

Tartu Maarja kool: Lasteaed menüü 17.11-21.11.2025		Valmistoidu kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi
HS	Riisihelbepuder keedisega	200/20	273	8,5	10,5	35,9
	Pria piim	150	86,9	5	3,9	8
	PRIA õun	40	18	0	0	11,6
LS	Hakk-kotlet/sealiha	80	203	13,7	10,2	13,5
	Sõmer tatar	100	147	2,4	4,9	28
	Peedi-õunasalat	30	25,3	0,3	1,3	4
	Rehe leib	30	63	2	0,5	18,6
	Mahlajook	150	63	0,3	0	15
OODE	Omlett	100	179,4	8,5	14,3	5,8
	Hapukoor	20	39,6	0,4	4	0,7
	PRIA tomati viilud	30	13,1	1	0,1	2,8
PRIA piim 2,5		150	86,9	5	3,9	8
ESMASPÄEV KOKKU:			1198,2	47,1	53,6	151,9
HS	Kaerahelbepuder marjadega	200/10	245	11	6,5	46
	Mahe piim	150	87	4,5	3,8	8,6
	PRIA kurk	30	13,1	1	0,1	2,8
	Teraleib	40	106,8	3,1	1,6	14,8
LS	Kolme oa supp kartuli ja porgandiga	250	208,3	5,7	10,4	33,3
	Hapukoor	20	43,8	0,7	4,24	0,76
	Karamellkissell /Mahe piim	100	134	3,5	2,5	23,9
	Vaarikatoormoos	20	40,6	0,2	0,2	10
OODE	Kartulisalad singiga	100	139	6,2	7,6	15,2
	Pria paprika	30	8	0,3	0,1	1,2
	Mahlajook	200	110	0,4	0	26,6
TEISIPÄEV KOKKU:			1135,6	36,6	37,04	183,16
HS	7-viljapuder seemnete ja kliidega	200	291	9,9	15	31,2
	Pria piim	150	86,9	5	3,9	8
	Mahe porgand	40	13,4	0	0,1	3,2
LS	Mahe/veiseliha guljaš	100	194	13,3	13,7	3,8
	Keedu kartul	120	151	2,2	0,49	28,4
	Porgandisalat	50	22,5	1	0,4	9,1
	Teraleib	40	106,8	3,1	1,6	14,8
OODE	Jogurtijook /keefir,vaarikas/	150	123	4,1	2,8	19,8
	Kartuliroog hakklihaga/mahe kartul	120	187	8,6	5	19,5
	Külm kaste ürtidega	30	17	0,4	1,1	2,6
	Banaan	40	10,7	0,2	0	8
Kakao/mahe piim		150	114	4,2	3,30	16,80
KOLMAPÄEV KOKKU:			1317,3	52	47,39	165,2
HS	Piima-odrahelbepuder /Pria piim	200	163	8,3	8,5	22,6
	Sepik munavõiga	40	147	3,3	8,9	14,5
	PRIA värsk kurk	30	8,4	0	0	1,6
	PRIA piim	200	116	8	6	11,4
LS	Kala-riisipupp köögiviljadega	250	164,6	8	4,7	18,8
	Aprikoosivaht	100	129	0,7	0,1	31
	Piim R 2,5	100	58	3	2,5	5,7

	Rukkileib	30	63	1,7	0,3	13,2
	Piim /mahe	100	58	4	3	5,7
CODE	Köögiviljakotlett	100	156	4,1	6,9	19
	Mahlajook /õuna	150	85,6	0,3	0	20,1
	PRIA õun	40	18	0	0	4,3
NELJAPÄEV KOKKU:			1166,6	41,4	40,9	167,9
HS	Maisimannapuder	200	151	6,6	5,8	20,1
	Pria piim	200	116	6	5	11,4
	Pria paprika	30	8	0,3	0,1	1,2
LS	Pastaroog /mahe	150	202,8	7,3	7,1	27,1
	Koorekaste	10	22,2	0,38	2,15	0,33
	Kapsa-tomatisalat	50	40,7	0,56	2,09	22,1
	Rukkileib	30	63	1,7	0,3	13,2
	Kamajook	150	183	6,4	4,8	30,2
CODE	Kohupiimakook	130	224,9	8,7	10,2	22,5
	Piim R 2,5	100	55,8	3,3	2,5	5,4
	Apelsin	40	16,4	0	0	4
REEDE KOKKU:			1083,8	41,24	40,04	157,53
NÄDALA KESKMINE KOKKU:			1180,3	43,668	43,79	165,14