# Nädala menüü

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Esmaspäev30.01.2023** | **Teisipäev31.01.2023** | **Kolmapäev01.02.2023** | **Neljapäev02.02.2023** | **Reede03.02.2023** |
| Hommikusöök | * Neljaviljahelbepuder 120g/200g
* Keedisega 15g/20g
* Marjatee 120g/200g
 | * Rukkihelbepuder
* 120g/200g
* Või3g/ 5g
* Tee 120g/200g
 | * Kaerahelbesupp 150g/250g
* Sepik munavõiga 25g/40g
 | * Maisimannapuder 120g/200g
* Tee sidruniga120g/200g
* Või3g/ 5g
 | * Odrahelbepuder
* 120g/200g
* Keedisega 15g/20g
* Tee mahlaga 120g/200g
 |
| Vitamiinipaus | * Porgand (PRIA) 30g
 | * Värske kapsas(PRIA) 30g
 | * Kaalikas(PRIA)30g
 | * Porgand (PRIA) 30g
 | * Valge redis(PRIA) 30g
 |
| Lõunasöök | * Kuldne kalasupp maitserohelisega 150g/200g
* Teraleib 15g/20g
* Hakkliha ubadega 80g/100g
* Hapukoor 5g/10g
* Riis keedetud 80g/100g
* Soe mahlajook100g/120g
 | * Rassolnik veiselihast maitserohelisega 150g/200g
* Rukkileib 15g/25g
* Porgandisalat seesamiseemnetega
* 40g/50g
* Hapukoor 5g/10g
* Jõhvikajook 100g/120g
* Makaronid singiga 120g/150g
 | * Frikadellisupp maitserohelisega 150g/200g
* Täisteraleib 15g/25 g
* Kanakaste 80g/100g
* Tatar 80g/100g
* Kaalika- õunasalat 40g/50g
* Kompott marjadest 100g/120g
 | * Läätsesupp sealihast maitserohelisega 150g/200g
* Hapukoor 5g/10g
* Peenleib 15g/20g
* Kalapallid lõhehakklihast 50g/60g
* Hapukapsasalat40g/50g
* Multimahlajook
* 100g/120g
 | * Värskekapsasupp kanalihast maitserohelisega 150g/200g
* Täisteraleib 15g/25 g
* Peedisalat 40g/50g
* Sealiha stroogonov 80g/100g
* Puuviljakompott 100g/120g
* Hapukoor 5g/10g
* Keedetud kartul80g/100g
 |
| Puuviljad | * Õun(PRIA) 50g/60g
 | * Banaan 60g/80g
 | * Pirn(PRIA) 50g/60g
 | * Õun(PRIA) 50g/60g
 | * Pirn(PRIA) 50g/60g
 |
| Õhtuoode | * Kartuli-lillkapsapuder 120g/150g
* Rukkileib 15g
* Keefir (PRIA)120g/150g
 | * Kohupiimavorm 60g/80g
* Mahlakissell 120g/150g
 | * Riisiroog köögiviljadega120g/150g
* Kakao 120g/150g
 | * Pannkoogid 60g/90g
* Keedisega 15g/20g
* Piim (PRIA) 120g/150g
 | * Mannavaht 120g/200g
* Piim (PRIA) 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(enepardel@mail.ee**