



NÄDALAMENÜÜ (1-3a./ aed) 17.-21.08.2026

	HOMMIKUSÖÖK	LÕUNASÖÖK	ÕHTUOODE	Toiteväärtused
E	Tatrapuder 150/200g või l 5/10g puuvilja- tee 120/150g vitamiin: porgand(PRIA) 40g	Kuldne kalasupp 200/250g seemne- /rukkileib g 30/40g kakaokohupiimakreem l 120/150g marjad 15/20g	Kodune kanapasta g 120/150g Hiina kapsa- salat hapukoorega l 20/30g piim l 120/150g vitamiin: õun(PRIA) 40g	Energia(kcal) 950/1196 Süsivesikud(g) 162/173 Rasvad(g) 22,5/35,5 Kiudained(g) 11,2/14,4 Valgud(g) 48,6/54,5
T	Piima-riisisupp l 200/250g võisepik tomatiga lg 30/40g taimetea 100/120g vitamiin: kurk(PRIA) 40g	Kapsa-läätsehautis (lihata) 120/150g aurutatud kartul 120/150g rukkileib g 30/40g mahl (LS) 150/200g	Poke kauss riisi-, köögiviljade- ja munaga m 150/180g jogurtikaste l 20/40g seemne seepik g 15/20g piim(PRIA) l 150/200g vitamiin: melon 40g	Energia(kcal) 883/1129 Süsivesikud(g) 166/173 Rasvad(g) 24,2/35,7 Kiudained(g) 12,3/15,9 Valgud(g) 33,9/36
K	Hirsipuder päevalille- seemnetega l 150/200g marjapüree 20g piparmünditee 120/150g vitamiin: kapsas(PRIA) 40g	Külasupp veiselihaga 200/250g seemneleib g 30/40g maasikatarretis 120/150g vahukoor l 10/20g	Juurviljaraguu 180/200g tomatisalad 30/40g seemneseepik g 15/25g maitsevesi (LS) 150/200g vitamiin: ploom 50g	Energia(kcal) 867/1052 Süsivesikud(g) 176/183 Rasvad(g) 14,2/25,7 Kiudained 14,8/19,4 Valgud(g) 27,7/31,3
N		RÕÕMSAT TAASISESISVUMIS- PÄEVA!		
R	7-viljapuder seemnetega lg 150/200g marjad 20g piim(PRIA) l 120/150g vitamiin: redis 40g	Keefirimarinaadis küpsetatud kana- kintsuliha l 60/80g aurutatud bulgur 100/120g praeleem 30/40g kapsa-redise- salat hapukoorega	Juurviljaamps (lill- kapsas, tomat, kurk, porgand, paprika) 60/80g juustune hapukoorekaste l 10/15g maitsevesi (LS)	Energia(kcal) 948/1199 Süsivesikud(g) 168/172 Rasvad(g) 29,6/32,1 Kiudained 19,1/23,4 Valgud(g) 50,4/59,7





		40/50g leib g 30/40g keefir(PRIA) l 120/150g	150/200g vitamiin: arbuus 40g	
--	--	---	---	--

* Infot allergeenide kohta võib küsida villmann@dussmann.ee

*Toidu valmistamisel kasutame 20-50% mahetoorainet

*Hommikused pudrud on 50% ulatuses täisteratoodetest

*Toidu valmistamisel kasutame mahedaid täistera pastatooteid

* Pakume PRIA piima ja köögivilja

*Kasutame täistera rukkijahust valmistatud pagaritoodete valikut

*Menüü on koostatud lastehoiu ja keskmisele lasteaia vanuserühmale

*joogivesi on saadaval rühmades

Värvide ja allergeenide tähendused menüüs-the meaning of the colors and allergis in the menu

Sealiha-pork	l laktoos
Loomaliha- beef	g gluteen
Kanaliha- chicken	m muna
Kala-fish	p päkel LS ilma lisatud suhkruta
Seguliha- meat mix	PT portsion toode
Taimne-no meat	VS vähese suhkruga

