

		Sõim	3-5a	5-6a	6-7a
Tartu Lasteaed Maarjamõisa menüü 18.-22. september		Valmistoidu kaal, grammides	Valmistoidu kaal, grammides	Valmistoidu kaal, grammides	Valmistoidu kaal, grammides
HS	Piima-odrahelbesupp	150	200	230	250
	Sepik munavõiga	40	50	50	50
	PRIA peakapsas	70	70	70	70
LS	Kalkuni-köögiviljariisiroog	150	180	200	220
	Tomati-hapukoorekaste ürtidega /kül-/	30	30	40	50
	Porgandi-apelsinisalad	50	70	100	100
	Banaanijogurt	120	150	170	180
	Melon	80	80	80	80
OODE	Rukkileib "Koolileib"	15	20	30	30
	Pasta köögiviljadega	90	100	120	130
	Juustukaste	30	30	40	50
Mahe mustsõstra mahlajook suhkruta (Konspek OÜ)		100	100	150	170
ESMASPÄEV KOKKU(kcal)		1019.0	1218.0	1425.0	1558.0
HS	8 viljapuder s.h.linaseemned	150	200	230	250
	PRIA piim 2,5%	100	100	150	170
	PRIA mahe porgand	70	70	70	70
LS	Mahe punane läätseesupp köögiviljadega (lihavaba)	180	250	270	300
	Marjakisell	90	130	140	150
	Vahukoor, R 35%	20	30	40	40
	PRIA mahe õun	80	80	80	80
	Teraleib (Lõuna Pagarid)	15	20	30	30
OODE	Pizza köögiviljadega porgand-uba	40	60	80	80
	Puuviljatee	100	100	150	170
TEISPÄEV KOKKU(kcal)		995.0	1286.0	1478.0	1646.0
HS	7-viljapuder linaseemnetega	150	200	230	250
	Rabarberi mahlajook	100	100	150	170
	Marjamoos	20	20	30	30
	PRIA kirsstomat	70	70	70	70
LS	Kurzemestrooganov sealihaga	80	100	110	130
	Sõmer tatar	100	120	140	150
	Hiinakapsas/kurk/porru/salatiõli (hakitud/tükeldatud)	50	70	100	100
	Banaani-kirsi -õunamahla smuuti	120	150	170	180
	PRIA mahe pirn	80	80	80	80
OODE	Rukkitäisteraleib	15	20	30	30
	Broccoli püreesupp / päevaliliseemnete- ja kõrvitsaseemnete seguga	130/10	150/10	180/15	200/20
Mooste linakukkel		30	30	30	30
KOLMAPÄEV KOKKU(kcal)		981.0	1196.0	1431.0	1598.0
HS	Omllett mahe porgandipüreega	90	100	120	130
	PRIA piim 2,5%	100	100	150	170
	Võileib värske tomatiga	30	50	50	50
	PRIA paprika	70	70	70	70
LS	Kalaseljanka köögiviljadega	180	250	270	300
	Hapukoor, R 20%	20	20	30	30
	Kohupiimavaht riivleivaga	70	100	110	130
	Rõngu Mahla moos	30	30	30	30
	Mahe banaan	80	80	80	80
OODE	Põlva peenteib	15	20	30	30
	Kartuli- köögiviljavorm	90	100	110	130
	Külm kaste tilliga	30	30	40	50
Kakaojook		100	100	150	170
NELJAPÄEV KOKKU(kcal)		978.0	1151.0	1380.0	1580.0
HS	Piima-rukkihelbesupp	150	200	230	250
	Sepik porgandihummusega	40	50	50	50
	PRIA mahe lillkapsas	70	70	70	70
LS	Pikkpoiss segahakklihast	40	50	60	70
	Kartulipüree	100	120	140	150
	Soe koorekaste	40	50	60	70
	Mahe porgand/ mahe kapsas/ salatikaste	50	70	100	100
	Marja-kamasmuuti	120	150	170	180
OODE	Mahe apelsin	80	80	80	80
	Värska Tummõ leib	15	20	30	30
	Õunakook purukattega	40	60	80	80
PRIA piim 2,5%		100	100	150	170
REEDE KOKKU(kcal)		907.0	1162.0	1402.0	1513.0
NÄDALA KESKMINE KOKKU(kcal)		976.0	1202.6	1423.2	1579.0

Allergeenide kohta saab infot peakokk Roman telefon 5169321

Menüüs võib esineda muudatusi.