

02 - 06 . OKTOOBER 2023



MENÜÜ

ESMASPÄEV 02.10

Hommikusöök:

Riisipuder, moos (200/20g)

Lõunasöök:

Makaroni-vokiroog sealihaga (200g)

Värske salat (100g)

Joogijogurt/koolipiim/koolikeefir (200 g)

Leib/sai (45/20 g)

Kooliõun

Pikapäevasöök:

Friikartul, ketšup (100/20g)

Joogijogurt, maitsevesi (200 g)

TEISIPÄEV 03.10

Hommikusöök:

Kiirkaerahelbepuder, moos (200/20g)

Lõunasöök:

Borš sealihaga, hapukoor (250/20 g)

Õuna-mannavaht (100/20g)

Tee/koolipiim/koolikeefir (200 g)

Leib/sai (45/20 g)

Pikapäevasöök:

Makaronid juustuga (150/20g)

Tee, maitsevesi (200 g)

KOLMAPÄEV 04.10

Hommikusöök:

Hirsipuder, moos (200/20g)

Lõunasöök:

Keedukartul, kapsahautis hakklihaga (100/150g)

Värske salat (100g)

Morss/koolipiim/koolikeefir (200 g)

Leib/sai (45/20 g)

Pikapäevasöök:

Müsli/helbed piimaga (100/100g)

Juustuvõiku (100g)

Tee, maitsevesi (200 g)

NELJAPÄEV 05.10

Hommikusöök:

Mannapuder, moos (200/20g)

Lõunasöök:

Riis lõhe-koorekastmega (100/150g)

Värske salat (100g)

Morss koolipiim/koolikeefir (200 g)

Leib/sai (45/20 g)

Pikapäevasöök:

Pärmipannkoogid moosiga (70/20g)

Piim, maitsevesi (200 g)

REEDE 06.10

Hommikusöök:

Neljaviiljahelbepuder, moos (200/20g)

Lõunasöök:

Tatar, kurzeme kaste veiselihaga (100/150g)

Värske salat (100g)

Kakao/koolipiim/koolikeefir (200 g)

Leib/sai (45/20 g)

Pikapäevasöök:

Lihapirukas (65g)

Topsijogurt (150g)

Morss, maitsevesi (200 g)

