



NÄDALAMENÜÜ (hoid/ aed) 3.-7.08.2026

	HOMMIKUSÖÖK	LÕUNASÖÖK	ÕHTUOODE	Toiteväärtused
E	4-viljapuder linaseemnetega lg 150/200g moos 20g soe piim l 120/150g vitamiin: porgand(PRIA) 40g	Kalasupp riisiga 200/250g rukki-/seemneleib g 30/40g maasika- kohupiimakreem l 140/160g	Kauboi kartul 150/180g redise- kurgisalat hapu- koorega l 30/40g maitsevesi (LS) 150/200g vitamiin: apelsin 40g	Energia(kcal) 889/1080 Süsivesikud(g) 157/162 Rasvad(g) 17,2/25,7 Valgud(g) 44,1/58,2
T	Hirsipuder lg 150/200g toor- moos 20g soe piim l 120/150g vitamiin: kapsas(PRIA) 40g	Pilaff lihata 200/220g peedisalat 40/50g leib g 30/40g mahlajook Küllus (LS) 120/150g	Sepiku-kohupiima- vorm virsikutega lgm 100/120g hapukoor 10% l 15/20g kakao l 120/150g vitamiin: banaan 40g	Energia(kcal) 940/1241 Süsivesikud(g) 183/195 Rasvad(g) 29,6/32,3 Valgud(g) 40,4/53,5
K	Munapuder juustuga ml 90/110g kapsa- paprikasalat 30/40g kaerasepik g 15/20g soe piim l 120/150g vitamiin: tomat(PRIA) 40g	Talupojasupp sealihaga g 200/250g rukki- /seemneleib g 30/40g kõrvitsavaht g 70/80g piim(PRIA) l 70/80g	Makaronid veise- hakklihaga g 150/180g Hiina kapsasalat 30/40g maitsevesi (LS) 150/200g vitamiin: melon 40g	Energia(kcal) 909/1156 Süsivesikud(g) 131/138 Rasvad(g) 36,9/44,6 Valgud(g) 47,8/57,9
N	Piima-kaerahelbe- supp lg 200/250g sepik pasteediga g 30/40g vitamiin: kurk(PRIA) 40g	Küpsetatud lõhe (PT) 60/80g aurutatud kartul 100/120g soe kaste lg 40/50g porgandi- ananassisalat 40/50g vormileib g 30/40g kissell (VS) 150/200g	Keedetud tatar 100/120g hapukoor 10% l 15g tomatisektorid 15/20g piim(PRIA) l 120/150g vitamiin: arbuus(PRIA) 40g	Energia(kcal) 943/1200 Süsivesikud(g) 166/174 Rasvad(g) 28,6/38,3 Valgud(g) 43,5/46,6
R	Riisipuder seesami seemnetega lp 150/200g keedis 20g taimetee 120/150g vitamiin: redis(PRIA) 40g	Kana-hakklihavorm (PT) mg 60/80g aurut.. kuskuss 100/120g jogurtikaste l 40/50g punase kapsasalat 40/50g	Lavašširull lg 90/110g maitsevesi (LS) 150/200g vitamiin: õun(PRIA) 40g	Energia(kcal) 937/1177 Süsivesikud(g) 163/176 Rasvad(g) 31,4/35 Valgud(g) 36,3/43,9





		Must vormileib g 30/50g joogijogurt l 150/200g		
--	--	---	--	--

* Infot allergeenide kohta võib küsida villmann@dussmann.ee

*Toidu valmistamisel kasutame 20-50% mahetoorainet

*Hommikused pudrud ja piimasupid on 50% täisteratoodetest

*Toidu valmistamisel kasutame mahedaid täistera pastatooteid

*PRIA piima ja puuvilja pakume igapäev

*Kasutame täistera rukkijahust valmistatud pagaritoodete valikut

*Menüü on koostatud hoiu 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 pähkel LS ilma lisatud suhkruta
Seguliha- meat mix	PT portsion toode
Taimne-no meat	VS vähese suhkruga

