

MENÜÜ

23.-27. märts 2026.a.

Energia Valgud Rasva Süsiv.

		kcal	g	g	g	
23.märts	Kanapada tomatiga (kanakintsuliha, riis,õli,porgand,sibul,purust.tomat,) toorsalatid valikus ,seemnesegu Kalapihv -G,hapukoorekaste (hapukoor-L, jahu-G) keedetud makaron-G keedetud riis piparmünditee ja suhkur keefir(2,5%)-L,piim(2,5%) -L leivatooted-G	300g	490,1	19,76	11,66	72,16
		80/10g	122,3	3,65	6,08	9,93
		60/25g	142	6,4	7,43	10,06
		75g	93,6	2,3	0,82	20,7
		75g	74,3	1,9	0,81	20,5
		200/5g	32,5			8
		200g	106	6,5	5	8,9
		50g	163,1	5,15	1,76	29,61
			914	35,06	24,5	128,6
			659,5	24,00	21,09	87,20
24.märts	Juurvilja-makaronisupp sealihaga(sealiha,kartul,sibul, porg.,tomat,kapsas,roh.hernes,nuudlid- G) Borš sealiha ja hapukoorega (peet,v.kapsas,kartul,porgand,sibul,õli,sealiha,hapukoor-L) banaani-jogurtimagustoit(maitsestatamata jogurt-L ja värske banaan) mangopüreega leivatooted - G piim(2,5%)-L,keefir(2,5%)-L	300g	220,9	8,99	13,09	37,2
		300/3g	201,6	8,31	13,77	15,66
		150g	119,1	3,46	3	21,3
		50g	163,1	5,15	1,76	29,61
		200g	106	6,5	5	8,9
			609,1	24,1	22,85	97,01
			589,8	23,42	23,53	75,47
25.märts	Pasta hakkliha ja juurviljadega (pasta-G,porg.,sibul,õli,hakkliha) Koorene lõhepasta porruga (kalafilee , pasta-G,porru,toiduõli,toidukoor 20%-L) toorsalatid valikus,seemnesegu tee ja suhkur piim(2,5%)-L,keefir(2,5%)-L leivatooted - G	270g	453,2	13,46	13,23	48,4
		270g	399,8	20,97	12,72	49,93
		80/10g	122,3	3,65	6,08	9,93
		200/5g	32,5			8
		200g	106	6,5	5	8,9
		50g	166,3	5,6	1,63	30,73
			880,3	29,21	25,94	105,96
			826,9	36,72	25,43	107,49
26.märts	Kuldne kalasupp tilliga (kala ,kartul,sibul,porgand,riis , till) Värskekapsasupp sealihaga (v.kapsas,kartul,porgand,sibul,toiduõli,sealiha) puuviljasalat(värsked puuviljad) vahukoorega-L piim(2,5%)-L,keefir(2,5%)-L leivatooted - G	300/3g	162,4	8,36	4,67	26,84
		300g	176,8	6,18	10,77	15,31
		120/20g	124,3	0,83	8,76	22,79
		200g	106	6,5	5	8,9
		50g	166,3	5,6	1,63	30,73
			559	21,29	20,06	89,26
			573,4	19,11	26,16	77,73
27.märts	Ühepajatoit sealihaga (sealiha,kartul,porgand, v.kapsas ,kaalikas) toorsalatid valikus,seemnesegu Valge kala hapukoorekastmes (kalafilee,hapukoor-L,till,jahu-G) keedetud kartul keedetud riis leivatooted - G sidrunivesi piim (2,5%)-L,keefir (2,5%)-L puuvili	300g	427,4	13,23	17,69	31,48
		80/10g	122,6	3,65	6,08	9,93
		130g	132,8	10,63	8,22	4
		75g	78	1,2	0,11	17,8
		75g	74,3	1,9	0,81	20,5
		50g	163,1	5,15	1,76	29,61
		200g	0,6	0,03	0,01	0,1
		200g	106	6,5	5	8,9
		70g	38,3	0,42	0,21	8,54
			858	28,98	30,75	88,56
			637,7	28,28	22,09	81,58

Allergeenide kohta toidus saab infot söökla juhatajalt
G-gluteen , L-laktoos