

Tartu Maarja kool: Lasteaed menüü 28.09. - 02.10.2026		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	Seapraad	50/50	280	13,1	11,4	9,5
	Ahjukurat	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:			1275,2	46,5	54,8	147,9
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
	Karamellpuding	100	134	3,5	2,5	23,9
	Vaarikatoormoos	20	40,6	0,2	0,2	10
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:			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	Panaritud kala	60	135,6	10,44	8,64	4,35
	Keedu kartul /mahe 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	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:			1258,9	49,14	42,33	165,75
HS	Piima-odrahelbepuder /Pria piim	200	163	8,3	8,5	22,6
	Sepik munavõiga	40	147	3,3	8,9	14,5
	PRIA värske kurk	30	8,4	0	0	1,6
	PRIA/ piim	200	116	8	6	11,4
LS	Kartuli nuudlisupp kanalihaga	250	221,6	11,4	7,8	22,8
	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:		1223,6	44,8	44	171,9
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
	Rukkileib	30	63	1,7	0,3	13,2
LS	Kalkunilihatükid leemes	50	70,6	13,8	6,7	1,6
	Koorekaste	20	44,4	0,76	4,3	0,66
	Makaronid	75	116	3,5	2	20,5
	Kapsa-tomatisalat	50	40,7	0,56	2,09	22,1
	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:		1089,8	51,62	43,79	152,86
NÄDALA KESKMINE KOKKU:			1196,62	45,732	44,39	164,31