

Koolilõuna nädalamenüü

Grupp vanus 7-9

esmaspäev, 22.mai	Kogus, g	Kcal	Valgud, g	Rasvad, g	Süsivesikud, g	Allergeen
Lõuna						
Sealihakaste ürtidega	120	146	7.19	10.65	5.64	1,2
Aurutatud brokoli	40	12	1.22	0.14	2.14	
Keedetud tatar	40	48	1.67	0.56	9.28	
Keedetud kartulid	40	42	1.06	0.06	9.46	
Jääkapsasalat tilliga	40	19	0.45	1.48	1.25	
Peet, porgand, porru, kaalikas	40	13	0.56	0.13	2.82	
Kastmevalik salatitele	5	28	0.05	3.03	0.23	10,2
Seemnesegu	5	27	1.14	2.19	1.24	11
Roheline tee	130	21	0	0	5.19	
Pria piimatooted	kuni 250					2
Leivatoodete valik (5 sorti)	55	160	4.64	2.26	28.75	1,2
Õun ja lillkapsa snäkid	150	47	1.35	0.42	10.88	
Kokku :	562	19.33	20.92	76.88		

Lisaroad						
Kana-koorekaste	120	140	7.80	9.54	6.18	1,2
Maksastrooganov	120	99	5.24	5.89	6.67	1,2

Taimetoit						
Kikerhernekaste (vegan)	120	105	4.56	1.88	15.33	1

teisipäev, 23.mai	Kogus, g	Kcal	Valgud, g	Rasvad, g	Süsivesikud, g	Allergeen
Lõuna						
Saidafillee koorekastmes	120	149	10.09	8.90	7.53	1,2,4
Röstitud punane peet ürtidega	40	24	0.77	0.50	4.21	
Keedetud kartulid	40	42	1.06	0.06	9.46	
Keedetud makaronid	40	64	1.66	1.18	11.44	1
Valge redise salat maitserohelisega	40	15	0.41	1.04	1.39	
Porgand, kõrvits, kapsas, varsseller	40	9	0.40	0.09	2.15	9
Kastmevalik salatitele	5	28	0.05	3.03	0.23	10,2
Seemnesegu	10	55	2.28	4.37	2.48	11
Maitsevesi	130	2	0.09	0.12	0.62	
Pria piimatooted	kuni 250					2
Leivatoodete valik (5 sorti)	65	189	5.48	2.67	33.98	1,2
Apelsin ja tomati snäkid	150	47	1.35	0.23	10.42	
Kokku :	624	23.64	22.19	83.91		

Lisaroad						
Kalaquijašš	120	142	6.217	7.852	11.616	1,2,4
Kala-köögivilja pajaroog	120	118	8.404	7.452	5.446	4

Taimetoit						
Pasta punaste ubade ja suvikõrvitsaga	230	352	12.564	8.422	57.285	1

kolmapäev, 24.mai	Kogus, g	Kcal	Valgud, g	Rasvad, g	Süsivesikud, g	Allergeen
Lõuna						
Pikkpoiss veiselihast	40	72	7.21	2.98	4.14	1,3
Valge kaste maitserohelisega	80	67	1.52	4.83	4.53	1,2
Aurutatud mais	40	40	1.21	0.31	8.28	
Kartuli - bataadipüree	40	51	0.88	1.89	7.96	2
Keedetud riis	40	52	1.01	0.43	10.92	
Porgandi ja kaalikasalat	40	14	0.40	0.14	3.25	
Peet, hapukapsas, punanesõstar, oad	40	14	0.58	0.12	2.99	
Kastmevalik salatitele	5	28	0.05	3.03	0.23	10,2
Seemnesegu	5	27	1.14	2.19	1.24	11
Maitsevesi	130	2	0.09	0.12	0.62	
Pria piimatooted	kuni 250					2
Leivatoodete valik (5 sorti)	60	174	5.06	2.46	31.37	1,2
Pirn ja redise snäkid	150	43	1.05	0.38	10.58	
Kokku :	585	20.20	18.88	86.11		

