

Tartu Lasteaed Rõõmumaa menüü 06.-10.aprill lasteaias noorem rühm 3.-5.aastased		Valmistoidu kaal, grammides	Toiduenergia, kcal	Valgud, grammides	Rasvad, grammides	Süsivesikud, grammides
HS	8-viljapuder/marjadega	180/20	291.0	9.9	10.5	36.1
	PRIA mahe täispiim	100	69.0	3.3	4.2	4.6
	PRIA peakapsas	70	21.0	0.4	0.1	4.5
LS	Minestrone supp sealihaga	250	225.0	13.7	8.2	16.8
	Rukkitäisteraleib (Lõuna Pagarid)	30	66.0	2.0	1.3	7.8
	Kohupiima-küpsisekreem	120	187.2	8.7	7.9	42.0
	PRIA õun	80	38.0	0.0	0.0	8.4
OODE	Tatrasalat makraga	120	210.0	5.8	6.1	27.5
	Seemnesepik (Lõuna Pagarid)	20	52.6	2.1	1.0	11.0
	Smuuti banaani ja marjadega	150	115.8	2.3	2.3	19.4
ESMASPÄEV KOKKU			1275.6	48.1	41.6	178.0
HS	Piima-maisimannasupp	200	171.0	6.6	4.1	31.7
	Seemnesepik juustuvõidega	50	135.0	2.3	8.3	16.5
	PRIA lillkapsas	70	17.0	0.4	0.1	4.0
LS	Lääts-kartulikotlett	100	167.0	6.5	6.9	23.0
	Mahe sõmer riis	120	211.9	3.1	6.2	35.4
	Koorekaste	50	41.0	0.7	2.7	4.8
	Mahe kapsa-tatrasalat-salatikaste	80	72.0	1.2	0.4	24.0
	Mahe pürn-mahedik (pürn, õun, banaan)	150	116.8	1.2	0.4	27.0
	Melon	80	22.0	0.4	0.2	4.0
	Petri rukkileib (Lõuna Pagarid)	30	54.9	1.3	0.2	11.7
OODE	Porgandipüreesupp sulatatud juustuga	150	147.0	3.9	7.2	16.5
	3-Terakukkel	45	110.7	5.0	2.4	17.7
TEISIPÄEV KOKKU			1266.3	32.6	39.1	216.3
HS	Rukkihelbepuder	180	168.0	5.0	6.2	18.0
	Marjamoos	20	34.6	0.2	0.1	9.5
	PRIA mahe täispiim	100	69.0	3.3	4.2	4.6
	PRIA kirsstomat	70	19.2	0.4	0.1	4.2
LS	Hakklihasupp köögiviljadega	250	248.5	12.0	13.5	19.0
	Rukkileib "Koolileib" (Lõuna Pagarid)	30	63.0	1.8	0.4	13.2
	PRIA mahe pürn	80	32.8	0.2	0.0	6.2
	Rabarberi-mannavaht	100	129.0	0.7	0.1	31.0
	PRIA mahe täispiim	100	69.0	3.3	4.2	4.6
OODE	Küpsetatud kartulid tomatiga	100	148.8	6.4	6.2	17.5
	Külm kaste ürtidega	30	80.9	1.1	8.0	1.9
	Mahe mustõstra mahlajook suhkruta (Konspek OÜ)	100	56.8	0.2	0.1	10.3
KOLMAPÄEV KOKKU			1119.6	34.6	43.1	140.0
HS	Piima-tangusupp	200	170.0	6.4	5.2	20.6
	Sai tumeda šokolaadihummusega	40	126.0	3.4	6.2	13.7
	PRIA kurk	70	16.0	0.5	0.2	2.4
LS	Böfstrooganov mahe veiselihast	100	233.4	16.4	16.5	7.0
	Keedetud kartul	120	120.0	2.0	0.1	22.2
	Punapeet-õun-salatikaste	80	66.4	0.9	3.4	8.0
	Marja smuuti	100	56.0	0.7	0.2	14.8
	Mahe banaan	80	54.0	0.6	0.2	12.2
	Värska Tummõ rukkileib (Lõuna Pagarid)	30	70.5	2.0	0.5	14.0
OODE	Sõmer tatra-läätsesupp	120	152.0	3.7	3.8	25.0
	PRIA keefir R 2.5%	100	54.6	3.6	2.5	4.4
	Hapukoor, R 20%	30	65.7	1.0	6.4	1.1
NELJAPÄEV KOKKU			1184.6	41.2	45.1	145.4
HS	Mahe neljaviljapuder mustõstraga	180/10	270.0	6.6	8.0	39.7
	PRIA mahe täispiim	100	69.0	3.3	4.2	4.6
	PRIA mahe paprika	70	19.2	0.4	0.1	4.2
LS	Koorene kalasupp mahe köögiviljade ja roheliste übadega	250	189.0	10.9	7.4	18.7
	Teraleib (Lõuna Pagarid)	30	80.1	2.3	1.2	11.1
	Apelsin	80	24.0	0.6	0.0	4.8
	Kirsitarretis	100	137.0	4.5	2.5	27.0
	Vahukoor, R 35%	30	112.5	0.6	9.5	5.3
OODE	Täistera plaadimarjakook	80	210.0	2.9	4.0	43.1
	Kibuvitsatee meega	100	41.0	0.2	0.7	9.0
REEDE KOKKU			1151.8	32.3	37.6	167.5
NÄDALA KESKMINNE KOKKU			1199.6	37.8	41.3	169.4

Allergeenide kohta saab infot peakokk Roman telefon 5169321
Menüüs võib esineda muudatusi.