

NÄDALAMENÜÜ

	Homnikusöök	Lõunasöök	Oode	Toiteväärtused	
				Sõim	Aed
Esmaspäev 23.02.2026	Pasta juustuga 150/200 Puuviljatee 150/200	Kanapuljong 150/200 Hakklihakaste 55/65 Keedetud kartul 130/160 Kapsa-maisisalat 40/50 Leib 25/30 Vesi sidruniga 100/150		Energia kcal 702 Süsivesikud g 80 Rasvad g 20 Valgud g 33	900 104 22 43
Teisipäev 24.02.2026					
Kolmapäev 25.02.2026	Omlett 150/200 Kummeli-piparmünditee 150/200 Või 82% 7 Sai 20/30 Juust 15/20 Vitamiinipaus Europirn 30/40	Hapukapsasupp 150/200 Böfstrooganov 55/65 Sõmer tatrapuder 130/160 Paprika 30/35 Ananassikompott 100/150 Leib 25/30	Kohupiimavorm 140/170 Piim 150/200 Toormoos 40/50	Energia kcal 1108 Süsivesikud g 126,5 Rasvad g 54,7 Valgud g 42,9	1407 163 68 53
Neljapäev 26.02.2026	Speltahelbepuder 150/200 Sigurijook 150/200 Või 82% Kirde sai 25/30 Vitamiinipaus Europorgand 30/35	Hartšo 150/200 Kalapall 50/65 Kartulipüree 130/160 Ploomikompott 100/150 Redis 30/35 Pealinna peenleib 25/30	Biguss 150/200 Tee ingveriga 150/200 Pealinna peenleib 25/30	Energia kcal 937 Süsivesikud g 118 Rasvad g 36,4 Valgud g 35	1240 160 48 44,9
Reede 27.02.2026	Kohupiim 140/170 Sink 15/20 Kodusai kliidega 20/30 Või 82% 7 Kakao 150/200 Vitamiinipaus Euroõun 50/80	Kalasupp munaga 150/200 Köögiviljaragu lihaga 150/200 Soolakurk 30/35 Vesi apelsiniga 100/150 Rehe rukkileib 25/30	Mannapuder 100/120 Joogijogurt 150/200 Toormoos 40/50	Energia kcal 931 Süsivesikud g 102,2 Rasvad g 37,2 Valgud g 41,5	1232 138 49 52