Lisaroad						
Hautatud sealihtükid praeleemekastmes	120	138	10.98	9.26	2.93	
Kana poolkoib	40	63	8.04	2.33	2.49	

Taimetoit						
Läätsepikkpoiss	40	72	3.01	1.76	11.14	1

neljapäev, 25.mai	Kogus, g	Kcal	Valgud, g	Rasvad, g	Süsivesikud, g	Allergeen
Lõuna						
Kõrvitsapüreesupp kanalihaga	230	151	9.76	7.27	12.85	
Röstitud sepikukuubikud	20	80	2.43	0.88	14.80	1,2
Maasikakissell	60	47	0.10	0.01	11.58	
Kohupiimakreem	60	113	5.90	3.75	13.82	2
Pria piimatooted	150	79	4.74	3.75	6.63	2
Leivatoodete valik (5 sorti)	40	116	3.37	1.64	20.91	1,2
Õun ja valge kapsa snäkid	150	48	0.98	0.42	11.48	
Kokku :	635	27.28	17.72	92.07		

Lisaroad						
Värskekapsasupp sealihaga	230	210	12.72	12.56	12.48	
Kartuli - frikadellisupp	230	186	10.69	9.04	16.51	1,3

Taimetoit						
Kõrvitsapüreesupp (vegan)	230	129	2.95	6.48	17.07	1,9

reede, 26.mai	Kogus, g	Kcal	Valgud, g	Rasvad, g	Süsivesikud, g	Allergeen
Lõuna						
Mehhiko veisehakklihahapada	120	124	8.21	5.09	11.19	
Röstitud juurseller	40	23	0.65	1.31	2.80	9
Keedetud kartulid	40	42	1.06	0.06	9.46	
Keedetud tatar	40	50	1.54	1.04	8.75	
Peedisalat jogurtiga	40	18	0.70	0.17	3.30	2
Hiinakapsas, redis, kurk, porgand	40	8	0.42	0.09	1.65	
Kastmevalik salatitele	10	56	0.10	6.06	0.47	10,2
Seemnesegu	10	55	2.28	4.37	2.48	11
Mahlajook	130	31	0.02	0.02	7.47	
Pria piimatooted	kuni 250					2
Leivatoodete valik (5 sorti)	50	145	4.22	2.05	26.14	1,2
Pirn ja kõrvitsa snäkid	150	47	0.90	0.38	11.55	
Kokku :	599	20.10	20.64	85.26		

Lisaroad						
Karrine kanakaste	120	163	10.99	9.59	8.64	1,2
Sealiharisoto	230	310	14.67	8.23	45.25	

Taimetoit						
Köögiviljaragu	230	209	3.69	9.65	29.16	

Koolilõuna nädalamenüü

Grupp vanus 10-12

esmapäev, 22.mai	Kogus, g	Energia kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesik ud,g	Allergeen
Lõuna						
Sealihaste ürtidega	150	182	8.99	13.31	7.05	1,2
Aurutatud brokoli	50	15	1.53	0.17	2.68	
Keedetud tatar	50	60	2.08	0.70	11.60	
Keedetud kartulid	50	52	1.33	0.07	11.83	
Jääkapsasalat tilliga	50	24	0.57	1.85	1.56	
Peet, porgand, porru, kaalikas	50	17	0.70	0.16	3.52	
Kastmevalik salatitele	5	28	0.05	3.03	0.23	10,2
Seemnesegu	5	27	1.14	2.19	1.24	11
Roheline tee	150	24	0	0	5.99	
Pria piimatooted	kuni 250					2
Leivatoodete valik (5 sorti)	60	174	5.06	2.46	31.37	1,2
Õun ja lillkapsa snäkid	150	47	1.35	0.42	10.88	
Kokku :	650	22.80	24.36	87.95		

