

Tartu Lasteaed Klaabu/Sirel menüü Aprill 2024 lasteaia rühmale 1-2(3) 3-5 ja 6-7 aastastele		Valmistoidu kaal, grammi	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammi	Rasvad, grammi	Süsivesikud, grammi
HS	Hirsipuder	130/180/200				
	Kirsiaia moos , Rõngu Mahl AS	10g/10g/20g				
	Piim 2,5% PRIA	130/150/180				
	Porgand PRIA	70				
LS	Sea-veisehakklihast kaste	100/120/150				
	Sõmer tatar	100/130/170				
	Valged seesamiseemned	5g				
	Riivitud kapsas,redise laastud,maitseroheline	80				
	Puuvilja-keefirismuuti	130/150/180				
	Täisterarukkileib	20/20/30				
OOD	Pirn PRIA	80				
	Kana-köögiviljasupp peterselliga	180/200/250				
Vormiruks 57% täistera		30				
15.aprill ESMASPÄEV KOKKU:			982/1197/1444	38/47/57	39/46/56	124/154/186
HS	Kolmevilja täisterahelbest puder	130/180/200				
	Maaska kuubikud PRIA	10g/10g/20g				
	Piim 2,5% PRIA	150/180				
LS	Kaalikas PRIA	70				
	Kuldne kalasupp (porru, tomat, zukini, kartul)	180/230/250				
	Kohupiima-banaanivaht	100/120/150				
	Täisterarukkileib Ruks	30				
OOD	Õuna sektorid PRIA	80				
	Penned kõrvitsa-koorekastmes	100/130/170				
Rosina joogikissell		130/150/180				
16.aprill TEISIPÄEV KOKKU:			901/1147/1362	33/43/49	22/28/34	144/182/217
HS	Piima-tähekestesupp	180/200/230				
	Täisteraleib oapasteediga	30/55				
	Kapsas, paprika PRIA	70				
LS	Ahjus küpsetatud kanakints	50/50/65				
	Keedetud kartul	100/120/170				
	Riivitud kaalikas, tomati viilud, spinat	80				
	Mandli laastud	5g				
	Soe koorekaste	30/50/60				
	Must täisterarukkileib	20g/20g/30g				
OOD	Banaan	80				
	Mustika purukook, rukki ja nisujahu (muna)	50/70/90				
Piim 3,8-4,4% PRIA		130/150/180				
17.aprill KOLMAPÄEV KOKKU:			939/1154/1399	38/43/53	27/34/41	138/169/207
HS	Odratangust puder	130/180/200				
	Mustsõstra toormoos	10g/10g/20g				
	Kakao	130/150/180				
	Nuikapsas PRIA	70				
LS	Minestrone supp liha ja värskete maitserohelisega	180/230/250				
	Õuna-leivakreem	100/120/150				
	Vahukoor	20g/20g/30g				
	Horeca teraleib	20/30/30				
	Apelsin	80				
OOD	Kartuli-oasalat (valge uba, kartul, hapukoor, kurk, õun)	100/120/150				
	Must vormileib	20/30/30				
18.aprill NELJAPÄEV KOKKU:			913/1113/1297	31/39/44	33/41/48	122/149/173
HS	Omllett tomati ja ürtidega	80/100/120				
	Teraleib võiga	25				
	Soe mahlajook	100				
	Lillkapsas, porgand PRIA	70				
LS	Ühepajatoit kikerhernestega	180/200/230				
	Riivitud valge redis, aurutatud brokoli	80				
	Seemnesegu, külm pres. oliiviõli	5g/5g				
	Rukkileib	20				
	Maasikajogurt Pajumäe	130/150/180				
	Melon Pria	80				
OOD	Piima-täistera kaerahelbest supp	180/200/230				
	Ahjusai kohupiimaga	30/50/50				
19.aprill REEDE KOKKU:			1083/1199/132	45/52/58	49/54/59	119/131/144
NADALA KESKMINE KOKKU:			963/1161/1366	37/45/52	34/40/48	129/158/187