

Nädala menüü

* söimerühmade grammid/ rühmade 1,2,5,6,7,8,9,10,15 grammid/ rühmade 11,12 grammid



	Esmaspäev, 13.11.2023	Teisipäev, 14.11.2023	Kolmapäev, 15.11.2023	Neljapäev, 16.11.2023	Reede 17.11.2023
H O M M I K	Nisuhelbepuder (MAHE helvestega) 100/120/140 Keedis 20/25/30	Speltahelbepuder (MAHE helvestega) 100/120/140 Keedis 20/25/30	Piima-rukkihelbesupp (MAHE helvestega) 180/200/250	Kamapallid 15/20/25 Maitsestatamata jogurt banaani ja maasikatega 100/130/180	Kaerahelbepuder (MAHE helvestega) 100/120/140 Keedis 20/25/30
	Mahepiim (PRIA) 100/130/180	Mahepiim (PRIA) 100/130/180	35/45/60	Võiseplik juustuga 35/45/60	Mahepiim (PRIA) 100/130/180
	Tervislik vahepala:	Tervislik vahepala:	Tervislik vahepala:	Tervislik vahepala:	Tervislik vahepala:
	Pirn (PRIA) 80/90/100	Õun (PRIA) 80/90/100	Porgand (PRIA) 80/90/100	Kurk (PRIA) 80/90/100	Mandariin 80/90/100
L Ö U N A	Tatar 100/120/135 Guljašš sealihast 100/120/135	Koorene kõrvitsapüreesupp 180/200/250	Kartulipuder 100/120/135 Veisemaksastrooganov 100/120/135	Kana-köögiviljasupp 180/220/270 Rukkileib 15/25/30	Mahekartul 100/120/135 Kalakotlet 60/70/80
	Hapukurgiviilud 50/60/70	Rõstitud kõrvitsaseemned 20/25/30 Rukkileib 15/25/30	Punapeedisalat 50/60/70		Piimakaste 50/60/70 Porgandisalat 50/60/70
	Rukkileib 15/25/30		Rukkileib 15/25/30		Rukkileib 15/25/30
	Smuuti maitsestatamata jogurti, banaani ja vaarikatega 100/130/180	Kodujuustuvorm 90/110/120 Jõhvikakissell 90/110/120	Piimakissell 100/130/180 Keedis 20/25/30	Mustsõstra mannaaht 90/110/120	Kama 100/130/180
				Mahepiim (PRIA) 90/110/120	
O O D E	Mulgipuder (mahekartuli- ja odrakruubiga) 100/120/140	Kartuli-hakklihavorm 100/120/140 Tomati-hapukoorekaste 20/30/35	Hautatud riis 100/120/140 Külm kaste 20/30/35	Magus keerusai 90/110/120	Makaronisalat 100/120/140 Võileib vorstiga 35/45/60
	Hapukoorekaste 20/30/35 Rukkileib 15/20/25				
	Meloniamps 40/50/60	Apelsiniamps 40/50/60	Banaaniamps 40/50/60	Viinamarja-amps 40/50/60	Marjatee 100/130/180
	Kakao mahepiimaga 100/130/180	Puuviiljatee 100/130/180	Mahepiim (PRIA) 100/120/160	Mahepiim (PRIA) 100/120/160	



* Praepäevadel on joogiks vesi, kui ei ole märgitud teisiti.

* Hommikusoögiks kasutame ainult mahehelbeid

* Kasutame ainult mahekartulit