

| | | Valmist oidu kaal, grammi | Toidue nergia, kcal | Valgu d, gram mi | Rasva d, gram mi | Süsivesi kud, grammi | Allerge en | |
|---|---|---|---------------------------|---------------------------|---------------------------|----------------------------|---|---|
| aed menüü 28.10-01.11.2024 lasteaia nooremale rühmale 3-5 aast | | | | | | | | |
| ESMASPÄEV KOKKU : | | | 1176 | 44,07 | 40,21 | 161,73 | | |
| HS | Nisuhelbepuder (mahe piim) | 200 | | | | | 1;2 Nisuhelbed, Piim 2,5% | |
| | Marjasegu | 20 | | | | | | |
| LS | Pria keefir, R 2.5 % (mahe keefir) | 150 | | | | | 2 | |
| | Pria porgand, Pria kurk (mahe porgand) | 70 | | | | | | |
| LS | Hakklihakaste veiselihast (mahe veisehakkliha, sibul) | 130 | | | | | 1;2 Jahu nisu, Veisehakkliha, Hapukoore 20%, Õli, Sibul, Till | |
| | Keedetud täisterariis (mahe) | 130 | | | | | | |
| | Värske kapsas, Värske paprika, Tomat (mahe paprika, kapsas, tomat) | 110 | | | | | | |
| | Salatikaste (mahe maitsestatamata jogurt) | 5 | | | | | 10;2 Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk | |
| | Õuna mahlajook (mahe õunamahl) | 50 | | | | | | |
| | Pria pirn | 80 | | | | | | |
| | Juustu viilud | 10 | | | | | 2 | |
| | Jassi seemneleib | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| | ODEE | Lõhepasta (mahe piim, brokoli, porgand, sibul) | 150 | | | | | 1;2;4 Lõhe filee , Pasta spiraalid, Tärkliis maisi, Piim 2,5%, Juust sulatatud, Õli, Brokoli, Porgand, Maasikas , Banaan, Melon, Peet |
| | | Banaani-peedi smuuti (mahe banaan, peet, maasikas, melon) | 150 | | | | | |
| Seemne-pähklisegu (mahe kõrvitsa- ja päevaliliseeemned) | | 10 | | | | | 11;6 | |
| TEISIPÄEV KOKKU : | | | 1170 | 35,56 | 31,26 | 187,02 | | |
| HS | Odrahelbepuder (mahe piim) | 200 | | | | | 1;2 Odrahelbed, Piim 2,5% | |
| | Aedmarjamoos | 10 | | | | | | |
| LS | Pria piim, R 3.5 % (mahe piim) | 100 | | | | | 2 | |
| | Pria tomat, Pria kapsas (mahe kapsas, tomat) | 70 | | | | | | |
| LS | Kõõgiviljasupp kikerhernestega (mahe kikerherned, kartul, porgand, porrulauk) | 200 | | | | | Õli, Kikerhernes, Kartul, Porgand, Porrulauk, Sibul, Petersell, Till | |
| | Kohupiimakreem (mahe maitsestatamata jogurt) | 85 | | | | | 2 Maitsestatamata jogurt 2,5%, Kohupiimapasta 3% | |
| | Maasikasupp (mahe maasikas) | 85 | | | | | Maasikas, tärkliis | |
| | Pria õun (mahe) | 80 | | | | | | |
| | Peedihummus (mahe kikerherned, peet) | 10 | | | | | Õli, Kikerhernes, Peet , Küüslauk | |
| | Kanepiseemneleib rukkiteradega | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| | Ahjujuust (mahe muna, piim) | 120 | | | | | 1;2;3 Jahu nisu, Piim 2,5%, Muna, Õli, Till värske | |
| | Toorjuustumääre | 5 | | | | | 2 Sidrunimahl, Toorjuust 22%, Till värske | |
| | Rukkiseepik | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| | Roheline smuuti selleriga (mahe banaan) | 150 | | | | | 9 Mahl , Banaan, Seller vars, Spinat, purustatud, Pirn | |
| ODEE | Mustõstra mahlajook (mahe mustõstramahl) | 50 | | | | | | |
| | Rosinad näksimiseks (mahe) | 10 | | | | | | |
| | KOLMAPÄEV KOKKU : | | | 1169 | 49,48 | 48,13 | 137,22 | |
| HS | Tatrahelbepuder (mahe piim) | 200 | | | | | 2 Tatrahelbed, Piim 2,5% | |
| | Kodujuust R5% | 20 | | | | | 2 | |
| LS | Pria keefir, R 2.5 % (mahe keefir) | 150 | | | | | 2 | |
| | Pria paprika, Pria suvikõrvits (mahe paprika) | 70 | | | | | | |
| LS | Hautatud sealihtükid | 50 | | | | | Sealiha, Õli, Küüslauk, Sibul | |
| | Valge kaste maitserohelisega (mahe piim) | 50 | | | | | 1;2 Jahu nisu, Väi 82%, Piim 2,5%, Õli, Petersell, Till | |
