

| Lasteaed menüü 18.11-22.11.2024 lasteaias nooremale rühmale 3-5 aastastele | | Valmistoidu kaal, | Toiduenergia, kcal | Valgud, grammi | Rasvad, grammi | Süsivesikud, grammi | Allergeen | |
|--|--|-------------------|--------------------|----------------|----------------|---------------------|------------|--|
| ESMASPÄEV KOKKU : | | 200 | 1168 | 44.20 | 33.26 | 174.85 | | |
| HS | Riisihelbepuder | 200 | | | | | 2 | Riisihelbed pudrule, Pim 2.5% |
| | Marjasegu | 40 | | | | | | |
| LS | Hibiskuse tee | 100 | | | | | | |
| | Pria kaalikas, Pria kurk | 70 | | | | | | |
| | Hautatud kalkuniliihatükid | 50 | | | | | | Kalkuniliha , Õli, Sibul, Küüslauk |
| | Valge kaste maiserohelisega | 50 | | | | | 1;2 | Jahu nisu, Väi 82%, Pim 2.5%, Õli, Petersell, Till |
| | Keedetud tatar | 130 | | | | | | |
| | Tomat, Valge redis, Peet | 90 | | | | | | |
| | Salatkaste | 5 | | | | | 10.2 | Õli oliv, Maisestamata jogurt 2.5%, Till värske, Sidrunimahli, Sinep kange, Õli, Küüslauk |
| | Seemne-pähklisegu | 5 | | | | | 11.6 | |
| | Pria piim, R 3.5 % | 100 | | | | | 2 | Pim 3.5% |
| | Pria piim | 80 | | | | | | |
| CODE | Kanepiseemneleib rukkiteradega, Eesti Paagar | 20 | | | | | 1;11;2 | |
| | Ahjuomlett | 80 | | | | | 1;2;3 | Jahu nisu, Pim 2.5%, Muna, Õli, Till värske |
| | Mustsõstra-jogurtikokteil | 150 | | | | | 2 | Mustsõstar, Maisestamata jogurt 2.5% |
| | Rosinad näksimiseks | 15 | | | | | | |
| | Taisterasepik, Eesti Paagar | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| TEISIPÄEV KOKKU : | 200 | 1182 | 32.95 | 45.50 | 161.21 | | | |
| HS | Vieviljapuder | 200 | | | | | 1;2 | 5- viljahelbed pudrule, Pim 2.5% |
| | Maaska toormoos | 40 | | | | | | |
| LS | Mustsõstra mahlaajook | 100 | | | | | | |
| | Pria valge redis, Pria paprika | 70 | | | | | | |
| | Borõ sealihaga | 200 | | | | | | Sealiha , Õli, Tomatipasta 28-30%, Kapsas pea, Kartul, Peet, Porgand, Sibul |
| | Hapukoore R 20 % | 10 | | | | | 2 | |
| | Kuldne sepikuvorm | 80 | | | | | 1;2;3 | Sepik, Rosinad, Väi 82%, Pim 2.5%, Muna, Porgand |
| | Pria piim, R 3.5 % | 100 | | | | | 2 | |
| | Pria õun | 80 | | | | | | |
| | Munavõi | 20 | | | | | 2;3 | Väi 82%, Muna |
| | Rehe rukkvormleib, Eesti Paagar | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| | Tatar hakkihaga | 150 | | | | | | Tatar, Hakkiha , Õli, Porgand, Sibul, Küüslauk, Petersell, Till |
| CODE | Kurgi - spinatismuuti | 150 | | | | | | Sidrun, Õun, Ingver värske, Kurk värske, Spinat värske |
| | KOLMAPÄEV KOKKU : | 200 | 1202 | 40.21 | 46.28 | 159.46 | | |
| HS | Piima - rukkihelbesupp | 200 | | | | | 1;2 | Rukkihelbed, Pim 2.5% |
| | Tomatisalsa | 20 | | | | | | Õli oliv, Petersell, värske, Sibul punane, Tomat |
| LS | Rukkisepik, Eesti Paagar | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| | Pria porgand, Pria kõrvits | 70 | | | | | | |
| | Kala pikipois | 50 | | | | | 1;11;2;3;4 | Õne sepik, Eesti paagar, Punase kala hakkiha, Valge kala hakkiha, Muna, Õli, Sibul, Kõrvitsaseemned, Linaseemned, Päevalliseemned, Seesamiseemned valged |
| | Valge kaste maiserohelisega | 50 | | | | | 1;2 | Jahu nisu, Väi 82%, Pim 2.5%, Õli, Petersell, Till |
