|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Hommikusöök** | **Lõunasöök** | **Õhtusöök** | **Toiteväärtused** |
| **ESMASPÄEV** | 4-viljapuder  Piim  Moos/või  Sepik | Frikadellisupp  Hakklihakaste  Kartul  Salativalik 2tk  Kamakreem  Mahl  Leib | Kanapasta  Toorsalat  Leib | Energia: 2378,21 kcal  Süsivesikud: 309,42g  Valgud:27,57 g  Rasvad: 83,01g |
| **TEISIPÄEV** | Müsli /Kaerahelbepuder  Jogurt/Piim  Sepik | Kanasupp  Strogonov sealihaga  Tatar  Salativalik 2tk  Crunchy batoon  Mahl  Leib | Lihapllid  koorekastmes  Kartul  Toorsalat | Energia: 2392,41 kcal  Süsivesikud: 276,21g  Valgud:24,50 g  Rasvad: 77,55g |
| **KOLMAPÄEV** | 3-viljapuder  Piim  Moos/või  Sepik | Borš veiselihaga  Kanakaste köögiviljadega  Riis  Salativalik 2tk  Õun  Mahl  Leib | Kartulivorm hakklihaga  Külm kaste  Toorsalat  Leib | Energia: 2241,02 kcal  Süsivesikud: 318,2g  Valgud:22,12 g  Rasvad: 82,9g |
| NELJAPÄEV | Mannapuder  Piim  Moos/või  Sepik | Peedipüreesupp  Kalakaste  Riis  Salativalik 2tk  Kohupiima küpsise magustoit  Mahl  Leib | Tomatine sealihahautis  Kartul  Salat  Leib | Energia: 2032,30 kcal  Süsivesikud: 298,42g  Valgud:33,09 g  Rasvad: 72,07g |
| **REEDE** | Hommikuhelbed /  4-viljahelbed  Piim  Sai/Leib | Köögiviljasupp kanaga  Ühepajatoit sealihaga  Kartul  Salativalik 2tk  Banaan  Mahl  Leib | Kanakintsuliha  Ahjukartul  Külm kaste  Toorsalat  Leib | Energia: 2269,29 kcal  Süsivesikud: 311,32g  Valgud:24,67 g  Rasvad: 79,20g |  |

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

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