Lisaroad

Kana-koorekaste	150	175	9.75	11.92	7.72	1,2
Maksastrooganov	150	124	6.55	7.37	8.34	1,2

Taimetoit

Kikerhernekaste (vegan)	150	132	5.70	2.35	19.17	1
-------------------------	-----	-----	------	------	-------	---

teisipäev, 23.mai	Kogus, g	Energia kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesik ud,g	Allergeen
Lõuna						
Saidafilée koorekastmes	150	187	12.61	11.13	9.41	1,2,4
Röstitud punane peet ürtidega	50	30	0.96	0.62	5.26	
Keedetud kartulid	50	52	1.33	0.07	11.83	
Keedetud makaronid	50	80	2.08	1.47	14.30	1
Valge redise salat maitserohelisega	50	19	0.51	1.31	1.73	
Porgand, kõrvits, kapsas, varsseller	50	12	0.50	0.11	2.69	9
Kastmevalik salatitele	5	28	0.05	3.03	0.23	10,2
Seemnesegu	5	27	1.14	2.19	1.24	11
Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
Pria piimatooted	kuni 250					2
Leivatoodete valik (5 sorti)	75	218	6.32	3.08	39.21	1,2
Apelsin ja tomati snäkid	150	47	1.35	0.23	10.42	
Kokku :	702	26.95	23.38	97.03		

Lisaroad

Kalaquijašš	150	177	7.771	9.815	14.52	1,2,4
Kala-köögivilja pajaroog	150	147	10.505	9.315	6.808	4

Taimetoit

Pasta punaste ubade ja suvikõrvitsaga	250	383	13.656	9.154	62.266	1
---------------------------------------	-----	-----	--------	-------	--------	---

kolmapäev, 24.mai	Kogus, g	Energia kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesik ud,g	Allergeen
Lõuna						
Pikkpoiss veiselihast	50	90	9.01	3.72	5.17	1,3
Valge kaste maitserohelisega	100	83	1.90	6.04	5.67	1,2
Aurutatud mais	50	49	1.51	0.39	10.35	
Kartuli - bataadipüree	50	64	1.10	2.36	9.96	2
Keedetud riis	50	65	1.26	0.54	13.65	
Porgandi ja kaalikasalat	50	17	0.50	0.18	4.07	
Peet, hapukapsas, punanesõstar, oad	50	18	0.72	0.15	3.74	
Kastmevalik salatitele	5	28	0.05	3.03	0.23	10,2
Seemnesegu	5	27	1.14	2.19	1.24	11
Maitsevesi	150	3	0.10	0.14	0.71	
Pria piimatooted	kuni 250					2
Leivatoodete valik (5 sorti)	65	189	5.48	2.67	33.98	1,2
Pirn ja redise snäkid	150	43	1.05	0.38	10.58	
Kokku :	677	23.82	21.79	99.35		

Lisaroad

Hautatud sealihtükid praeleemekastmes	150	172	13.73	11.58	3.66	
Kana poolkoib	50	79	10.05	2.92	3.11	

Taimetoit

Läätsepikkpoiss	50	90	3.76	2.20	13.93	1
-----------------	----	----	------	------	-------	---

neljapäev, 25.mai	Kogus, g	Energia kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesik ud,g	Allergeen
Lõuna						
Kõrvitsapüreesupp kanalihaga	250	165	10.61	7.90	13.96	
Röstitud sepikukuubikud	20	80	2.43	0.88	14.80	1,2
Maasikakissell	75	59	0.13	0.02	14.48	
Kohupiimakreem	75	142	7.38	4.69	17.28	2
Pria piimatooted	150	79	4.74	3.75	6.63	2
Leivatoodete valik (5 sorti)	45	131	3.79	1.85	23.53	1,2
Õun ja valge kapsa snäkid	150	48	0.98	0.42	11.48	
Kokku :	703	30.06	19.51	102.16		

