

Tartu Maarja kool: Lasteaed menüü 27.10-31.10.2025		Valmistoidu kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi
HS	Mahe 4-viljapuder	200/5	273	8,5	5,8	35,9
	Pria piim	150	86,9	5	3,9	8
	PRIA kapsas	30	16	0,5	0,2	3,9
	Sepik või ja tomatiga	40	144	4,1	10,6	8,4
LS	Mahe hakklihakaste tomati ja läätsedega	150	225	15	14,1	8,2
	Sõmer tatar/mahe/	100	147	2,4	4,9	28
	Kapsa-ananassisalad	50	31,5	0,4	2	7,5
	Pria piim	100	57,8	3,3	2,5	5,3
	Rehe leib	30	63	2	0,5	18,6
OODE	Omlett	100	179,4	8,5	14,3	5,8
	Hapukoor	20	39,6	0,4	4	0,7
	PRIA õun	40	18	0	0	11,6
Puuviljatee		150	31	0	0	10
ESMASPÄEV KOKKU:			1312,2	50,1	62,8	151,9
HS	Kaerahelbepuder marjadega	200/10	245	11	6,5	46
	PRIA piim	150	87	4,5	3,8	8,6
	PRIA tomat	30	13,1	1	0,1	2,8
	PRIA piim	150	87	4,5	3,8	8,6
	Teraleib	40	106,8	3,1	1,6	14,8
LS	Rassolnik lihata	250	220,3	10,3	11,6	22,5
	Hapukoor	10	22,1	0,33	2,15	0,38
	Õuna-leivakreem	120	180,1	3,7	5,3	25,3
	Piim/mahe/	100	50,8	4	3	5,7
OODE	Kartulisalat 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:			1269,2	49,33	45,55	177,68
HS	7-viljapuder seemnete ja kliidega	200	291	9,9	10,5	31,2
	Pria piim	150	86,9	5	3,9	8
	Mahe porgand	40	13,4	0	0,1	3,2
LS	Sealihahautis aedubadega/mahe/	140	233	10,3	15,1	11,8
	Aurutatud kartul/mahe/	100	105,3	1,6	2,4	17,1
	Porgandisalad	50	49,9	1,01	3,3	4,78
	Teraleib	40	106,8	3,1	1,6	14,8
OODE	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:			1215	44,31	46,3	137,78
HS	Piima-odrahelbepuder /Pria piim	200	163	8,3	8,5	22,6
	Sepik munavõiga	40	147	3,3	8,9	15,5
	PRIA värskel kurk	30	8,4	0	0	1,6
	PRIA piim	200	116	8	6	11,4
S	Kana-lillkapsasupp kikerhernestega/mahe/	250	190	14	4,1	18,7
	Kakaokissell	120	126,5	3,12	2,7	22,5

L	Marjakeedis	30	39,3	0,15	0,03	9,45
	Rukkileib	30	63	1,7	0,3	13,2
	Piim /mahe	100	58	4	3	5,7
OODE	Köögiviljakottlett	100	156	4,1	6,9	19
	Mahlajook /õuna	150	85,6	0,3	0	20,1
	Banaan	40	10,7	0,2	0	8
NELJAPÄEV KOKKU:			1163,5	47,17	40,43	167,75
HS	Hirsihelbepuder võiga	200/10	261	9,2	6,5	46
	Pria piim	200	116	6	5	11,4
	PRIA paprika	30	8	0,3	0,1	1,2
LS	Kala-koorekaste köögiviljadega	150	247	10,3	16,1	11,8
	Keeduriis	100	114	2,21	0,24	26,1
	Hiinakapsa-redisesalal	50	59,8	0,52	1,9	10,4
	Rukkileib	30	63	1,7	0,3	13,2
OODE	Sõmer tatar /mahe/	130	217,1	5,9	6	34,5
	Piim R 2,5	100	55,8	3,3	2,5	5,4
	Banaan	40	10,7	0,2	0	8
	Hapukoor R20	20	43,2	0,7	4,2	0,8
REEDE KOKKU:			1195,6	40,33	42,84	168,8
NÄDALA KESKMINE KOKKU:			1231,1	46,248	47,58	160,78