

2023	ESMASPÄEV 02.jaan	TEISIPÄEV 03.jaan	KOLMAPÄEV 04.jaan	NELJAPÄEV 05.jaan	REEDE 06.jaan
Hommik	Mannapuder, moos, piim* 200/20/175	Piima-nuudlisupp, võisai juustuga, värsked kurk* 200/1tk	8-viljapuder, marjad, piim* 200/5/175	Piima-peentangusupp, sepik munavõidega, tomat* 200/ 1 tk	Kaerahelbepuder, või, piim* 200/5/175
Vahepala Pria	Õun* 75/	Värsked kapsas* 75/	Paprika* 75/	Porgand* 75/	Pirn* 75
Lõuna	Hernesupp sealihaga, leib, kakokissell, moos 250/40/200/20	Guljašš porgandiga, riis, peedi-küüslaugusalat, porgandi-ananassisalad, maitsevesi 130/150/30/30/200	Kahekalasupp, leib, apeslini-porgandikissell vahukoorega 250/40/200/20	Kartuli, hakkpall porgandiga, soe kaste, kapsa-värsked kurgisalat, korvitsasalad, keefir* 150/1tk/60/30/30/175	Koduneseljanka, hapukoor, sepik/leib, karulaugupesto, mannaht piimaga 250/10/40/40/10/100/100
Oode	Pannkook, moos, piim* 1tk/20/175	Keefiri*-marjamagustoit riivleivapuruga 200/20	Seemnepala pihviga, lehtsalat, kibuvitsatee, piim* 1tk/200	Jogurt* müsliiga, banaan 200/20/50	Juusturull, apelsinijook, piim* 1 tk/200

***Koolipuuvilja ja koolipiima toetab Euroopa liit. LASTEAIAL ON ÕIGUS TEHA VAJADUSEL MUUDATUSI!**

kcal	1052	1140	1109	1137	1049
valgud	39,4	37,8	39,1	38,7	36,7
rasvad	40,7	40,1	41,3	33,6	33,5
süsiv.	138,7	151,7	149,7	157,1	142