Lisaroad

Värskekapsasupp sealihaga	250	228	13.83	13.65	13.56	
Kartuli - frikadellisupp	250	203	11.62	9.82	17.94	1,3

Taimetoit

Kõrvitsapüreesupp (vegan)	250	140	3.21	7.04	18.56	1,9
---------------------------	-----	-----	------	------	-------	-----

reede, 26.mai	Kogus, g	Energia kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesik ud,g	Allergeen
Lõuna						
Mehhiko veisehakklihahapada	150	155	10.26	6.36	13.99	
Röstitud juurseller	50	29	0.82	1.64	3.50	9
Keedetud kartulid	50	52	1.33	0.07	11.83	
Keedetud tatar	50	63	1.92	1.30	10.94	
Peedisalat jogurtiga	50	22	0.88	0.22	4.12	2
Hiinakapsas, redis, kurk, porgand	50	10	0.52	0.11	2.06	
Kastmevalik salatitele	10	56	0.10	6.06	0.47	10,2
Seemnesegu	10	55	2.28	4.37	2.48	11
Mahlajook	150	36	0.02	0.02	8.62	
Pria piimatooted	kuni 250					2
Leivatoodete valik (5 sorti)	50	145	4.22	2.05	26.14	1,2
Pirn ja kõrvitsa snäkid	150	47	0.90	0.38	11.55	
Kokku :	670	23.25	22.58	95.70		

Lisaroad

Karrine kanakaste	150	203	13.73	11.98	10.80	1,2
Sealiharisoto	250	337	15.95	8.94	49.18	

Taimetoit

Köögiviljaragu	250	228	4.01	10.49	31.70	
----------------	-----	-----	------	-------	-------	--

Koolilõuna nädalamenüü

Grupp vanus 13-15

esmaspäev, 22.mai	Kogus, g	Energia kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesik ud,g	Allergeen
Lõuna						
Sealihakaste ürtidega	150	182	8.99	13.31	7.05	1,2
Aurutatud brokoli	60	18	1.84	0.20	3.21	
Keedetud tatar	60	72	2.50	0.84	13.92	
Keedetud kartulid	60	62	1.60	0.08	14.20	
Jääkapsasalat tilliga	60	29	0.68	2.23	1.87	
Peet, porgand, porru, kaalikas	60	20	0.84	0.20	4.23	
Kastmevalik salatitele	5	28	0.05	3.03	0.23	10,2
Seemnesegu	5	27	1.14	2.19	1.24	11
Roheline tee	180	29	0	0	7.19	
Pria piimatooted	kuni 250					2
Leivatoodete valik (5 sorti)	80	232	6.74	3.28	41.82	1,2
Õun ja lillkapsa snäkid	150	47	1.35	0.42	10.88	
Kokku :		746	25.73	25.78	105.84	

Lisaroad

Kana-koorekaste	150	175	9.75	11.92	7.72	1,2
Maksastrooganov	150	124	6.55	7.37	8.34	1,2

Taimetoit

Kikerhernekaste (vegan)	150	132	5.70	2.35	19.17	1
-------------------------	-----	-----	------	------	-------	---

teisipäev, 23.mai	Kogus, g	Energia kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesik ud,g	Allergeen
Lõuna						
Saidafilie koorekastmes	150	187	12.61	11.13	9.41	1,2,4
Röstitud punane peet ürtidega	60	36	1.16	0.75	6.31	
Keedetud kartulid	60	62	1.60	0.08	14.20	
Keedetud makaronid	60	96	2.50	1.76	17.16	1
Valge redise salat maitserohelisega	60	23	0.61	1.57	2.08	
Porgand, kõrvits, kapsas, varsseller	60	14	0.60	0.14	3.22	9
Kastmevalik salatitele	5	28	0.05	3.03	0.23	10,2
Seemnesegu	5	27	1.14	2.19	1.24	11
Maitsevesi	180	3	0.13	0.17	0.86	
Pria piimatooted	kuni 250					2
Leivatoodete valik (5 sorti)	85	247	7.17	3.49	44.44	1,2
Apelsin ja tomati snäkid	150	47	1.35	0.23	10.42	
Kokku :		770	28.92	24.54	109.57	

