

2023	<i>Esmaspäev</i> 09.okt	<i>Teisipäev</i> 10.okt	<i>Kolmapäev</i> 11.okt	<i>Neljapäev</i> 12.okt	<i>Reede</i> 13.okt
------	----------------------------	----------------------------	----------------------------	----------------------------	------------------------

HOMMIK	Müsli kuivatatud puuviljadega ja pähklitega, joogijogurt	Rukkihelbepuder, mustsõstrad, piim*	Piima-hirsisupp, võileib, tomat*	Keedumuna, sulajuustu sepik, kurk*, kakaojook	Kaerahelbepuder õuna ja kaneeliga, piim*
	20/150	150/20/150	150/1tk/20	150/1tk/20	150/150
	30/180	200/20/175	200/1tk/20	200/1tk/20	200/175

VAHEPALA	Külmutatud maasikad*	Kurk*, pähklisegu	Õun*	Porgand*, mandlid	Pirn*
	50	50/10	75	75/10	75

LÕUNA	Läätsesupp veisehakkliha ja punaste ubadega, hapukoor, leib, või, odrajahuvaht õunamahlast, piim*	Hakkpall porgandiga, kartul, sinepikaste, marinreetud peedisalat, pett*	Koorene kalasupp, leib, maitsevõi tilliga, jõhvikakissell, sepikukuubikud	Lillkapsa-kartulipuder, kalkuniguljaš porgandiga, kaalikasalat hapukoorega, herved, keefir*	Borš sealihaga, hapukoor, leib, või, maasikajogurt
	200/10/1tk/10/60/80	1tk/120/40/60/150	200/1tk/10/120/20	120/100/30/30/150	200/10/1tk/10/120
	250/10/1tk/10/80/100	1tk/150/60/60/175	250/1tk/10/150/30	150/130/30/30/175	250/10/1tk/10/150

OODE	Kapsa-riisiroog, tomat*, keefir*	Kodujuustuvaht, marjasegu, maitsevesi	Koorene täisterapasta, paprika*, maitsevesi	Mannavorm, kirsibanaanikaste	Purukook pohladeaga, kibuvitsatee
	120/30/150	130/20/150	120/20/150	100/15	1tk/150
	150/30/175	150/30/175	150/20/175	120/20	1tk/175

<i>Energia</i>	1133	1162	1142	1042	1194
<i>Süsiv</i>	139	111	157	127	174
<i>Rasvad</i>	48,3	59,2	47,3	38,6	44,8
<i>Valgud</i>	44,2	51,5	31,3	54,7	33,4