

Nädala menüü

	Esmaspäev 12.10.2026	Teisipäev 13.10.2026	Kolmapäev 14.10.2026	Neljapäev 15.10.2026	Reede 16.10.2026
Hommikusöök	- Seitsmeviljahelbepuder 150g/200g - Röst mitmevilja toast 30g/30g - Rohiline tee 150g/180g	- Riisipuder 150g/200g - Kohvijook 150g/180g	- Piimamakaronid 150g/200g - Tee 150g/180g	- Kaerahelbepuder 150g/200g - Kakaojook 150g/180g	- Odratangupuder 150g/200g - Sepik heeringapasteediga 30g/50g - Kohvijook 150g/180g
Vitamiinipaus	Puuvilja 100g/100g	Kurk (värske) 50g/50g	Puuvilja 100g/100g	Porgand 50g/50g	Puuvilja 100g/100g
Lõunasöök	- Riisipuder 150g/200g - Kanarisoto 150g/180g - Värskekapsasalat 60g/80g - Taisteraleib 30g/30g - Puuviljavesi 150g/180g	- Talupojasupp 150g/200g - Kala poolamoodi 70g/90g - Kartulipüree 70g/100g - Porgandi-õunasalat 60g/80g - Tallinna peenleib 30g/30g - Marjavesi 150g/180g	- Kõrvitsa - juustusupp 150g/200g - Kartuli zrazy 150g/180g - Hapukoor 30g/30g - Sidrunivesi 150g/180g	- Frikadellisupp 150g/200g - Hautatud kartul kanaga 150g/180g - Päikesesalat 60g/80g - Kompott 150g/180g	- Oasupp 150g/200g - Pikkpoiss 70g/90g - Hapukoorekaste 30g/50g - Keedetud tatar 70g/100g - Tomati-kurgisalat 60g/80g
Õhtuode	- Hakklihapiрукas 150g/180g - Tee 150g/180g	- Kohupiimavaht puuviljadega 150g/180g - Sepik 30g/30g - Mahlakissell 150g/180g	- Laste salat 150g/180g - Rukkileib 30g/30g	- Hautatud kapsas viineriga 150g/180g - Röst seemnetega leib 30g/30g - Rohiline tee 150g/180g	- Õunapiрукas 150g/180g - Mix metsmarjaga 150g/180g

NB! Teavet toidus leiduvate allergeenide kohta saab toidu valmistajalt.

Kala, mereannid									
Liha									
Koka poolt lisatav suhkur									
Koka poolt lisatav sool									
Lisatavad rasvad õli, või, avokaado, oliivid									