Lisaroad

Kalaquijašš	150	177	7.771	9.815	14.52	1,2,4
Kala-köögivilja pajaroog	150	147	10.505	9.315	6.808	4

Taimetoit

Pasta punaste ubade ja suvikõrvitsaga	280	429	15.295	10.253	69.738	1
---------------------------------------	-----	-----	--------	--------	--------	---

kolmapäev, 24.mai	Kogus, g	Energia kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesik ud,g	Allergeen
Lõuna						
Pikkpoiss veiselihast	60	107	10.81	4.46	6.20	1,3
Valge kaste maitserohelisega	100	83	1.90	6.04	5.67	1,2
Aurutatud mais	60	59	1.81	0.47	12.42	
Kartuli - bataadipüree	60	77	1.32	2.83	11.95	2
Keedetud riis	60	78	1.51	0.65	16.38	
Porgandi ja kaalikasalat	60	21	0.60	0.21	4.88	
Peet, hapukapsas, punanesõstar, oad	60	21	0.87	0.18	4.49	
Kastmevalik salatitele	10	56	0.10	6.06	0.47	10,2
Seemnesegu	5	27	1.14	2.19	1.24	11
Maitsevesi	180	3	0.13	0.17	0.86	
Pria piimatooted	kuni 250					2
Leivatoodete valik (5 sorti)	70	203	5.90	2.87	36.60	1,2
Pirn ja redise snäkid	150	43	1.05	0.38	10.58	
Kokku :		780	27.14	26.51	111.74	

Lisaroad

Hautatud sealihtükid praeleemekastmes	150	172	13.73	11.58	3.66	
Kana poolkoib	60	95	12.06	3.50	3.73	

Taimetoit

Läätsepikkpoiss	60	108	4.51	2.64	16.71	1
-----------------	----	-----	------	------	-------	---

neljapäev, 25.mai	Kogus, g	Energia kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesik ud,g	Allergeen
Lõuna						
Kõrvitsapüreesupp kanalihaga	280	184	11.88	8.85	15.64	
Röstitud sepikukuubikud	20	80	2.43	0.88	14.80	1,2
Maasikakissell	75	59	0.13	0.02	14.48	
Kohupiimakreem	75	142	7.38	4.69	17.28	2
Pria piimatooted	150	79	4.74	3.75	6.63	2
Leivatoodete valik (5 sorti)	70	203	5.90	2.87	36.60	1,2
Õun ja valge kapsa snäkid	150	48	0.98	0.42	11.48	
Kokku :		795	33.44	21.48	116.91	

Lisaroad

Värskekapsasupp sealihaga	280	256	15.49	15.29	15.19	
Kartuli - frikadellisupp	280	227	13.01	11.00	20.09	1,3

Taimetoit

Kõrvitsapüreesupp (vegan)	280	157	3.59	7.89	20.78	1,9
---------------------------	-----	-----	------	------	-------	-----

reede, 26.mai	Kogus, g	Energia kcal	Valgud ,g	Rasvad,g	Süsivesik ud,g	Allergeen
Lõuna						
Mehhiko veisehakklihahapada	150	155	10.26	6.36	13.99	
Röstitud juurseller	60	35	0.98	1.96	4.20	9
Keedetud kartulid	60	62	1.60	0.08	14.20	
Keedetud tatar	60	75	2.30	1.56	13.12	
Peedisalat jogurtiga	60	26	1.06	0.26	4.95	2
Hiinakapsas, redis, kurk, porgand	60	12	0.63	0.14	2.48	
Kastmevalik salatitele	15	84	0.15	9.09	0.70	10,2
Seemnesegu	10	55	2.28	4.37	2.48	11
Mahlajook	180	43	0.02	0.02	10.35	
Pria piimatooted	kuni 250					2
Leivatoodete valik (5 sorti)	60	174	5.06	2.46	31.37	1,2
Pirn ja kõrvitsa snäkid	150	47	0.90	0.38	11.55	
Kokku :		769	25.24	26.68	109.39	

