

Tartu Maarja Kooli lasteaia menüü 15.09.- 19.09.2025		Valmistoid u kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi	Allergeen
ESMASPÄEV KOKKU :			1174	33,19	44,57	162,72	
HS	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 mahlajook	100					
	Pria pirn	80					
	Kanepiseemneleib rukkiteradega, Eesti Pagar	30					1;11;2
OODE	Makaronid sealihaga	150					1
	Koorekaste tilliga	20					1;2
	Mango - banaanismuuti	100					2
TEISIPÄEV KOKKU :			1208	47,88	42,46	156,63	
HS	Hirsipuder	180					2
	Aedmarjamoos	30					
	Pria piim, R 3.5 %	100					2
	Pria nuikapsas	35					
	Kirsstomat	35					
LS	Kreemine püreesupp kalkunilihaga	200					2
	Röstitud sepikukuubikud	10					1;2
	Kakao - jogurtidessert	100					2
	Marja toormoos	20					
	Värske melon	80					
	Juustu viilud	20					2
	Võileiva või	5					2
	Rehe rukkivormileib, Eesti Pagar	30					1;11;2
OODE	Ahjuomlett	80					1;2;3
	Kolmemarja smuuti	100					
	Sealihaviil	20					
	Võileiva või	5					2
	Täisterasepik	30					1;11;2
KOLMAPÄEV KOKKU :			1199	43,64	40,77	165,56	
HS	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

LS	Keedetud täisterariis	130				
	Värske kurk	30				
	Hiinakapsas	30				
	Valge redis	30				
	Seemne-pähklisegu	5				11;6
	Salatikaste	5				10;2
	Mustsõstra mahlajook	100				
	Kiivi	80				
	Must Jassi seemneleib, Eesti Pagar	30				1;11;2
OODE	Hakklihasupp	150				
	Õuna - rukvikook	80				1;2;3
NELJAPÄEV KOKKU :			1197	48,60	37,64	164,95
HS	Omlett	100				2;3
	Maksapasteedi määre	20				2
	Peremehe rukkileib, Eesti Pagar	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, Eesti Pagar	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-riisistupp	180				2
	Sealihamääre	20				2
	Rukkisepik, Eesti Pagar	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, Eesti Pagar	30				1;11;2
OODE	Kartulikook	130				1;3
	Kodujuustukaste	20				2
	Arbuusi - maasikasmuuti	100				
NÄDALA KESKMINE KOKKU:			1197	43,43	40,83	163,86

Õun, Täisterakaerahelbed, Piim 2,5%
Sibul, Till värsked, Küüslauk, Kikerhernesed
kange, Õli, Küüslauk
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, Porgand
Kakaopulber, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Kohupiimapasta 3%
Jahu nisu, Piim 2,5%, Muna, Õli, Till värsked
Mahl õuna, Maasikas , Mustsõstar, Vaarikad
Tatrahelbed, Piim 2,5%
Muna, Oli, Sibul, Kõrvitsaseemned, Linaseemned, Päevalilleseemned, Seesamiseemned valged
Jahu nisu, Või 82%, Piim 2,5%, Õli, Petersell, Till

Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till varske, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk
Veisehakkliha, Rohelised herned , Kapsas, 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
Uuratang, Seaima, Kurk, Õli, Kaarikas, Kartul, Porgand, Seller juur, Sibul, Petersell
Marjasegu , Rukki kama jahu, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Kohupiimapasta 3%
Toorjuust 22%, Till värake, Petersell
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%
Südamesepik, Riivai, Veisehakkliha, Muna, Õli, Sibul, Küüslauk
Jahu nisu, Kohvikoor 10%, Õli, Petersell
Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värake, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk
Jahu nisu, Muna, Õli, Kartul, Sibul
Hapukoor 20%, Kodujuust 5%, Kurk värake, Petersell, värake, Tomat
Maasikas , Arbuus, Banaan