

Leht 1

		Valmistoidu kaal, grammi	Toiduener- gia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesiku d, grammi	Allergeen
ESMASPÄEV KOKKU :			1174	33,19	44,57	162,72	
H2	Kaerahelbe - õunapuder kaneeliga	180					1;2
	Maasikas	30					
	Pria piim, R 3.5 %	100					2
	Pria kurk	35					
	Pria lillkapsas	35					
LS	Köögiviljahautis	200					2
	Peet	30					
	Porgand	30					
	Tomat	30					
	Seemne-pähklisegu	5					11;6
	Salatikaste	10					10;2
	Õuna mahla jook	100					
	Pria piim	80					
	Kanepiseemneleib rukkiteradega,	30					1;11;2
	Makaronid sealihaga	150					1
OODE	Koorekaste tilliga	20					1;2
	Mango - banaanismuuti	100					2
TEISIPÄEV KOKKU :			1208	47,88	42,46	156,63	
H2	Hirsipuder	180					2
	Aedmarjamoos	30					
	Pria piim, R 3.5 %	100					2
	Pria nuikapsas	35					
	Kirsstomat	35					
LS	Kreemine püreesupp kalkunilihaga	200					2
	Rõstitud sepikukuubikud	10					1;2
	Kakao - jogurtidessert	100					2
	Marja toormoos	20					
	Värske melon	80					
	Juustu viilud	20					2
	Võileiva või	5					2
	Rehe rukkivormileib,	30					1;11;2
	Ahjuomlett	80					1;2;3
	Kolmemarja smuuti	100					
OODE	Sealihaviil	20					
	Võileiva või	5					2
	Täisterasepik	30					1;11;2
KOLMAPÄEV KOKKU :			1199	43,64	40,77	165,56	
H2	Tatrahelbepuder	180					2
	Kodujuust R4%	30					
	Pria piim, R 3.5 %	100					2
	Pria paprika	35					
	Porgand	35					
	Kala pikkpoiss	50					1;11;2;3;4
	Valge kaste maitserohelisega	50					1;2
	Keedetud täisterariis	130					
	Värske kurk	30					

Leht 1

LS	Hiinakapsas	30					
	Valge redis	30					
	Seemne-pähklisegu	5					11;6
	Salatikaste	5					10;2
	Mustsõstra mahlajook	100					
	Kiivi	80					
	Must Jassi seemneleib,	30					1;11;2
	Hakklihasupp	150					
OODE	Õuna - rukkikook	80					1;2;3
NELJAPÄEV KOKKU :			1197	48,60	37,64	164,95	
HS	Omlett	100					2;3
	Maksapasteedi määre	20					2
	Peremehe rukkileib,	30					1;11;2
	Õuna mahlajook	100					
	Pria kurk	35					
	Pria kapsas	35					
LS	Talupojasupp sealihaga	200					1;9
	Hapukoor, R 20 %	10					2
	Kama- kohupiimakreem marjadega	130					1;2
	Apelsin	80					
	Ürdimääre	10					2
	Kaerasepik,	30					1;11;2
OODE	Tatar kalkunilihaga	150					
	Külm jogurtikaste	20					2
	Maasika-keefirikokteil	130					2
REEDE KOKKU :			1207	43,84	38,72	169,42	
HS	Piima-riisisupp	180					2
	Sealihamääre	20					2
	Rukkisepik,	30					1;11;2
	Valge redis	35					
	Pria kõrvits	35					
LS	Hakklihapall veisehakklihast	50					1;3
	Koorekaste peterselliga	50					1;2
	Keedetud täisterapasta	130					1;3
	Tomat	30					
	Porgand	30					
	Spinat	30					
	Seemne-pähklisegu	5					11;6
	Salatikaste	5					10;2
	Pria piim, R 3.5 %	100					2
	Õun	80					
	Täistera rukkileib,	30					1;11;2
	Kartulikook	130					1;3
OODE	Kodujuustukaste	20					2
	Arbuusi - maasikasmuuti	100					
NÄDALA KESKMINE KOKKU:			1197	43,43	40,83	163,86	

Tartu Maarja Kool: Lasteaed menüü 09.06-13.06.2025.
Õun, Täisterakaerahelbed, Piim 2,5%
Sidrun, Kohvikoor 10%, Õli, Kaalikas, Kapsas pea, Kartul, Porgand, Sibul, Till värsked, Küüslauk, Kikerhersed
Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värsked, Sidrunimahl, Sinap kange, Õli, Küüslauk
Eesti Pagar
Pasta sarvekesed, Sealiha, Õli, Porgand, Sibul
Jahu nisu, Kohvikoor 10%, Õli, Till
Banaan, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Mango
Hirss, Piim 2,5%
Kalkuniliha kuubik, Toorjuust 22%, Kartul, Lillkapsas 2,5kg, Porgand
Kakaopulber, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Kohupiimapasta 3%
Eesti Pagar
Jahu nisu, Piim 2,5%, Muna, Õli, Till värsked
Mahl õuna, Maasikas, Mustsõstar, Vaarikad
Tatrahelbed, Piim 2,5%
Õnne sepik, Eesti pagar, Punase kala hakkliha, Valge kala hakkliha, Muna, Õli, Sibul, Kõrvitsaseemned, Linaseemned, Päevalilleseemned, Seesamiseemned valged
Jahu nisu, Või 82%, Piim 2,5%, Õli, Petersell, Till

Leht 1

Oli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahl, Sinep kange, Oli, Küüslauk
Eesti Pagar
Veisehakkliha, Rohelised herved , Kapsas pea, Kartul, Porgand, Sibul
Õun, Jahu nisu, Jahu rukki, Piim 2,5%, Muna, Õli
Piim 2,5%, Muna, Õli
Veisemaks, Vahukoor 35%, Või 82%, Õli, Porgand, Sibul mugul
Eesti Pagar
Odratang, Sealiha , Kurk , Oli, Kaalikas, Kartul, Porgand, Seller juur, Sibul, Petersell
Marjasegu , Rukki kama jahu, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Kohupiimapasta 3%
Toorjuust 22%, Till värske, Petersell
Eesti Pagar
Tatar, Kalkuniliha , Õli, Porgand, Sibul, Petersell
Maitsestatamata jogurt 2,5%, Küüslauk, Till
Maasikas , Keefir 2,5%
Riis pudru, Piim 2,5%
Sealiha, Maitsestatamata jogurt 2,5%
Eesti Pagar
Südamesepik, Riivsai, Veisehakkliha, Muna, Õli, Sibul, Küüslauk
Jahu nisu, Kohvikoor 10%, Õli, Petersell
Oli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahl, Sinep kange, Oli, Küüslauk
Eesti Pagar
Jahu nisu, Muna, Õli, Kartul, Sibul
Hapukoor 20%, Kodujuust 5%, Kurk värske, Petersell, värske, Tomat
Maasikas , Arbuus, Banaan