# Nädala menüü

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Esmaspäev 21.07.2025 | Teisipäev 22.07.2025 | Kolmapäev 23.07.2025 | Neljapäev 24.07.2025 | Reede 25.07.2025 |
| Hommikusöök | * Neljaviljahelbepuder * 120g/200g * Või 3g /5g * Piim (PRIA) 150g | * Maisimannapuder 120g/200g * Keedis 15g/20g * Piim (PRIA) 150g | * Odrahelbesupp 150g/250g * Sepik veisemaksapasteediga * 20g/35g | * 8-viljahelbepuder kliidega 120g/200g * Keedis 15g/20g * Piim 120g/150g | * Rukkihelbepuder * 120g/200g * Või 3g /5g * Piim 120g/150g |
| Vitamiinipaus | * Pirn (PRIA) 50g/60g | * Porgand 30g | * Tomat 30g | * Kaalikas 30g | * Värske kapsas 30g |
| Lõunasöök | * Guljašš hakklihast (sea-veisehakkliha) 100g/130g * Keedetud kartul 100g/130g * Rukkileib 15g/25g * Porgandisalat päevalilleseemnetega 40g/50g * Keefirikokteil 120g/150g | * Hartšoo sealihaga, maitserohelisega 200g/250g * Teraleib 20g/35g * Hapukoor 10g/15g * Kamavaht 100g/130g * Piim 100g/120g | * Kanakaste 100g/130g * Tatar 80g/100g * Rukkileib 15g/25g * Värskekapsa-värske kurgi salat tilliga 40g/50g * Keefirikokteil banaani ja marjadega 120g/150g | * Minestroonesupp sealihaga , maitserohelisega 200g/250g * Täisteraleib 20g/35g * Hapukoor 10g/15g * Virsikukissell 120g/150g * Vahukoor 15g/20g | * Kalapallid lõhehakklihast 50g/65g * Koorekaste 40g/60g * Rukkileib 15g/25g * Keedetud kartul 100g/130g * Peedisalat40g/50g * Joogijogurt 120g/150g |
| Vitamiiniamps | * Nuikapsas 30g | * Pirn 50g/60g | * Puuvili 50g | * Pirn 50g/60g | * Õun 50g/60g |
| Õhtuoode | * Köögiviljasupp ilma lihata, maitserohelisega 150g/200g * Hapukoor 10g/15g * Sepik 15g | * Makaronid võiga 120g/150g * Värske kurgi -tomati salat tilliga 30g * Tee 120g/150g | * Kartulipuder 120g/150g * Leib15g * Piim 120g/150g | * Riisiroog hakklihaga 120g/150g * Külm kaste 30g * Marjatee 120g/150g | * Tervisesalat kodujuustu ja kanalihaga100g/150g * Leib15g * Aedmarjajook * 120g/150g |

# \*Mahlajoogid valmistatakse Rõngu Mahl AS mahlakontsentraatidest. Toitlustaja võib vajadusel muuta menüüd. \*Võimalike allergeenide kohta küsi informatsiooni lasteaia koka või Tüdrukud OÜ esindaja käest(ene@tudrukud.ee)