

**MENÜÜ**  
2.-5.september 2025.a.

**Energia Valgud Rasvadüsivesil**  
kcal g g g

2.sept.	Pasta bolognese kastmes (täisteramakaron ( <b>gluteen</b> ), sibul, hakkliha, pur.tomat, tomatipasta, porgand, juurseller)	<b>280g</b>	531,3	12,7	15,33	78,37
	Kala hapukoore -tillikastmes (kalafilee, hapukoor- <b>laktoos</b> , till, jahu- <b>gluteen</b> )	<b>130g</b>	182,8	1,63	7,26	5,21
	keedetud makaron ( <b>glut.</b> )	<b>75g</b>	93,6	2,3	0,82	20,7
	keedetud riis	<b>75g</b>	74,3	1,9	0,81	20,5
	toorsalatid valikus, seemnesegu	<b>80/10g</b>	122,3	3,65	6,08	9,93
	vesi sidruniga	<b>200g</b>				
	piim ( <b>laktoos</b> ), keefir ( <b>laktoos</b> )	<b>200g</b>	106	6,5	5	8,9
	leivatooted- <b>gluteen</b> , puuvili	<b>50/70g</b>	196,9	5,43	2,04	37,03
			<b>956,5</b>	<b>28,28</b>	<b>28,45</b>	<b>134,23</b>
			<b>878,2</b>	<b>24,65</b>	<b>24,48</b>	<b>107,87</b>
3.sept.	Seljanka hapukoorega (sealiha, sink (kartul, sibul, kons.kurk, tom.pasta, hapukoor ( <b>lakt.</b> ))	<b>300/3g</b>	216,8	10,59	11,61	18,87
	Hakkliha-juurviljasupp (hakkli.sibul, porg, hern, õli, kart)	<b>300g</b>	249,3	9,85	15,56	18,4
	õunasupp vahukoorega <b>lakt.</b> (õun, suhkur, tärklis, leivatooted- <b>gluteen</b> )	<b>150/20g</b>	193,1	0,53	4,49	37,09
	leivatooted- <b>gluteen</b>	<b>50g</b>	163,1	5,15	1,76	29,61
	piim ( <b>laktoos</b> ), keefir ( <b>laktoos</b> )	<b>200g</b>	106	6,5	5	8,9
	toores porgand tükina	<b>70g</b>	25,1	0,64	0,26	4,97
			<b>704,1</b>	<b>23,41</b>	<b>23,12</b>	<b>99,44</b>
			<b>736,6</b>	<b>22,67</b>	<b>27,07</b>	<b>98,97</b>
4.sept.	Kanaliha rõsakoorekastmes (toidukoor- <b>laktoos</b> )	<b>150g</b>	188,1	11,15	13,6	2
	Paneeritud kala ( <b>glut.</b> ), hapukoorekaste ( <b>lakt.glut.</b> )	<b>1tk</b>	269	12,4	13,71	18,56
	kartulipuder (kartul, piim- <b>laktoos</b> )	<b>75g</b>	68	1,18	0,33	14,4
	keedetud riis	<b>75g</b>	74,3	1,9	0,81	20,5
	toorsalatid valikus, seemnesegu	<b>80/10g</b>	122,3	3,65	6,08	9,93
	puuviljatee ja suhkur	<b>200/5g</b>	32,5			8
	piim ( <b>laktoos</b> ), keefir ( <b>laktoos</b> )	<b>200g</b>	106	6,5	5	8,9
	leivatooted ( <b>gluteen</b> )	<b>50g</b>	166,3	4,3	1,19	31,87
			<b>683,2</b>	<b>26,78</b>	<b>26,2</b>	<b>75,1</b>
			<b>764,1</b>	<b>28,03</b>	<b>26,31</b>	<b>91,66</b>
5.sept.	Peedisupp hapukoorega (peet, kartul, porgand, õli, sealiha, hapukoor- <b>lakt.</b> )	<b>300/3g</b>	218,1	8,4	10,79	16,76
	Kuldne kalasupp	<b>300g</b>	140,1	7,97	2,65	26,21
	kakaokissell maasikatoormoosiga (piim ( <b>laktoos</b> ), kakao, suhkur, tärklis)	<b>130/20g</b>	178	4,2	3,18	32,9
	leivatooted ( <b>gluteen</b> )	<b>50g</b>	166,3	5,6	1,63	30,73
	piim ( <b>laktoos</b> ), keefir ( <b>laktoos</b> )	<b>200g</b>	106	6,5	5	8,9
			<b>668,4</b>	<b>24,7</b>	<b>20,6</b>	<b>89,29</b>
			<b>590,4</b>	<b>24,27</b>	<b>12,46</b>	<b>98,74</b>

Allergeenide kohta toidus saab infot söökla juhatajalt









b