

| Tartu Lasteaed Klabumaa menüü 23.09-27.09.2024 lasteaiavanimale rühmale 6-7 aastastele | | Valmis stoidu kg | Toidu energia, kJ | Valgud, grammi | Rasvad, grammi | Süsivesikud , grammi | Allergeen |
|--|---|------------------------|-------------------------|-------------------|-------------------|-------------------------|---|
| ESMASPÄEV KOKKU : | | 1571 | 50.74 | 48.70 | 241.17 | | |
| HS | Rukkihelbepuder (mahe rukkihelbed, piim) | 300 | | | | | 1,2 Rukkihelbed, Piim 2,5% |
| | Kirss | 30 | | | | | |
| LS | Pria keefir, R 2.5 % (mahe keefir) | 150 | | | | | 2 |
| | Pria porgand (mahe), Pria valge redis | 80 | | | | | |
| LS | Bataadi - oapada | 150 | | | | | Purustatud tomatid omas mahlas, Õli, Punane aeduba , Bataat, Suvikõrvits, tsukiini, Sibul, Küüslauk |
| | Keedetud riis (mahe) | 180 | | | | | |
| LS | Värske kapsas, Värske paprika, Spinat | 120 | | | | | |
| | Salatikaste | 5 | | | | | 10,2 Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk |
| LS | Õuna mahlajook (mahe õunamah) | 50 | | | | | |
| | Pria piim | 100 | | | | | |
| LS | Ürdimääre | 5 | | | | | 2 Toorjuust 22%, Till värske, Petersell |
| | Jassi seemneleib | 30 | | | | | 1,11,2 |
| OODL | Tatar hakkliha (mahe veisehakkliha) | 250 | | | | | Tatar, Hakkliha , Õli, Porgand, Sibul, Küüslauk, Petersell, Till |
| | Maasika-kama smuuti | 180 | | | | | 1,2 Maasikas , Banaan, Rukki kama jahu, Maitsestatamata jogurt 2,5% |
| OODL | Seemne-pähklisegu | 15 | | | | | 11,6 |
| | TEISIPÄEV KOKKU : | 1512 | 59.32 | 49.69 | 205.88 | | |
| HS | Hirspuder (mahe hirss, piim) | 300 | | | | | 2 Hirss, Piim 2,5% |
| | Aedmarjamoos | 20 | | | | | |
| LS | Seemne-pähklisegu | 10 | | | | | 11,6 |
| | Pria piim, R 3.5 % (mahe) | 100 | | | | | 2 |
| LS | Pria kurk, Pria kapsas | 80 | | | | | |
| | Kreemine püreesupp kalkuniliha (mahe kartul, porgand) | 250 | | | | | 2 Kalkuniliha kuubik, Toorjuust 22%, Kartul, Lillkapsas, Porgand |
| LS | Röstitud sepikeetud | 10 | | | | | 1,2 |
| | Kakao - jogurtidessert | 160 | | | | | 2 Kakaopulber, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Kohupiimapasta 3% |
| LS | Marja toormoos | 30 | | | | | |
| | Mustsõstra mahlajook (mahe) | 50 | | | | | |
| LS | Värske melon | 100 | | | | | |
| | Peedihummus | 10 | | | | | Õli, Kikerhernes, Peet keedetud, Küüslauk |
| LS | Kanepiseemneleib rukkiteradega | 30 | | | | | 1,11,2 |
| | Ahjuomlett (mahe muna, piim) | 150 | | | | | 1,2,3 Jahu nisu, Piim 2,5%, Muna, Õli, Till värske |
| OODL | Sealihamääre | 5 | | | | | 2 Sea abaliha, Maitsestatamata jogurt 2,5% |
| | Rukkiseepik | 30 | | | | | 1,11,2 |
| OODL | Mango - banaanismuuti | 180 | | | | | 2 Banaan, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Mango |
| | Rosinad näksimiseks | 15 | | | | | |
| KOLMAPÄEV KOKKU : | | 1563 | 57.96 | 69.47 | 180.19 | | |
| HS | Tatrahelbepuder (mahe piim) | 300 | | | | | 2 Tatrahelbed, Piim 2,5% |
| | Kodujuust R5% | 30 | | | | | 2 |
| LS | Pria keefir, R 2.5 % (mahe keefir) | 150 | | | | | 2 |
| | Pria tomat, Pria varsseller | 80 | | | | | 9,00 |
| LS | Kala pikkpoiss (mahe muna, sibul) | 60 | | | | | 1,11,2,3,4 Õnne seepik, Eesti pagar, Punase kala hakkliha, Valge kala hakkliha, Muna, Õli, Sibul, Kõrvitsaseemned, Linaseemned, Päevaliliseemned, Seesamiseemned valged |
| | Valge kaste maitserohelisega (mahe piim) | 50 | | | | | 1,2 Jahu nisu, Või 82%, Piim 2,5%, Õli, Petersell, Till |
| LS | Keedetud pärl kuskuss | 180 | | | | | 1 |
