



**MENÜÜ (1.-3a./ 4.-5a.) 22.-26.06.2026**

	HOMMIKUSÖÖK	LÕUNASÖÖK	ÕHTUOODE	Toiteväärtused
E	7-viljapuder seemne- tega lg 150/200g keedis 20g soe piim l 150/200g <b>vitamiin:</b> porgand(PRIA) 40g	<b>Kalaseljanka</b> 200/250g hapukoor l 10/20g seemne-/ rukkileib g 30/40g kohupiim rosinatega l 120/130g puuviljapüree 20/30g	Kreeka jogurt (topsis, maitsesta- mata) l 1 tk. <b>vitamiin:</b> õun(PRIA) 1 tk.	Energia(kcal) 944/1073 Süsivesikud(g) 153/163 Rasvad(g) 21,9/27,2 Kiudained(g) 12,3/15,1 Valgud(g) 44,3/54,2
T		<b>PALJU ÕNNE VÕIDUPÜHA PUHUL!</b>		
K		<b>PÄIKSELIST JAANIPÄEVA!</b>		
N	Tatrapuder 150/200g või l 5/10g pipar- münditee 120/150g <b>vitamiin:</b> kapsas(PRIA) 40g	<b>Küpsetatud kala</b> 60/80g keedetud kuskuss g 100/120g jogurtikaste l 40/50g kapsa- kurgisalat 40/50g Must vormileib g 30/40g piim(PRIA) 150/200g	<b>Peedisupp veise- lihaga</b> 200/250g hapukoor l 10/20g rukkileib g 30/40g <b>vitamiin:</b> banaan 50g	Energia(kcal) 948/1184 Süsivesikud(g) 169/173 Rasvad(g) 33,2/37,9 Kiudained(g) 17,8/20,4 Valgud(g) 38,2/47,9
R	Munapuder lm 100/120g porgandisalat 30/40g seemne sepik g 15/20g soe piim l 120/150g <b>vitamiin:</b> redis 40g	<b>Värskekapsasupp sealihaga</b> g 200/250g hapukoor l 10/20g seemne-/ rukkileib g 30/40g rõstitud kaerahelbe-õuna magustoit gl 70/80g kissell 70/80g	Kodujuustusalat hapukoorega (tomat, kurk, redis, muna) lm 120/150g kaerapehmik g 20/40g maitsevesi (LS) 150/200g <b>vitamiin:</b> pirn(PRIA) 50g	Energia(kcal) 1031/1199 Süsivesikud(g) 139/162 Rasvad(g) 33,4/38,8 Valgud(g) 48,6/56,8

\* Infot allergeenide kohta võib küsida [villmann@dussmann.ee](mailto:villmann@dussmann.ee)

\*Toidu valmistamisel kasutame 20-50% mahetoorainet

\*Pakume lastele PRIA piima ja köögivilja

\*Hommikused pudrud ja piimasupid on 50% täisteratoodetest





- \*Kasutame täistera rukkijahust valmistatud pagaritoodete valikut
- \*Menüü on koostatud hoiu- ja keskmisele lasteaia vanuserühmale
- \*Toidu valmistamisel kasutame mahedaid täistera pastatooteid
- \*jogivesi on saadaval rühmades

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

<b>Sealiha-pork</b>	l laktoos/ piim
<b>Loomaliha- beef</b>	g gluteen
<b>Kanaliha- chicken</b>	m muna
<b>Kala-fish</b>	p pähkel LS ilma lisatud suhkruta
<b>Seguliha- meat mix</b>	PT portsion toode
<b>Taimne-no meat</b>	VS vähendatud suhkruga