| | Keedetud odrakruup | 130 | | | | | 1 | |
| | Kaalikas, Hiinakapsas, Värske paprika | 90 | | | | | | |
| | Salatkaste | 5 | | | | | 10.2 | Õli oliv, Maisestamata jogurt 2.5%, Till värske, Sidrunimahli, Sinep kange, Õli, Küüslauk |
| | Seemne-pähklisegu | 10 | | | | | 11.6 | |
| | Pria piim, R 3.5 % | 150 | | | | | 2 | |
| | Värske melon | 80 | | | | | | |
| CODE | Must Jassi seemneleib, Eesti Paagar | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| | Riis - aedviljavorm | 150 | | | | | 2;3 | Riis sõmer, Kodujuust 5%, Pim 2.5%, Rõivjuust 23%, Muna, Õli, Suvikõrvits, tsukiini, Paprika punane, Sibul, Tomat, Till |
| | Rabarberi-maaska smuuti | 150 | | | | | | Maasikas - Rabarber, Banaan |
| | Rosinad näksimiseks | 20 | | | | | | |
| | Soe kummeli - apelsini jook | 50 | | | | | | |
| NELJAPÄEV KOKKU : | 200 | 1195 | 39.00 | 37.18 | 179.13 | | | |
| HS | Odrahelbepuder | 200 | | | | | 1;2 | Odrahelbed, Pim 2.5% |
| | Marja toormoos | 40 | | | | | | |
| LS | Pria piim, R 3.5 % | 150 | | | | | 2 | |
| | Tomat, Värske kapsas | 70 | | | | | | |
| | Lihntõn hakkihasupp | 200 | | | | | | Veisehakkliha, Õli, Kartul, Porgand, Sibul, Till |
| | Õuna - rukkikook | 70 | | | | | 1;2;3 | Õun, Jahu nisu, Jahu rukki, Pim 2.5%, Muna, Õli |
| | Kivi | 80 | | | | | | |
| | Kikerhememääre | 20 | | | | | | Õli, Kikerhermes, Küüslauk |
| | Taistera rukkileib, Eesti Paagar | 20 | | | | | 1;11;2 | |
| | Kuskuss kanalihaga | 150 | | | | | 1 | Kuskuss päri, Kanaliha, Õli, Porgand, Sibul |
| | Marja smuuti | 130 | | | | | | Marjasegu , Banaan, Mahl |
| | Mustsõstra mahlaajook | 50 | | | | | | |
| REEDE KOKKU : | 200 | 1184 | 36.57 | 40.29 | 170.75 | | | |
| HS | Omlett ürtidega | 80 | | | | | 2;3 | Pim 2.5%, Muna, Õli, Petersell, värske, Basilik |
| | Sealihamaare | 20 | | | | | 2 | Sealiha, Maisestamata jogurt 2.5% |
| LS | Kaerasepik, Eesti Paagar | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| | Pria piim, R 3.5 % | 100 | | | | | 2 | |
| | Pria nuikapsas, Pria valge redis | 70 | | | | | | |
| | Läätse - tomatikollet | 50 | | | | | 1;3 | Jahu rukki, Läätse punased, Rosinad, Muna, Purustatud tomatid omas mahlas, Õli, Sibul, Petersell |
| | Koorekaste tilliga | 50 | | | | | 1;2 | Jahu nisu, Kohvikoor 10%, Õli, Till |
| | Keedetud kartulid | 130 | | | | | | |
| | Kaalikas, Värske kurk, Porgand | 90 | | | | | | |
| | Salatkaste | 5 | | | | | 10.2 | Õli oliv, Maisestamata jogurt 2.5%, Till värske, Sidrunimahli, Sinep kange, Õli, Küüslauk |
| | Seemne-pähklisegu | 5 | | | | | 11.6 | |
| | Rosinad näksimiseks | 10 | | | | | | |
| CODE | Õuna mahlaajook | 100 | | | | | | |
| | Banaan | 80 | | | | | | |
| | Peremehe rukkileib, Eesti Paagar | 20 | | | | | 1;11;2 | |
| | Salge kalasupp | 150 | | | | | 4 | Saidifilee , Õli, Kartul, Porgand, Porrulauk, Sibul, Till |
| | Kõdune marjakook | 80 | | | | | 1;2;3 | Marjasegu , Jahu nisu, Pim 2.5%, Muna, Õli |
| NADALA KESKMINE KOKKU : | 200 | 1186 | 38.59 | 40.5 | 169.08 | | | |

Kasutame toidu valmistamisel mahe muna, piim, jogurt, kartul, porgand, peet, kaera-, odra-, rukk-, nisuhelbed, hirs, banaan, riis, pasta, mustasõstra- ja õunamahli, veisehakkliha, veiseliha, läätsed, kikerhermed, suhkkur