| | Keedetud kartulid (mahe) | 130 | | | | | | |
| | Värske kurk, Valge redis, Porgand (mahe porgand) | 90 | | | | | | |
| | Salatikaste (maitsestatamata jogurt) | 5 | | | | | 10;2 Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk | |
| | Seemne-pähklisegu (mahe kõrvitsa- ja päevaliliseeemned) | 5 | | | | | 11;6 | |
| | Roheline tee | 50 | | | | | | |
| | Pria ploom (mahe) | 80 | | | | | | |
| | Hernemääre | 5 | | | | | Sidrunimahl, Hernes, Õli, Küüslauk | |
| | ODEE | Kodukandi rukkileib, Eesti Pagar | 30 | | | | | 1;11;2 |
| Läätsestõstra kanalihaga (mahe porgand, sibul) | | 150 | | | | | 2 Apelsin, Läätsestõstra kanalid, Juust sulatatud, Õli, Porgand, Sibul, Petersell | |
| Õuna-kõrvitsakook (mahe õun, kõrvitsaseemned, keefir, muna) | | 80 | | | | | 1;2;3 Õun, Jahu nisu, Kõrvitsaseemned, Jahu kaera, Keefir 2,5%, Muna, Õli, Kõrvits | |
| NELJAPÄEV KOKKU : | | | 1157 | 33,98 | 37,27 | 171,90 | | |
| HS | Keedetud muna (mahe muna) | 40 | | | | | 3 Muna | |
| | Ürdivõid | 10 | | | | | 2 Sidrunimahl, Väi 82%, Till värske | |
| LS | Täisteraseepik | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| | Pria piim, R 3.5 % (mahe piim) | 150 | | | | | 2 | |
| LS | Pria kaalikas, Pria lillkapsas | 70 | | | | | | |
| | Koorene lõhesupp (mahe brokoli, porgand, sibul) | 200 | | | | | 2;4 Sidrun, Lõhe filee , Kohvikoor 10%, Õli, Brokoli, Kartul, Porgand, Sibul, Till | |
| | Ahju pannkook puuviljadega (mahe banaan, õun, päevaliliseeemned, piim) | 90 | | | | | 1;2;3 Banaan, Õun, Jahu nisu, Jahu odra, Päevaliliseeemned, Piim 2,5%, Muna, Õli | |
| | Õuna mahlajook (mahe õunamahl) | 50 | | | | | | |
| | Banaan (mahe) | 80 | | | | | | |
| | Porgandihummus (mahe porgand, kikerherned) | 5 | | | | | Õli, Kikerhernes, Küüslauk, Sidrun, Porgand | |
| | Rehe rukkivormileib | 30 | | | | | 1;11;2 | |
| | Kõõgivilja-riisiroog (mahe riis, rohelist herner, mais, porgand, sibul) | 150 | | | | | Riis sömer, Õli, Rohelised herner , Magusad maisiterad , Paprikasegu , Porgand, Sibul | |
| | Kirsi - jogurtismuuti (mahe kirss, maitsestatamata jogurt) | 150 | | | | | 2 Kirss, Maitsestatamata jogurt 2,5% | |
| | ODEE | Rosinad näksimiseks (mahe) | 20 | | | | | |
| REEDE KOKKU : | | | 1211 | 46,31 | 45,99 | 155,72 | | |
| HS | | Piima - hirsisupp (mahe piim) | 200 | | | | | 2 Hirss, Piim 2,5% |
| | Kalamääre | 10 | | | | | 2;4 Saidafilee , Väi 82% | |
| LS | Kaeraseepik | 20 | | | | | 1;11;2 | |
| | Pria kurk, Pria nuikapsas | 70 | | | | | | |
| LS | Karrine kalkuni - juustukaste (mahe piim, porgand, sibul) | 130 | | | | | 1;2 Jahu nisu, Kalkuniliha , Piim 2,5%, Juust sulatatud, Õli, Porgand, Sibul, Petersell | |
| | Keedetud pärl kuskuss | 130 | | | | | 1 | |
| | Valge redis, Kaalikas, Tomat (mahe tomat) | 90 | | | | | | |
| | Salatikaste (maitsestatamata jogurt) | 5 | | | | | 10;2 Õli oliiv, Maitsestatamata jogurt 2,5%, Till värske, Sidrunimahl, Sinep kange, Õli, Küüslauk | |
| | Pria piim, R 3.5 % (mahe piim) | 150 | | | | | 2 | |
| | Värske melon (mahe melon) | 80 | | | | | | |
| | Munavõi (mahe muna) | 5 | | | | | 2;3 Väi 82%, Muna | |
| | Kodukandi rukkileib | 20 | | | | | 1;11;2 | |
| | Tatar hakkliha (mahe porgand, sibul) | 150 | | | | | Tatar, Hakkliha , Õli, Porgand, Sibul, Küüslauk, Petersell, Till | |
| | ODEE | Soe piparmündi - marjajook | 50 | | | | | |
| Mustõstra-jogurtikokteil (mahe must sõstar, maitsestatamata jogurt) | | 130 | | | | | 2 Mustõstar, Maitsestatamata jogurt 2,5% | |
| NÄDALA KESKINE KOKKU: | | | 1177 | 41,88 | 40,57 | 162,72 | | |