# Nädala menüü

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Esmaspäev28.07.2025 | Teisipäev29.07.2025 | Kolmapäev30.07.2025 | Neljapäev31.07.2025 | Reede01.08.2025 |
| Hommikusöök | * Kaerahelbepuder 120g/200g
* Või 3g/5g
* Piim 120g/150g
 | * Rukkihelbepuder
* 120g/200g
* Keedis 15g/20g
* Piim (PRIA) 150g
 | * 5-viljahelbepuder 120g/200g
* Või 3g/5g
* Piim 120g/150g
 | * Maisimannasupp 150g/250g
* Sepik munavõiga20g/35g
 | * Hirsipuder 120g/200g
* Keedis 15g/20g
* Piim (PRIA) 150g
 |
| Vitamiinipaus | * Õun 50g/60g
 | * Nuikapsas 30g
 | * Porgand 30g
 | * Kaalikas 30g
 | * Porgand (PRIA) 30g
 |
| Lõunasöök | * Rassolnik sealihast maitserohelisega 200g/250g
* Hapukoor 10g/15g
* Rukkileib 20g/35g
* Kissell marjadest 120g/150g
* Maisihelbed 10g/15g
 | * Köögiviljapajaroog kanalihaga150g/220g
* Teraleib 15g/20g
* Mannavaht 100g/120g
* Piim 100g/120g
 | * Kalasupp maitserohelisega200g/250g
* Peenleib 20g/35g
* Keefiritarretis 100g/120g
* Hapukoor 10g/15g
* Keedis 15g/20g
 | * Sealiha strooganov 100g/130g
* Rukkileib 15g/25g
* Keedetud kartul 100g/130g
* Joogijogurt 120g/150g
* Peedi- õunasalat 40g/50g
 | * Borš kapsa ja kartuliga, ubadega ilma lihata, maitserohelisega 200g/250g
* Hapukoor 10g/15g
* Täisteraleib 20g/35g
* Kama kohupiimakreem 80g/120g
* Keedis 15g/20g
 |
| Vitamiiniamps | * Värske kapsas 30g
 | * Puuvili 50g
 | * Pirn 50g/60g
 | * Puuvili 50g
 | * Pirn (PRIA) 50g/60g
 |
| Õhtuoode | * Makaronid juustuga120g/150g
* Tee 120g/150g
 | * Frikadellisupp maitserohelisega150g/200g
* Leib15g
 | * Hautis hakkliha, värskekapsa ja õunaga 120g/150g
* Sepik 15g
* Marjatee 120g/150g
 | * Tatrahautis köögiviljadega 120g/150g
* Hapukoor maitserohelisega 10g/15g
* Piim 120g/150g
 | * Saiake 1 tk
* Marjajook 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)