|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Hommikusöök** | **Lõunasöök** | **Õhtusöök** | **Toiteväärtused** |
| **ESMASPÄEV** | 4-viljapuderPiim Moos/või Sepik  | Hakkliha-aedviljasuppPeekoni-seenekaste KartulSalativalik 2tkKohukeMahl Leib |  KanapastaToorsalatLeib | Energia: 2278,32 kcalSüsivesikud: 315,42gValgud:29,57 gRasvad: 87,20g |
| **TEISIPÄEV** | MüsliJogurt/Piim | Kanasupp Chilli con carneRiis Salativalik 2tkKamakreem Mahl Leib | Lihapallid tomatikastmes Kartul Toorsalat | Energia: 2378,41 kcalSüsivesikud: 289,21gValgud:27,57 gRasvad: 78,20g |
| **KOLMAPÄEV** | 7-viljapuder Piim Moos/või Sepik | Hernesupp singiga Azuu veiselihaga TatarSalativalik 2tkJogurt Mahl Leib | Praetud kartul peekoni ja sibulaga Toorsalat Leib | Energia: 2241,02 kcalSüsivesikud: 324,42gValgud:23,12 gRasvad: 83,9g |
| NELJAPÄEV | Maisimanna puderPiimMoos/võiSepik | FrikadellisuppKalakaste köögiviljadegaRiisSalativalik 2tkKohupiima küpsise magustoitMahlLeib | Kana poolkoivad Riis Salat Koorekaste/Leib | Energia: 2100,30 kcalSüsivesikud: 298,42gValgud:31,09 gRasvad: 79,07g |
| **REEDE** | Hommikuhelbed Piim Sai/Leib | Köögiviljapüreesupp krutoonidegaSealihahautis köögiviljadegaKartul Salativalik 2tkBanaan Mahl Leib | Praetud pelmeenid Hapukoor  | Energia: 2198,29 kcalSüsivesikud: 308,42gValgud:27,56 gRasvad: 88,20g |  |

\* Information about food ingredients and allergens you can ask the service provider.

LAC-Lactose / GL-Gluten / E-Egg products