

Nädala menüü

	Esmaspäev 21.07.2025	Teisipäev 22.07.2025	Kolmapäev 23.07.2025	Neljapäev 24.07.2025	Reede 25.07.2025
Hommikusöök	8-viljahelbepuder kliidega 120g/200g Või 3g/5g Tee 120g/200g	Rukkihelbepuder120g/200g Marjatee 120g/200g Keedisega 15g/20g	Maisimannasupp 150g/250g Sepik maksapasteediga 25g/40g	Odrahelbepuder120g/200g Või3g/ 5g Tee sidruniga120g/200g	Riisipuder 120g/200g Keedisega 15g/20g Marjatee 120g/200g
Vitamiinipaus	Porgand 30g	Värske kapsas 30g	Värske kurk(PRIA)30g	Värske kapsas 30g	Nuikapsas(PRIA) 30g
Lõunasöök	Kalasupp maitserohelisega 150g/200g Rukkileib 15g/25g Hautatud värske kapsas hakkliha ja riisiga 150g/200g Hapukoor 5g/10g Soe mahlajook100g/120g	Värskekapsasupp kanalihast maitserohelisega 150g/200g Peenleib 15g/20g Hapukoor 5g/10g Konservkurgisalat 30g Sealiha stroogonov 80g/100g Tatar 80g/100g Puuviljakompott 100g/120g	Talupojasupp sealihast, maitserohelisega 150g/200g Hapukoor 5g/10g Rukkileib 15g/25g Lihapallid kanahakklihast 50g/60g Värske kapsa-porgandi salat tilliga 40g/50g Marjajook100g/120g	Kanasupp nuudlitega maitserohelisega 150g/200g Rukkileib 15g/25g Porgandi-ananassisalat40g/50g Punase sõstra kompott Hautatud kartulid sealihaga 120g/150g	Peedisupp sealihast maitserohelisega 150g/200g Täisteraleib 15g/25 g Kala-kartulipajaroog 120g/180g Hiinakapsasalat 40g/50g Multimahljajook100g/120g
Vitamiiniamps	Pirn 50g/60g	Õun 50g/60g	Pirn(PRIA) 50g/60g	Puuvili 50g	Õun 50g/60g
Õhtuode	Kartuli- läätssepuder120g/150g Rukkileib 15g Piim 120g/150g	Kamakohupiimakreem 100g/120g Keedisega 15g/20g Piim (PRIA) 150g	Makaronid köögiviljadega 120g/150g Jogurtijook 120g/150g	Mahlakissell 120g/150g Röstitud kaerahelbed 15g Sepik 15g	Küpsetis 1 tk Piim (PRIA) 150g

***Mahlajoogid valmistatakse Rõngu Mahl AS mahlakontsentraatidest.**

Toitlustaja võib vajadusel muuta menüüd.

***Võimalike allergenide kohta küsi informatsiooni lasteaia koka või Tüdrukud OÜ esindaja käest(ene@tudrukud.ee)**

Nädala menüü

	Esmaspäev 28.07.2025	Teispäev 29.07.2025	Kolmapäev 30.07.2025	Neljapäev 31.07.2025	Reede 01.08.2025
Hommikusöök	Kaerahelbepuder120g/200g Või3g/ 5g Tee 120g/200g	Nisuhelbepuder120g/200g Marjatee 120g/200g Keedisega 15g/20g	Neljaviiljahelbepuder 120g/200g Tee sidruniga120g/200g Või3g/ 5g	Piima-hirsisupp 150g/250g Sepik munavõiga 25g/40g	5-viljahelbepuder 120g/200g Või3g/ 5g Tee 120g/200g
Vitamiinipaus	Värske kapsas(PRIA) 30g	Nuikapsas(PRIA) 30g	Tomat 30g	Kaalikas 30g	Porgand 30g
Lõunasöök	Kanasupp riisiga maitserohelisega 150g/200g Rukkileib 15g/25g Makaronid hakklihaga120g/165g Väske kurgi salat tilliga 30g Soe mahlajook100g/120g	Borš sealihast, maitserohelisega 150g/200g Hapukoor 5g/10g Teraleib 15g/20g Kanakaste 80g/100g Riis keedetud 80g/100g Porgandi-ananassisalad40g/50g Mustika-õunajook 100g/120g	Kuldne kalasupp maitserohelisega 150g/200g Rukkileib 15g/25g Hautatud liha koorekastmes 80g/100g Keedetud kartul80g/100g Värske kapsa-porgandi salat tilliga 40g/50g Morss 100g/120g	Rassolnik sealihast maitserohelisega 150g/200g Teraleib 15g/20g Hakklihapallid seguhakklihast 60g/70g Hiinakapsa-kurgi-tomati salat40g/50g Rabarberikompott 100g/120g	Frikadellisupp maitserohelisega 150g/200g Täisteraleib 15g/25 g Kala koorekastmes 80g/100g Keedetud kartul80g/100g Peedisalad 40g/50g Marjajook100g/120g
Vitamiiniamps	Õun 50g/60g	Puuvili 50g	Pirn(PRIA) 50g/60g	Õun 50g/60g	Pirn 50g/60g
Õhtuode	Tatar 100g/150g Piim (PRIA) 150g	Kartuli-kaalikapuder120g/180g Rukkileib 15g Keefir 120g/150g	Pannkoogid 60g/90g Piim 120g/150g Keedisega 15g/20g	Riisiroog köögiviljadega120g/150g Piim (PRIA) 150g	Kohupiimakreem 100g/120g Mahlakissell 120g/150g

