

Tartu Lasteaed 'Maarjamõisa' menüü August 2025 lasteaia nooremale rühmale 1-2(3) ja 3-5/6-7 aastasetele			Valmistoidu kaal, grammi	Toiduenergia (kcal)			Valgud (g)			Rasvad (g)			Süsivesikud (g)		
				1-2(3)a	3-5a	6-7a	1-2(3)a	3-5a	6-7a	1-2(3)a	3-5a	6-7a	1-2(3)a	3-5a	6-7a
HS	Mahe täistera 4-viljahelbepuder		130/160/200												
	Moos kirsi majadega Bacula AS		10g/10g/20g												
	Mahe piim PRIA		100/150/150												
	Kapsas PRIA		50/70/70												
LS	Värviline kanasupp roheliste herneste ja paprikaga		180/230/250												
	Kohupiimakreem maasikatega		100/120/150												
	Porgandi - indiapähkl määre		5g/5g/10g												
	Täistera rukkileib		20/30/30												
	Mahe õunamahajook		50g												
	Pirmi viilud PRIA		60/80/80												
OODE	Karrine bulgur hakklihaga		100/130/170												
	Mahe banaani smuuti		100/130/150												
	Rosinad		10g/10g/20g												
	Must vormileib		20g												
25.august ESMASPÄEV KOKKU:				903	1201	1503	33	43	54	35	44	55	117	159	199
HS	Makaronid juustu ja võiga		130/160/200												
	Mahe piim PRIA		100/150/150												
	Porgand Pria		50/70/70												
LS	Ahjulohe tükid seesamseemnetega (K) (PT)		50/50/65												
	Keedetud kartul		100/130/170												
	Mahe rohelised kõrvitsaseemned /oliivõli		5g/5g												
	Riivitud kaalikas, tomat, rukola		60/80/80												
	Marjajook		50g												
	Soe koorekaste tilliga		30/50/60												
	Rukkileib		20/20/30												
	Õuna sektorid, PRIA		60/80/80												
	Värskekapsa-kaunviljasupp maitserohelisega		150/180/200												
OOD	Toekas võileib kanamääre ja tomatiga		55g												
26.august TEISIPÄEV KOKKU:				1010	1205	1529	35	41	49	40	49	64	125	161	202
HS	Mannapuder		130/160/200												
	Maasikamoos		10g/10g/20g												
	Mahe piim PRIA		100/150/150												
	Tomat PRIA		50/70/70												
LS	Rassolnik sealiha ja peterselliga		180/230/250												
	Hummus paprika ja köömnetega		5g/5g/10g												
	Riisi-virsiku magustoit		100/120/150												
	Vormiruks		20/30/30												
	Mahe mustsõstra mahlajook		50g												
	Sinine ploom		60/80/80												
	Odrakruubi-kartulitamp		100/130/170												
OODE	Tomatisalat hapukoorega		30g												
	Marjamahedik		100/130/150												
27.august KOLMAPÄEV KOKKU:				920	1193	1489	35	44	54	34	43	51	120	169	206
HS	Ahjuomlett porgandiga		80/100/120												
	Roheline tee sidruniga		100g												
	Võileib värske kurgiga		30/35/40												
	Daikon Pria		50/70/70												
LS	Tagurpidi kapsarull, hakkliha,sibul,riis,kapsas,porgand (PT)		50/50/65												
	Sõmer tatar		100/130/170												
	Koorekaste tilliga		30/50/60												
	Riivitud porgand, ananass, rukola		60/80/80												
	Piim PRIA		50g												
	Seemnesegu /salatikaste sidrunimahla ja oliivõliga		5g/5g												
	Rukkileib ruks		20/20/30												
	Melon		60/80/80												
	Rabarberikook mandli laastudega		50/70/90												
OOD	Borš maitserohelisega		130/150/180												
28.august NELJAPÄEV KOKKU:				960	1163	1494	33	39	47	40	47	60	126	167	197
HS	8-viljahelbest puder kliidega		130/160/200												
	Punasesõstra - maasikamoos		10g/10g/20g												
	Puuvilja mahlajook		100g												
	Värske kurk PRIA		50/70/70												
LS	Guljašš supp mahe kikerhernestega		180/230/250												
	Marjane sepikuvorm (muna)		80/100/120												
	Mahe piim PRIA		100g												
	Rehe rukkileib		20/30/30												
	Oa-tomatipasteet		5g/5g/10g												
	Õun PRIA		60/80/80												
OODE	Mahe durum fusilli köögiviljawok		100/130/170												
	Keefirjook kiivi ja banaaniga		130/150/180												
	Mahe kreekapähkel		5g												
29.august REEDE KOKKU:				966	1224	1490	34	43	52	29	35	44	147	187	220
NÄDALA KESKMINE KOKKU:				952	1197	1501	34	42	51	36	44	55	127	169	205