sepik, Veisehakkliha, Muna, Õli, Sibul
	Koorekaste tilliga	50					1;2	Jahu nisu, Kohvikoor 10%, Õli, Till
	Keedetud pärl kuskuss	180					1	
	Peet	40						
	Valge redis	40						
	Seemne-pähklisegu	10					11;6	
	Salatikaste	10					10;2	Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värsked, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk
	Kõrvitsa-mangosmuuti	180						Banaan, Mango, Kõrvits, Mahl apelsini
	Pria õun (mahe)	80						
	Täistera rukkileib	30					1;11;2	
OODE	Kalkuni- kõõgiviljasupp (mahe kartul, porgand)	280						Kalkuniliha , Õli, Rohelised herved , Kartul, Lillkapsas , Porgand, Sibul
	Rukkisepik	30					1;11;2	
KOLMAPÄEV KOKKU :		1568	60,24	64,23	189,10			
HS	Omlett tomati- ja juustuga	150					2;3	Piim 2,5%, Riivjuust 23%, Muna, Õli, Tomat
	Rukkileib ürdikohupiimaga	45					1;2	Sidrunimahl, Kodu rukkileib, Kohupiimapasta 3%, Till värsked
	Pria piim, R 2.5 %	100					2	
	Pria porgand (mahe)	70						
LS	Aedvilja-kalasupp (mahe kartul, porgand)	250					4	Heigifilee , Lõhe filee , Õli, Brokoli, Kartul, Lillkapsas , Porgand, Porulauk, Sibul, Till
	Maasika-jogurtidessert	180					2	Maasikas , Maitsestatamata jogurt 2,5%, Vahukoor 35%
	Banaan	80						
	Täisterasepik	30					1;11;2	
OODE	Tatar kanalihaga	250						Tatar, Kanaliha, Õli, Porgand, Sibul, Petersell
	Õuna mahlajook	100						
	Kodukandi rukkileib	30					1;11;2	
NELJAPÄEV KOKKU :		1557	58,21	55,96	207,58			
HS	Piima-riisipüree	250					2	Riis pudru, Piim 2,5%
	Võiseepik lihaga	45					1;2	Südamesepik, Või 82%, Sealiha, Porgand, Sibul
	Pria paprika	70						
	Hautatud kartulid kanalihaga (mahe kartul, porgand)	250						Kanaliha, Õli, Kartul, Porgand
LS	Värsked kapsas	40						
	Tomat	40						
	Seemne-pähklisegu	10					11;6	
	Salatikaste	10					10;2	Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värsked, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk
	Mustsõstrakissell	180						Mustsõstar, Tärglis kartuli
	Värsked melon	80						
	Rehe rukkivormileib	30					1;11;2	
OODE	Makaronid hakklihaga (mahe pasta, veisehakkliha)	250					1	Pasta sarvekesed, Veisehakkliha, Õli, Sibul
	Pria piim (mahe)	150					2	
	Jassi seemneleib	30					1;11;2	
REEDE KOKKU :		1500	45,43	52,37	217,71			
HS	Neljaviiljapuder (mahe helbed)	300					1;2	4- viiljahelbed pudrule, Piim 2,5%
	Aedmarjamoos	40						
	Pria piim (mahe)	100					2	
	Pria kaalikas	70						
LS	Ukraina Borš sealihaga (mahe kartul, porgand)	250						Sealiha , Õli, Tomatipasta 28-30%, Kapsas pea, Kartul, Paprikasegu , Peet keedetud, Porgand, Sibul, Küüslauk
	Hapukoor, R 20 %	10					2	
	Marja - rukkikook (mahe rukkijahu)	120					1;2;3	Marjasegu, Jahu nisu, Jahu rukki, Piim 2,5%, Muna, Õli
	Kiivi	80						
	Kanepiseemneleib rukkiteradega	30					1;11;2	
OODE	Omlett ürtidega	130					2;3	Piim 2,5%, Muna, Õli, Petersell, värsked, Basiilik lahtine
	Mustsõstra mahlajook	100						
	Täistera rukkileib	20					1;11;2	
NÄDALA KESKMINE KOKKU:		1529	53,75	51,53	217,17			