| | Värske kurk, Valge redis, Porgand (mahe) | 120 | | | | | |
| LS | Salatikaste | 10 | | | | | 10,2 Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk |
| | Seemne-pähklisegu | 5 | | | | | 11,6 |
| LS | Roheline tee | 50 | | | | | |
| | Arbuus (mahe) | 100 | | | | | |
| LS | Hernemääre (mahe hernes) | 5 | | | | | |
| | Kodukandi rukkileib, Eesti Pagar | 30 | | | | | Sidrunimahl, Hernes, Õli, Küüslauk |
| OODL | Kõõgiviliasupp kanalihaga (mahe riis, kartul, porgand) | 250 | | | | | 1,11,2 Riis sömer, Broileri kints seljata, Õli, Brokoli, Kartul, Lillkapsas , Porgand, Sibul, Till värske, Küüslauk |
| | Läätsekook (mahe läätseid, piim, muna) | 110 | | | | | 3 Mustsõstar, Kakaopulber, Kookoshelbed, Muna, Õli, Läätseid punased |
| NELJAPÄEV KOKKU : | | 1544 | 45.21 | 47.56 | 232.76 | | |
| HS | Omllett basilikuga (mahe muna, piim) | 130 | | | | | 2,3 Piim 2,5%, Muna, Õli, Basilik lahtine |
| | Juustuvõie | 10 | | | | | 2 Või 82%, Riivjuust 23% |
| LS | Taisteraseepik | 30 | | | | | 1,11,2 |
| | Pria piim, R 3.5 % (mahe) | 150 | | | | | 2 |
| LS | Pria kaalikas, Pria nuikapsas | 80 | | | | | |
| | Ukraina Borš sealiha (mahe kartul, porgand) | 280 | | | | | Sealiha kuubikud, Õli, Tomatipasta 28-30%, Kapsas pea, Kartul, Paprikasegu , Peet keedetud, Porgand, Sibul, Küüslauk |
| LS | Hapukoor, R 20 % | 10 | | | | | 2 |
| | Kama- kohupimakreem marjadega | 130 | | | | | 1,2 Marjasegu , Rukki kama jahu, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Kohupiimapasta 3% |
| LS | Õuna mahlajook (mahe õunamah) | 50 | | | | | |
| | Banaan (mahe) | 100 | | | | | |
| LS | Porgandihummus (mahe porgand, kikerhernes) | 5 | | | | | Õli, Kikerhernes, Küüslauk, Sidrun, Porgand |
| | Rehe rukkivormileib | 30 | | | | | 1,11,2 |
| OODL | Pilaff kõõgiviljadega (mahe riis, sibul, porgand) | 250 | | | | | Riis sömer, Õli, Tomatipasta 28-30%, Porgand, Sibul, Till värske, Küüslauk |
| | Kivi-kurgismuuti õunaga (mahe õunamah) | 180 | | | | | Banaan, Kivi, Õun, Kurk värske, Spinat värske |
| OODL | Rosinad näksimiseks (mahe) | 30 | | | | | |
| | REEDE KOKKU : | 1556 | 60.51 | 51.15 | 215.47 | | |
| HS | Piima - kolmeviljahelbesupp (mahe helbed, piim) | 250 | | | | | 1,2 8- viljahelbed pudrule, Piim 2,5% |
| | Kanaviil | 5 | | | | | Broileri kintsuliha nahata, kondita, Õli |
| LS | Kaeraseepik | 30 | | | | | 1,11,2 |
| | Pria paprika, Pria lillkapsas | 80 | | | | | |
| LS | Hakklihapall veisehakklihast (mahe veisehakkliha, muna) | 60 | | | | | 1,3 Sūdamesepik, Riivsa, Veisehakkliha, Muna, Õli, Sibul, Küüslauk |
| | Valge kaste maitserohelisega | 50 | | | | | 1,2 Jahu nisu, Või 82%, Piim 2,5%, Õli, Petersell, Till |
| LS | Kartulipuder (mahe kartul, piim) | 180 | | | | | 2 Või 82%, Piim 2,5%, Kartul |
| | Peet, Tomat, Kaalikas | 120 | | | | | |
| LS | Salatikaste | 5 | | | | | 10,2 Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk |
| | Pria piim, R 3.5 % (mahe) | 150 | | | | | 2 |
| LS | Pria õun (mahe õun) | 100 | | | | | |
| | Ürdivõie | 5 | | | | | 2 Sidrunimahl, Või 82%, Till värske |
| OODL | Kodukandi rukkileib | 20 | | | | | 1,11,2 |
| | Lõhepasta (mahe pasta, porgand, sibul) | 250 | | | | | 1,2,4 Lõhe filee tükid nahata, Pasta spiraalid, Tärklis maisi, Piim 2,5%, Juust sulatatud, Õli, Brokoli, Porgand, Sibul, Till |
| OODL | Soe piparmündi - marjajook | 50 | | | | | |
| | Arbuusi - maasikasmuuti | 180 | | | | | Maasikas , Arbuus, Banaan |
| NÄDALA KESKMINNE KOKKU : | | 1549 | 54.75 | 53.31 | 215.09 | | |