



Esmaspäev	26.05.2025	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Lõunasöök	Gruusia kanahautis	50,00	40,20	2,78	1,25	4,16
	Sealiha-seenekaste (G, L)	50,00	72,00	1,84	5,25	4,27
	Riis, aurutatud	50,00	65,00	14,30	0,13	1,25
	Tatar, aurutatud	50,00	85,63	16,38	0,68	2,84
	Ahjujuurviljad ürtidega	25,00	18,03	2,38	0,62	0,33
	Punase kapsa-valge redisesalat	50,00	30,55	0,71	2,68	1,21
	Peedi-sellerisalat	50,00	40,95	2,63	2,69	0,93
	Hiinakapsa maisisalat	50,00	25,65	2,70	1,60	0,43
	Idamaine vesielihasupp riisnuudlitega	120,00	153,60	21,24	4,12	3,54
	Jogurti-kohupiimakreem leivapuru ja marjadega(L)	120,00	168,00	20,04	7,28	4,84
	PRIA Piimatooted (piim 50g, keefir 50g) (L)	100,00				
	Rukkileiva- ja sepikutoodete valik (G)	50,00	115,00	24,60	0,83	3,94
	Pirn (PRIA)	100,00	40,00	9,24	0,00	0,00
			854,60	118,82	27,11	27,73
Taimetoit	Seenekaste (L)	100,00	93,54	13,20	2,80	3,10

Teisipäev	27.05.2025	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Lõunasöök	Koorene kanapasta päikesekuivatatud tomatiga(G,L)	50,00	83,00	2,67	5,05	5,55
	Karjala hautis	50,00	41,60	4,28	0,85	3,80
	Kartul, aurutatud	50,00	45,20	7,25	1,19	1,18
	Riis	50,00	78,30	15,00	0,51	2,60
	Röstitud peet köömnetega	25,00	9,53	1,16	0,11	0,82
	Kapsasalat apelsiniga	50,00	9,70	1,33	0,09	0,55
	Porgandi-kaalikasalat	50,00	32,50	3,21	1,76	0,47
	Hiinakapsasalat kurgiga	50,00	37,55	6,80	0,17	1,35
	Hapukapsaborš sealihaga	120,00	88,80	18,96	0,12	2,33
	Kakaopuding moosiga (G, L)	80,00	279,00	21,40	19,20	4,56
	PRIA Piimatooted (piim 50g, keefir 50g) (L)	100,00				
	Rukkileiva- ja sepikutoodete valik (G)	40,00	92,00	19,68	0,66	3,15
	Porgand (PRIA)	100,00	32,40	5,60	0,20	0,60
			746,58	104,67	24,84	21,39
Taimetoit	Köögiviljapada maisiga(L,G)	100,00	117,94	18,14	1,46	6,07

Kolmapäev	28.05.2025	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Lõunasöök	Räimed koorekastmes roheline sibula ja tilliga(L)	50,00	70,00	0,80	3,99	6,75
	Ahjuliha BBQ kastmes(PT, 1tk)	50,00	89,00	1,60	7,00	4,76
	Ahjukartul	50,00	37,00	7,90	0,05	0,97
	Bulgur (G)	50,00	44,00	8,43	0,31	1,51
	Aeduba röstitud seesami seemnetega	25,00	19,75	1,95	0,27	1,54
	Kapsasalat rohelistest hernestega	50,00	55,00	2,20	0,08	0,30
	Punase kapsasalat porgandi, küüslaugu, majoneesiga	50,00	30,55	0,71	2,68	1,21
	Peedi-hapukapsasalat	50,00	20,90	3,50	0,10	0,86
	Külm supp Okroška(L)	120,00	128,40	9,94	6,31	3,96
	Maasika pannacotta(L,G)	120,00	147,60	18,48	6,20	4,36
	PRIA Piimatooted (piim 50g, keefir 50g) (L)	100,00				
	Rukkileiva- ja sepikutoodete valik (G)	40,00	92,00	19,68	0,66	3,15
	Õun (PRIA)	100,00	40,00	9,24	0,00	0,00
			774,20	84,42	27,65	29,36
Taimetoit	Üleküpsetatud suvikõrvits tomati kastmega(G, L, PT)	100,00	87,60	6,11	5,00	3,22

Neljapäev	29.05.2025	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Lõunasöök	Veisemaks koorekastmes (G, L)	50,00	49,15	7,95	0,79	2,03
	Sitsiilia kanapada	50,00	80,00	2,88	5,05	4,70
	Kartuli-porgandi tamp(L)	50,00	60,50	9,25	1,76	1,27
	Riis, Aurutatud	50,00	85,63	16,38	0,68	2,84
	Baklažaan, paprika, porgand röstitud	25,00	10,20	1,73	0,05	0,40
	Hiinakapsasalat rohelistest hernestega	50,00	12,80	1,90	0,10	0,63
	Peedi-mädarõikasalat	50,00	19,35	2,85	0,59	0,19
	Kapsa-porgandisalat	50,00	30,55	0,71	2,68	1,21
	Karrine kanasupp (L)	50,00	82,80	10,81	1,68	3,53
	Marjakissell kohupiimakreemiga (G,L)	120,00				
	PRIA Piimatooted (piim 50g, keefir 50g) (L)	120,00	102,12	21,84	0,33	1,92
	Rukkileiva- ja sepikutoodete valik (G)	100,00				
	Kaalikas (PRIA)	40,00	115,00	24,60	0,83	3,94

Taimetoit	Juurviljahautis kikerhernestega		102,00	8,40	1,36	4,40
		100,00				
Reede	30.05.2025	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Lõunasöök	Värskekapsahautis kanahakklihaga	50,00	72,50	0,00	3,06	7,25
	Külm kodujuustu-heeringakaste(L)	50,00	52,19	6,17	1,96	2,71
	Kartul, aurutatud	25,00	22,15	2,80	0,99	0,47
	Tatar, aurutatud					
	Brokkoli, beebiborgand, aurutatud	50,00	22,65	2,97	0,77	0,29
	Porgandisalat linaseemnetega	50,00	25,60	2,66	1,19	0,53
	Hiina kapsa salat maisiga	50,00	9,45	1,45	0,05	0,40
	Peedisalat	50,00	9,45	1,45	0,05	0,40
	Koorene lõhesupp(L)					
	Kama-kohupiimavaht astelpaju ja mangoga(L)	120,00	158,40	28,80	3,65	2,58
	PRIA Piimatooted (piim 50g, keefir 50g) (L)	100,00				
	Rukkileiva- ja sepikutoodete valik (G)	40,00	92,00	19,68	0,66	3,15
	Apelsin	100,00	30,10	5,90	0,10	0,80
			494,49	71,87	12,47	18,57
Taimetoit	Värskekapsa-riisiroog	100,00	80,44	5,75	5,54	1,89
NÄDALA KESKMINE KOKKU:			#REF!	#REF!	#REF!	#REF!

Taimetoit võib sisaldada muna-ja piimatooteid. Taimetoit ei ole arvestatud toiteväärtuste hulka.

Teavet menüüs sisalduvate allergeenide kohta küsi köögipersonaliilt

Sisaldab G-gluteeni L-laktoosi PT-portsjontooode

PRIA koolipiima ja puuvilja pakume igapäev

Menüü kaloraaž on arvestatud II vanuseastmele