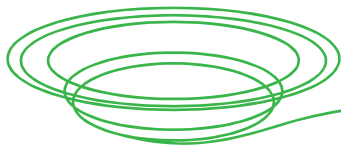


	MENÜÜ	KOGUS	SNÄKK	TOIDUINFO	
ESMASPÄEV	HAKKLIHASUPP KÖÖGIVILJADEGA	280g	PUUVILI PIRN	Looma-sealiha	
	KAKAO-KOHUPIIMAKREEM KEEDISEGA	150g		Kkal	667
	PIIM, KEEFIR, LAUAVESI	200g		Valk	22,4
	RUKKILEIB, MUST LEIB, SEPIK (LEIBUR)	50g		Rasv	17,7
				S.vesik	100,2
TEISPÄEV	KALAFIILEPALA TAR-TAR KASTMEGA	150g	JUURVILI KAPSAS	Kala	
	KEEDETUD KARTUL, RIIS	150g		Kkal	688
	VÄRSKE KAPSA-KURGISALAT	50g		Valk	18,9
	HAUTATUD JUURVILJAD	50g		Rasv	18,4
	PIIM, KEEFIR, TEE	200g		S vesik	109,5
	RUKKILEIB, MUST LEIB, SEPIK (LEIBUR)	50g			
KOLMAPÄEV	HERNESUPP SUITSULIHAGA	280g	PUUVILI ÕUN	Sealiha	
	MARJAKISSELL VAHUKOOREGA	150g		Kkal	682,5
	PIIM, KEEFIR, SIDRUNIJOOK MÜNDIGA	200g		Valk	23,0
	RUKKILEIB, MUST LEIB, SEPIK (LEIBUR)	50g		Rasv	23,5
				S.vesik	89,8
NELJAPÄEV	HAKKLIHAKASTE	150g	JUURVILI PORGAND	Looma-sealiha	
	KEEDETUD KARTUL, TATAR	150g		Kkal	714
	HIINA KAPSA-TOMATISALAT	50g		Valk	25,4
	PEEDISALAT MAJONEESIGA	50g		Rasv	28,0
	PIIM, KEEFIR, LAUAVESI	200g		S.vesik	112,5
	RUKKILEIB, MUST LEIB, SEPIK (LEIBUR)	50g			
REEDE	KÜPSETATUD KANAKINTS KETŠUPIKASTMEGA	150g	PUUVILI BANAAN	Kana	
	KEEDETUD RIIS, MAKARON	150g		Kkal	662
	KONSERVEERITUD HERNES	50g		Valk	24,55
	PORGANDI-KAPSASALAT	50g		Rasv	14,0
	PIIM, KEEFIR, KODUNE MORSS	200g		S.vesik	103,7
	RUKKILEIB, MUST LEIB, SEPIK (LEIBUR)	50g			

Nädala keskmine:

Kcal	684,9
Valk	24,03
Rasv	20,48
S.vesik	100,02

KÕIKIDE TOIDUKORDADE JUURES ALLIKAVESI VÄRSKETE
PUUVILJADE VÕI MARJADEGA.
HOMMIKUTI KÕIK PUHVETISSE TASUTA PUDRULE!!!



PIKAPÄEVARÜHM NÄDAL 35 (05.06-09.06.2017)

PÄEV	MENÜÜ	KOGUS
ESMASPÄEV	KURZEMESTROGANOV	90g
	KEEDETUD KARTUL	150g
	TOORSALAT	50g
	PIIM, KEEFIR, LAUAVESI	200g
	RUKKILEIB, MUST LEIB, SEPIK (LEIBUR)	50g
TEISIPÄEV	FRIKADELLISUPP	280g
	JÄÄTIS	50g
	PIIM, KEEFIR, LAUAVESI	200g
	RUKKILEIB, MUST LEIB, SEPIK (LEIBUR)	50g
KOLMAPÄEV	KALKUNIKASTE	120g
	KEEDETUD RIIS	150g
	PIIM, KEEFIR, LAUAVESI	200g
	RUKKILEIB, MUST LEIB, SEPIK (LEIBUR)	50g
NELJAPÄEV	KÜPSETATUD VIINER	90g
	AHJUKARTUL	150g
	TOORSALAT	50g
	PIIM, KEEFIR, LAUAVESI	200g
	RUKKILEIB, MUST LEIB, SEPIK (LEIBUR)	50g
REEDE	LASAGNE	250g
	TOORSALAT	50g
	PIIM, KEEFIR, LAUAVESI	200g
	RUKKILEIB, MUST LEIB, SEPIK (LEIBUR)	50g