Lisaroad

Karrine kanakaste	150	203	13.73	11.98	10.80	1,2
Sealiharisoto	280	378	17.86	10.02	55.09	

Taimetoit

Köögiviljaragu	280	255	4.49	11.75	35.50	
----------------	-----	-----	------	-------	-------	--

Koolilõuna nädalamenüü

Grupp vanus 16–19 ja enam

esmaspäev, 22.mai	Kogus, g	Energia kcal	Valgud, g	Rasvad, g	Süsivesik ud, g	Allergeen
Lõuna						
Sealihakaste ürtidega	150	182	8.99	13.31	7.05	1,2
Aurutatud brokoli	60	18	1.84	0.20	3.21	
Keedetud tatar	60	72	2.50	0.84	13.92	
Keedetud kartulid	60	62	1.60	0.08	14.20	
Jääkapsasalat tilliga	60	29	0.68	2.23	1.87	
Peet, porgand, porru, kaalikas	60	20	0.84	0.20	4.23	
Kastmevalik salatitele	10	56	0.10	6.06	0.47	10,2
Seemnesegu	5	27	1.14	2.19	1.24	11
Roheline tee	180	29	0	0	7.19	
Pria piimatooted	kuni 250					2
Leivatoodete valik (5 sorti)	95	276	8.01	3.90	49.67	1,2
Õun ja lillkapsa snäkid	150	47	1.35	0.42	10.88	
Kokku :		818	27.05	29.43	113.93	

Lisaroad

Kana-koorekaste	150	175	9.75	11.92	7.72	1,2
Maksastrooganov	150	124	6.55	7.37	8.34	1,2

Taimetoit

Kikerhernekaste (vegan)	150	132	5.70	2.35	19.17	1
-------------------------	-----	-----	------	------	-------	---

teisipäev, 23.mai	Kogus, g	Energia kcal	Valgud, g	Rasvad, g	Süsivesik ud, g	Allergeen
Lõuna						
Saidafilée koorekastmes	150	187	12.61	11.13	9.41	1,2,4
Röstitud punane peet ürtidega	60	36	1.16	0.75	6.31	
Keedetud kartulid	60	62	1.60	0.08	14.20	
Keedetud makaronid	60	96	2.50	1.76	17.16	1
Valge redise salat maitserohelisega	60	23	0.61	1.57	2.08	
Porgand, kõrvits, kapsas, varsseller	60	14	0.60	0.14	3.22	9
Kastmevalik salatitele	10	56	0.10	6.06	0.47	10,2
Seemnesegu	5	27	1.14	2.19	1.24	11
Maitsevesi	180	3	0.13	0.17	0.86	
Pria piimatooted	kuni 250					2
Leivatoodete valik (5 sorti)	100	290	8.43	4.11	52.28	1,2
Apelsin ja tomati snäkid	150	47	1.35	0.23	10.42	
Kokku :		842	30.23	28.19	117.65	

Lisaroad

Kalaquljašš	150	177	7.771	9.815	14.52	1,2,4
Kala-köögivilja pajaroog	150	147	10.505	9.315	6.808	4