***Mahlajoogid valmistatakse Rõngu Mahl AS mahlakontsentraatidest.**

Toitlustaja võib vajadusel muuta menüüd.

***Võimalike allergenide kohta küsi informatsiooni lasteaia koka või Tüdrukud OÜ esindaja käest(ene@tudrukud.ee)**

Nädala menüü

	Esmaspäev 04.08.2025	Teisipäev 05.08.2025	Kolmapäev 06.08.2025	Neljapäev 07.08.2025	Reede 08.08.2025
Hommikusöök	3-viljahelbepuder 120g/200g Või3g/ 5g Tee 120g/200g	Odrahelbepuder 120g/200g Keedisega 15g/20g Tee sidruniga120g/200g	Kaerahelbesupp 150g/250g Sepik sulatatud juustuga20g/30g	Hirsipuder 120g/200g Või3g/ 5g Marjatee 120g/200g	8-viljahelbepuder kliidega 120g/200g Tee 120g/200g Keedisega 15g/20g
Vitamiinipaus	Porgand (PRIA) 30g	Kaalikas(PRIA)30g	Värske kurk 30g	Porgand 30g	Nuikapsas 30g
Lõunasöök	Värskekapsasupp sealihast 150g/200g, maitserohelisega_ Hapukoor 5g/10g Rukkileib 15g/25g Makaronid kanalihaga 120g/165g Peedisalat 40g/50g Morss 100g/120g	Hakklihasupp maitserohelisega 150g/200g Rukkileib 15g/25g Kala punases kastmes 80g/100g Keedetud kartul80g/100g Värske kapsa-maisi salat 40g/50g Hapukoor 5g/10g Kompott marjadest 100g/120g	Kalaseljanka maitserohelisega 150g/200g Rukkileib 15g/25g Hapukoor 10g/15g Riisiroog sealihaga150g/200g Peedi-värskekapsasalat 40g/50g Marjajook100g/120g	Oasupp sealihast maitserohelisega150g/200g Teraleib 15g/20g Hapukoor 5g/10g Maksastroogonov80g/100g Keedetud kartul80g/100g Peedisalat 40g/50g Puuviljakompott 100g/120g	Peedisupp kanalihast maitserohelisega 150g/200g Hapukoor 5g/10g Pikkpoiss60g/70g Rukkileib 15g/25g Porgandisalat seesamiseemnetega40g/50g Soe mahlajook100g/120g
Vitamiiniamps	Õun(PRIA) 50g/60g	Pirn 50g/60g	Puuveli 50g	Õun 50g/60g	Pirn 50g/60g
Õhtuode	Kartuli-lillkapsapuder 120g/150g Rukkileib 15g Piim (PRIA) 150g	Omlett 80g/100g Sepik 15g Kakao 120g/150g	Kohupiimakreem 100g/120g Keedisega 15g/20g Piim (PRIA) 120g/150g	Soe juustusai 45g/55g Piim 120g/150g	Maisihelbed 20g/25g Jogurtijook 120g/150g Sepik rohelse võiga

***Mahlajoogid valmistatakse Rõngu Mahl AS mahlakontsentraatidest.**

Toitlustaja võib vajadusel muuta menüüd.

***Võimalike allergenide kohta küsi informatsiooni lasteaia koka või Tüdrukud OÜ esindaja käest(ene@tudrukud.ee)**