

18. - 22. DETSEMBER 2023

MENÜÜ

ESMASPÄEV 18.12

Hommikusöök:

Mannapuder, moos (200/20g)

Lõunasöök:

Seapraad/verivorst, kartulipüree (100/150g)

Hautatud hapukapsas (100g)

Koolipiim/koolikeefir/kissell (200ml)

Leib/sai (45/20g)

Pikapäevasöök:

Kohupiimakreem (100g)

TEISIPÄEV 19.12

Hommikusöök:

Neljaviiljapuder, moos (200/20g)

Lõunasöök:

Hernesupp sealihaga (250g)

Pannkook moosiga (100/20g)

Tee/koolipiim/koolikeefir (200ml)

Leib/sai (45/20g)

Koolipuuviili

Pikapäevasöök:

Piima-makaronisupp (100g)

KOLMAPÄEV 20.12

Hommikusöök:

Riisipuder, moos (200/20g)

Lõunasöök:

Pilaff kanalihaga, külm kaste (250/30g)

Marineeritud kurk (50g)

Värske-kapsakurgisalat (50g)

Kohv/koolipiim/koolikeefir (200ml)

Leib/sai (45/20g)

Pikapäevasöök:

Makaronid juustuga (100g)

NELJAPÄEV 21.12

Hommikusöök:

Kiirkaerahelbepuder, moos (200/20g)

Lõunasöök:

Tatar, sealiha strooganov (150/100g)

Peedi-küüslaugu-majoneesisalat (100g)

Morss/koolipiim/koolikeefir (200ml)

Leib/sai (45/20g)

Mandariin

Pikapäevasöök:

Riisipuder (200g)

REEDE 22.12

Hommikusöök:

Hirsipuder, moos (200/20g)

Lõunasöök:

Riis, koorene kalakaste (150/100g)

Kõrvitsasalat (100g)

Kakao/koolipiim/koolikeefir (200ml)

Leib/sai (45/20g)

Pikapäevasöök:

Ei toimu!

Mõnusat vaheaega!

Leia enda jaoks põnev raamat

Mine kinno

See ise küpsisekooki

Käi uisutamasa

Küpseta muhvineid

Mine matkarajale

Puhka! :)