Taimetoit

Pasta punaste ubade ja suvikõrvitsaga	300	459	16.388	10.985	74.72	1
---------------------------------------	-----	-----	--------	--------	-------	---

kolmapäev, 24.mai	Kogus, g	Energia kcal	Valgud, g	Rasvad, g	Süsivesik ud, g	Allergeen
Lõuna						
Pikkpoiss veiselihast	60	107	10.81	4.46	6.20	1,3
Valge kaste maitserohelisega	100	83	1.90	6.04	5.67	1,2
Aurutatud mais	60	59	1.81	0.47	12.42	
Kartuli - bataadipüree	60	77	1.32	2.83	11.95	2
Keedetud riis	60	78	1.51	0.65	16.38	
Porgandi ja kaalikasalat	60	21	0.60	0.21	4.88	
Peet, hapukapsas, punanesõstar, oad	60	21	0.87	0.18	4.49	
Kastmevalik salatitele	10	56	0.10	6.06	0.47	10,2
Seemnesegu	5	27	1.14	2.19	1.24	11
Maitsevesi	180	3	0.13	0.17	0.86	
Pria piimatooted	kuni 250					2
Leivatoodete valik (5 sorti)	90	261	7.59	3.70	47.05	1,2
Pirn ja redise snäkid	150	43	1.05	0.38	10.58	
Kokku :		839	28.83	27.34	122.19	

Lisaroad

Hautatud sealihtükid praeleemkastmes	150	172	13.73	11.58	3.66	
Kana poolkoib	60	95	12.06	3.50	3.73	

Taimetoit

Läätsepikkpoiss	60	108	4.51	2.64	16.71	1
-----------------	----	-----	------	------	-------	---

neljapäev, 25.mai	Kogus, g	Energia kcal	Valgud, g	Rasvad, g	Süsivesik ud, g	Allergeen
Lõuna						
Kõrvitsapüreesupp kanalihaga	300	198	12.73	9.48	16.76	
Röstitud sepikukuubikud	20	80	2.43	0.88	14.80	1,2
Maasikakissell	75	59	0.13	0.02	14.48	
Kohupiimakreem	75	142	7.38	4.69	17.28	2
Pria piimatooted	150	79	4.74	3.75	6.63	2
Leivatoodete valik (5 sorti)	90	261	7.59	3.70	47.05	1,2
Õun ja valge kapsa snäkid	150	48	0.98	0.42	11.48	
Kokku :		866	35.98	22.94	128.48	

Lisaroad

Värskekapsasupp sealihaga	300	274	16.60	16.38	16.28	
Kartuli - frikadellisupp	300	243	13.94	11.79	21.53	1,3

Taimetoit

Kõrvitsapüreesupp (vegan)	300	168	3.85	8.45	22.27	1,9
---------------------------	-----	-----	------	------	-------	-----

reede, 26.mai	Kogus, g	Energia kcal	Valgud, g	Rasvad, g	Süsivesik ud, g	Allergeen
Lõuna						
Mehhiko veisehakklihapada	150	155	10.26	6.36	13.99	
Röstitud juurseller	60	35	0.98	1.96	4.20	9
Keedetud kartulid	60	62	1.60	0.08	14.20	
Keedetud tatar	60	75	2.30	1.56	13.12	
Peedisalat jogurtiga	60	26	1.06	0.26	4.95	2
Hiinakapsas, redis, kurk, porgand	60	12	0.63	0.14	2.48	
Kastmevalik salatitele	15	84	0.15	9.09	0.70	10,2
Seemnesegu	10	55	2.28	4.37	2.48	11
Mahlajook	180	43	0.02	0.02	10.35	
Pria piimatooted	kuni 250					2
Leivatoodete valik (5 sorti)	75	218	6.32	3.08	39.21	1,2
Pirn ja kõrvitsa snäkid	150	47	0.90	0.38	11.55	
Kokku :		812	26.50	27.30	117.23	

Lisaroad

Karrine kanakaste	150	203	13.73	11.98	10.80	1,2
Sealiharisoto	300	405	19.14	10.73	59.02	

Taimetoit

Köögiviljaragu	300	273	4.81	12.59	38.04	
----------------	-----	-----	------	-------	-------	--