

Lasteaia nädalamenüü

30.jaanuar 2023 – 03.veebruar 2023

	Esmaspäev	Teisipäev	Kolmapäev	Neljapäev	Reede
Hommikusöök	Nisuhelbepuder 130/170g Moos* 15/20g Koolipiim* 175g	Rukkihelbepuder 130/170g Päevalilleseemned* 3g Koolipiim* 175g	Piima-hirsisupp 130/170g Mitmeviljasepik munavõiga 20g	Täisterakaerahelbepuder 130/170g Või* 3g Koolipiim* 175g	Piima-odrahelbesupp 130/170g Mitmeviljasepik läätse- toorjuustumäärdega 20g
Terviseamps					
Koolipuuvili	Kaalikas* 20g	Värske kapsas* 20g	Porgand* 20g	Punane kapsas* 20g	Redis* 20g
Lõunasöök	Kana-riisiroog köögiviljadega 120/160g Porgandi-rosinasalat 30/40g Leib* 20g Kirsikissell 120/160g	Kala-riisiroog 180/220g Leib* 15g Mango-kohupiimavaht 80/120g	Värske kapsa-hakklihahautis (sea-veisehakklihast) 80/120g Kartul 100/130g Leib* 15g Karamellkissell 120/160g	Talupojasupp sealihaga 180/220g Leib*20g Kakaotarretis 80/120g Moos* 15/20g	Tatrarroog porgandi ja rohelist ubadega 120/160g Kirju kapsasalat hapukoorega 30/40g Leib* 15g Leiva-keefirikokteil 120/160g
Koolipuuvili Terviseamps	Õun* 50g	Pirn* 50g	Õun* 50g	Pirn* 50g	Viinamarjad* 50g
Õhtuode	Banaani-virsiku-keefirismuuti 120/160g Mitmeviljasepik või ja singiga 20g	Makaroni-köögiviljaroog 120/160g Maitsevesi kurgiga 130/170g	Pannkook* 2tk Moos* 15/20g Koolipiim* 175g	Kartuli-lillkapsapüree 100/130g Kaalikasalat 30/40g Mahlajook 130/170g	Porgandi-kohupiimavorm 60/80g Mahlakissell 80/120g

- Mõningad toidud võivad sisaldada lastele allergeene, allergeenide kohta saab infot toitlustajalt merike@mervir.ee telefon 5154432
- Mahlajoogid valmistatakse mahlakontsentraatidest, mis ei sisalda säilitusaineid ja serveeritakse soojalt või jahedalt.
- Koolipuuvilja ja koolipiima toetab Euroopa liit.
- Soojadele toitudele on lisatud maitseroheline.