



NÄDALAMENÜÜ (sõim/ aed)

11.-15.05.2026

	HOMMIKUSÖÖK	LÕUNASÖÖK	ÕHTUOODE	Toiteväärtused
<b>E</b>	Mannapuder seesamiseemnetega <b>glp</b> 150/200g keedis 20g piim <b>l</b> 120/150g <b>vitamiin:</b> kurk 50g	<b>Frikadellisupp g</b> 200/250g rukkileib <b>g</b> 30/40g kohupiimakreem <b>l</b> 120/130g toormoos 20/30g	<b>Kala-riisivorm (PT) lm</b> 120/150g kapsa-redise-salat hapukoorega <b>l</b> 30/40g sepik <b>g</b> 15/20g maitsevesi (LS) 150/200g <b>vitamiin:</b> pirn(PRIA) 50g	Energia(kcal) 1030/1287 Süsivesikud(g) 175/188 Rasvad(g) 37/38,2 Valgud(g) 50,1/55,2
<b>T</b>	Piima-hirsisupp <b>l</b> 200/250g võisepik juustuga <b>lg</b> 30/40g <b>vitamiin:</b> tomat 50g	<b>Kuskuss köögiviljadega (lihata) g</b> 200/250g Hiina kapsasalat maisiga 40/50g Must leib <b>g</b> 30/40g piim(PRIA) <b>l</b> 150/200g	<b>Kõrvitsapüreesupp l</b> 200/250g krutoonid <b>g</b> 10g kaerasepik <b>g</b> 15/20g <b>vitamiin:</b> apelsin 60g	Energia(kcal) 960/1060 Süsivesikud(g) 135/143 Rasvad(g) 38,4/41,2 Valgud(g) 27,4/35,6
<b>K</b>	Keedetud muna <b>m</b> 25/50g <b>võisepik linnulihapasteediga gl</b> 30/40g kakao <b>l</b> 120/150g <b>vitamiin:</b> kapas(PRIA) 50g	<b>Lõhe hakklihasupp</b> 200/250g seemneleib <b>g</b> 30/40g puuviljasalat 130/140g vahukoor <b>l</b> 10g	Kartulipüree <b>l</b> 120/150g kaalika-porgandisalat hapukoorega <b>l</b> 30/40g rukkisepik <b>g</b> 15/20 keefir(PRIA) <b>l</b> 120/150g <b>vitamiin:</b> õun(PRIA) 50g	Energia(kcal) 989/1081 Süsivesikud(g) 138/145 Rasvad(g) 34,1/41,3 Valgud(g) 35/40,6
<b>N</b>	Riisipuder kookos-helvestega <b>lp</b> 150/200g marjad 20g piim(PRIA) <b>l</b> 120/150g <b>vitamiin:</b> porgand(PRIA) 50g	<b>Kanapikkpoiss (PT) lg</b> 60/80g aurutatud kartul 100/120g soe kaste <b>lg</b> 30/40g kapsa-kõrvitsa-salat 40/50g leib <b>g</b> 30/40g mahlajook (LS) 150/200g	Einevõileib <b>lg</b> 80g maitsevesi 150/200g <b>vitamiin:</b> melon 50g	Energia(kcal) 893/1090 Süsivesikud(g) 177/184 Rasvad(g) 17,8/24,7 Valgud(g) 35/40,6
<b>R</b>	8-viljapuder kõrvitsa-seemnetega <b>lg</b> 150/200g marja-püree 20g taimetee 120/150g <b>vitamiin:</b> redis 50g	<b>Peedisupp veiselihaga</b> 200/250g hapukoor <b>l</b> 10/20g seemneleib 30/40g vanillipuding <b>l</b> 120/140g marjad 20/30g	Keedetud tatar 120/150g kurgiviilud 20/30g piim(PRIA) <b>l</b> 150/200g <b>vitamiin:</b> kiivi 50g	Energia(kcal) 873/1074 Süsivesikud(g) 111/122 Rasvad(g) 40,6/51,4 Valgud(g) 33,4/38,3

\* Infot allergeenide kohta võib küsida [villmann@dussmann.ee](mailto:villmann@dussmann.ee)

\*Toidu valmistamisel kasutame 20-50% mahetoorainet

\*Hommikused pudrud on 50% ulatuses täisteratoodetest

\*Toidu valmistamisel kasutame mahedaid täistera pastatooteid

\*Pakume PRIA piima ja puuvilja





- \*Kasutame täistera rukkijahust valmistatud pagaritoodete valikut
- \*Menüü on koostatud söimele ja keskmisele lasteaia vanuserühmale
- \*joogivesi on saadaval rühmades

**Värvide ja allergenide tähendused menüüs-the meaning of the colors and allergis in the menu**

<b>Sealiha-pork</b>	l laktoos
<b>Loomaliha- beef</b>	g gluteen
<b>Kanaliha- chicken</b>	m muna
<b>Kala-fish</b>	p pähkel <span style="float: right;">LS ilma lisatud suhkruta</span>
<b>Seguliha- meat mix</b>	PT portsion toode
<b>Taimne-no meat</b>	VS vähese suhkruga

