

# Lasteaia nädalamenüü

## 30.august 2021 – 03.september 2021

	Esmaspäev	Teisipäev	Kolmapäev	Neljapäev	Reede
Homnikusööök	Mahe täisterakaerahelbe- piimasupp 130/150/170/200g Rukkivormileib toorjuustu- murulaugumäärdega 20g	Hirsipuder 130/150/170/200g Maasika toormoos 15/20g <b>Koolipiim* 175g</b>	Piima-riisipuder 130/150/170/200g Mitmeviljasepik juustuvõi porgandiga 20g	Mahe neljaviljahelbepuder 130/150/170/200g Marjamoos* 15/20g <b>Koolipiim* 175g</b>	Piima-rukkihelbesupp 130/150/170/200g Mitmeviljasepik toorjuustu- paprikavahuga 20g
Terviseamps			<b>Nuikapsas* 20g</b>		
Koolipuuvili	<b>Kirsstomat* 20g</b>	<b>Värske kapsas* 20g</b>		<b>Värske kurk* 20g</b>	<b>Suvikõrvits* 20g</b>
Lõunasööök	Lõhekaste rukkijahust 80/100/120/130g Riis 100/120/130/140g Kaalika-seesamiseemne salat 30/35/40/45g Kodukandi rukkileib* 20g Leiva-keefirikokteil 120/140/160/180g	Hernesupp sealihaga 180/200/220/250g Kodupaiga rukkileib* 20g Kohupiimavaht (Nõmmiku Talu kohupiim) 80/100/120/130g Röstitud kaerahelbed 15/20g	Hakk-kotlet peediga (sea- veisehakklihast) 50/60/70/75g Kartulipüree 100/120/130/140g Hapukapsasalat punase sõstraga 30/35/40/45g Rehe teraleib* 20g Mahlakissell 120/140/160/180g	Kana-köögiviljasupp 180/200/220/250g Rehe rukkileib*20g Keefiritarretis 80/100/120/130g Purustatud marjad 15/20g	Köögiviljaragu lihata 180/200/220/250g Rohelised oad 30/35/40/45g Kodukandi rukkileib* 15g Banaani-keefirikokteil 120/140/160/180g
Koolipuuvili Terviseamps	<b>Õun* 40g</b>	<b>Ploom* 40g</b>	<b>Viinamarjad* 40g</b>	<b>Mahe pirn* 40g</b>	<b>Apelsin* 40g</b>
Õhtuode	Munapuder 80/100/120/130g Must vormileib* 15g Naturaalne riivitud kapsas jogurtikastmega 30/35/40/45g Vesi apelsiniga 130/150/170/200g	Kartuli-läätsepuder 100/120/130/140g Naturaalne riivitud peet 20g Mahlajook 130/150/170/200g	Sidrunikeeks 60/80g Marjatee 130/150/170/200g	Täisteramakaronid porru,paprika ja tomatiga 120/140/160/180g Naturaalne riivitud kaalikas õlikastmega 30/35/40/45g Õunamahl suhkruta* 130/150/170/200g	Riisi-köögiviljasalat 100/120/130/140g Aedmarjajook 130/150/170/200g Brokkoli õisikud 20g

- Mõningad toidud võivad sisaldada lastele allergeene, allergeenide kohta saab infot toitlustajalt [merike@mervir.ee](mailto:merike@mervir.ee) telefon 5154432
- Mahlajoogid valmistatakse mahlakontsentraatidest, mis ei sisalda säilitusaineid ja serveeritakse soojalt või jahedalt.
- Koolipuuvilja ja koolipiima toetab Euroopa liit.
- Soojadele toitudele on lisatud maitseroheline.

