



NÄDAL 02 (07.09-13.09.2026)

	MENÜÜ	KOGUS	SNÄKK	TOIDUINFO	
ESMASPÄEV	KANARISOTTO	125g	PUUVILI	Kanaliha	
	HAUTATUD LILLKAPSAS	50g		Kkal	828
	SPINAT, PAPRIKA, MAHE IDU, SALATIKASTE	100g		Valk	24.22
	PIIM, KEEFIR (PRIA), VESI	200g		Rasv	34.61
	RUKKILEIB, MUST LEIB, SEPIK (LEIBUR)	50g		S.vesik	103.37
TEISIPÄEV	KOORENE HAKKLIHAKASTE ÜRTIDEGA	125g	JUURVILI	Sea/Loomaliha	
	KEEDETUD KARTU/ MAKARONID	150g		Kkal	529
	ROHELINE SEGASALAT, VALGE REDIS, KURK, SALATIKASTE	100g		Valk	24.31
	PIIM, KEEFIR (PRIA) LAUAVESI	200g		Rasv	17.63
	RUKKILEIB, MUST LEIB, SEPIK (LEIBUR)	50g		S vesik	68.30
KOLMAPÄEV	KANAKOTLETT	120g	PUUVILI	Kanaliha	
	TATAR/ RIIS	50g		Kkal	693
	PEAKAPSAS, PORGAND, TOMAT, SALATIKASTE	100g		Valk	24.31
	PIIM, KEEFIR (PRIA), LAUAVESI	200g		Rasv	22.99
	RUKKILEIB, MUST LEIB, SEPIK (LEIBUR)	50g		S.vesik	96.97
NELJAPÄEV	KALASELJANKA	250g	JUURVILI	Kalaliha	
	PANNKOOGID MOOSIGA	120/30g		Kkal	683
	RUKKILEIB, MUST LEIB, SEPIK (LEIBUR)	50g		Valk	29.30
	PIIM, KEEFIR (PRIA) LAUAVESI	200g		Rasv	13.36
				S.vesik	111.41
REEDE	SEALIHA KOORE-SINEPIKASTMES	125g	PUUVILI	Sealiha	
	KARTULIPUDER VÕIGA/ KUSKUS	150g		Kkal	957
	PUNANE KAPSAS, KAALIKAS, ROH.HERNES, SALATIKASTE	100g		Valk	25.03
	PIIM, KEEFIR (PRIA) LAUAVESI	200g		Rasv	29.15
	RUKKILEIB, MUST LEIB, SEPIK (LEIBUR)	50g		S.vesik	148.59

Nädala keskmine:

Kkal	737
Valk	25.47
Rasv	23.55
S.vesik	105.72

KÕIKIDE TOIDUKORDADE JUURES ALLIKAVESI VÄRSKETE
PUUVILJADE VÕI MARJADEGA.

HOMMIKUTI KÕIK PUHVETISSE TASUTA PUDRULE!!!

INFOT TOIDUS SISALDUVATE ALLERGEENIDE KOHTA SAAB KOKALT