

15.04.24-19.04.24

HOMMIKUSÖÖK



ESMASPÄEV
8-viljahlbepuder kliidega 1, 2 Kodune munapuder peekoniga Caesari salat 2, 3 Oad tomatikastmes Või 2 Seemnesegu 14 Moos Juust 2 Sink Tomativiilud Värskekurgi viilud Leivatoodete valik 5 sorti 1 Piim 2,5% 2 Keefir 2,5% 2 Kohv koore ja suhkruga 2 Kakao 2

TEISPÄEV
Maisihelbepuder 2 Keedetud muna 3 Kreeka salat 2 Oad tomatikastmes Või 2 Seemnesegu 14 Moos Juust 2 Krabipulgad 3, 5, 8 Tomativiilud Värskekurgi viilud Leivatoodete valik 5 sorti 1 Mini valikpagaritoodete valik Piim 2,5% 2 Keefir 2,5% 2 Kohv koore ja suhkruga 2 Kakao 2

KOLMAPÄEV
Hommikuhelbed Munapuder ürtide ja juustuga 2 Mozzarellasalat 2 Hommikupeekon Oad tomatikastmes Või 2 Seemnesegu 14 Moos Juust 2 Sink Tomativiilud Värskekurgi viilud Leivatoodete valik 5 sorti 1 Piim 2,5% 2 Keefir 2,5% 2 Kohv koore ja suhkruga 2 Kakao 2

NELJAPÄEV
Nisuhelbe-porgandi-õunapuder 1, 2 Munapuder porruga 1 Oad tomatikastmes Või 2 Seemnesegu 14 Moos Juustu-küüslaugumääre 2, 3 Sink Tomativiilud Värskekurgi viilud Leivatoodete valik 5 sorti 1 Mini valikpagaritoodete valik Piim 2,5% 2 Keefir 2,5% 2 Kohv koore ja suhkruga 2 Kakao 2

REEDE
Tatrahelbepuder 2 Munapuder pirni ja juustuga 2 Nizza salat 3 Hommikupeekon Oad tomatikastmes Või 2 Seemnesegu 14 Moos Juust 2 Sink Tomati viilud Värskekurgi viilud Leivatoodete valik 5 sorti 1 Piim 2,5% 2 Keefir 2,5% 2 Kohv koore ja suhkruga 2 Kakao 2

VITAMIINIPAUS

Õun, pirn, porgandiviilud, värskekurgi viilud

Õun, banaan, valge redis, nuikapsa viilud

Õun, pirn, redis, varajane kapsas

Õun, viinamari, paprikaviilud, punane kapsas
--

Õun, pirn, kaalikaviilud, kirsstomat

LÕUNASÖÖK



Varajase kapsa supp läätsede ja hakklihaga 10 Lillkapsasupp Küpsetatud köögiviljaassortii Sõmer tatar Salatite segu Porgandi-õunasalat Tartar kaste 2, 3 Kohupiimakreem rosinatega 2 Marjad Leivatoodete valik 5 sorti 1 Maitsevõi ürtidega 2 Piim 2,5% 2 Keefir 2,5% 2

Nuudliroog muna ja köögiviljadega 2, 1, 3 Kartuli-porrusupp Hautatud aedviljad kõrvitsaga Sõmer riis maitserohelisega Külm kaste vahemereürtidega 2, 3 Salatite segu Leivatoodete valik 5 sorti 1 Piim 2,5% 2 Keefir 2,5% 2 Aedmarja mahla jook Õunamahl suhkruta

Ukraina borš 10 Hapukoor 2 Ahjuaedviljad 10 KiNulgur (kinoa ja bulgur) Soe koorekaste 2, 1 Tartar kaste 2, 3 Puuviljakissell Vahukoor 2 Küpsiseströssel Gruusia leib Puri 1 Leivatoodete valik 5 sorti 1 Maitsevõi ürtidega 2 Piim 2,5% 2 Keefir 2,5% 2
--

Kalkuniliha-hiinaparaselt 1 Grillitud köögiviljad Küüslaugused Ahjukartilisektorid ürtidega Sõmer riis köögiviljadega Külm kaste tilliga 2, 3 Salatite segu Värske kurgi salat tilliga Leivatoodete valik 5 sorti 1 Piim 2,5% 2 Keefir 2,5% 2 Aedmarja mahla jook Õunamahl suhkruta

Päevasupp Sõmer tatar Keedetud kartul Salatite segu Tartar kaste jogurtiga 2 Maasika-küpsisekook 2, 1 Leivatoodete valik 5 sorti 1 Maitsevõi ürtidega 2 Piim 2,5% 2 Keefir 2,5% 2
--

ÕHTUOODE

Hakkšnitsel 1, 2, 3, 10, 11 Salatite segu Soe koorekaste 2, 1 Tartar kaste 2, 3 Kartuli-porgandi-kõrvitsapüree 2 Kapsa-kurgisalat Marineeritud kurgiviilud Leivatoodete valik 5 sorti 1 Piim 2,5% 2 Keefir 2,5% 2 Tee

Lasanje 2, 1, 10 Salatite segu Tatar aedviljadega Hiinakapsa-paprikasalat Külm kaste tilliga 2, 3 Leivatoodete valik 5 sorti 1 Piim 2,5% 2 Kamajook marjapüreega 2, 1 Tee

Böfstrooganov 1, 2 Kartuliporgandipüree 2 Salatite segu Tomativiilud Värskekurgi viilud Leivatoodete valik 5 sorti 1 Piim 2,5% 2 Keefir 2,5% 2 Tee
--

Köögiviljasupp pelmeenidega Sõmer tatar Tartar kaste jogurtiga 2 Salatite segu Leivatoodete valik 5 sorti 1 Piim 2,5% 2 Mangolassi 2 Tee

Pastasalat suitsukanaga 3, 1 Ahjuaedviljad juustuga 2, 10 Tartar kaste 2, 3 Salatite segu Leivatoodete valik 5 sorti 1 Piim 2,5% 2 Keefir 2,5% 2 Tee

1

2

3

4

5

6

Teravili (nisu, rukis, oder, kaer) ja neist valmistatud tooted

Piimatooted

Muna ja munatooted

Kala ja kalatooted

Koorikloomad ja neist valmistatud tooted

Molluskid ja neist valmistatud tooted

Maapähklid ja neist valmistatud tooted

Sojaoad ja neist valmistatud tooted

Pähklid (erinevad)

Seller ja neist valmistatud tooted

Sinep ja neist valmistatud tooted

Lupiin ja neist valmistatud tooted

Vääveldioksiidid ja sulfitid

Seesamiseemned ja neist valmistatud tooted

14