

Esmaspäev 17.11.2025	Eeldatav ports g	Etteantud g	Energia Kcal	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid ja muu märkus
Kalkuniriisiroog (sibul;porgand;mais)	200	100	115	6,37	2,29	11,4	
Bulgur spinati ja küüslauguga	90	100	117	0,8	22,4	3,87	1
Grillitud suvikõrvits	40	100	20,7	0,22	2,75	1,54	
Vürtsikas korea porgandisalat (küüslauk;tsillipipar;sibul;paprika)	30	100	84	4,62	8,26	0,87	äädikas
Kurk;mais	30	100					
Jogurtikaste maitserohelisega	20	100	40,3	0,501	5,1	3,79	2
Päevalilleseemned	10	100	621	54,5	3,6	24,2	
Leivavalik	30	100	230	1	45	6,5	1; 3
Pria piim	100	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2
Halikatalu õun	60	100	48,1	0	10,9	0	
Seenerisotto	120	100	86,2	0,13	13,6	3,61	1;seened;parmesani juust
Teisipäev 18.11.2025	Eeldatav ports g	Etteantud g	Energia Kcal	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid ja muu märkus
Pikalt küpsetatud veis	75	100	173	5,75	0	30,4	
Ahjukartul	120	100	130	4,13	20,1	2,46	Rapsiõli
Rohelise terapipra koorekaste	40	100	112	7,4	8,3	2,9	2
Pärloder puraviku ja lehtpeediga	60	100	192	5,1	21,7	13,2	seened
Mahetalu ahjukaalikas rapsiõliga	30	100	36,7	0,1	6,41	1,13	Rapsiõli
Mahetalu hapukapsas kurkumi ja ingveriga #	50	100	23,3	0,2	3,54	0,78	
Mahetalu riivitud peet; rukkola	40	100					
Leivavalik	55	100	367	20,5	29,7	3,3	1;2;11
Hummus röstpaprika ja köömnetega	10	100	162	8,13	10,7	6,7	
Pria piim	100	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2
Halika talu õun	80	100	48,1	0	10,9	0	
Jakotletid vetikatega (riis;seller;küüslauk;kaerahelbed;riisiäädikas;spelt)	60	100	131	7,01	11,2	4,57	1
Kolmapäev 19.11.2025	Eeldatav ports g	Etteantud g	Energia Kcal	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid ja muu märkus
Tom-Kha lõhega	250	100	131	11,1	3,42	3,86	kookospiim
Aurutatud riis	120	100	93,8	2,57	14,8	2,38	
Kohupiimavaht lisatud suhkruga	75	100	191	11,1	10,8	11,9	2;suhkur
Kodune rabarberimoos	40	100	227	0,1	55,3	0,4	kaneel

Punase peakapsasalat kirsimahлага (sibul;oliiviõli;sool;lisatud suhkur)	30	100	34	0,1	6,01	1,17	
Riivitud porgand; riivitud valge redis	30	100					
Jogurtikaste maitserohelisega	20	100	40,3	0,501	5,1	3,79	2
Seemnekukkel	40	100	213	2,31	39	6,06	1;2
Kõrvitsahummus	5	100	163	10,3	11,7	4	
Päevalilleseemned	5	100	621	54,5	3,6	24,2	
Pria piim	100	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2
Halika talu õun	50	100	48,1	0	10,9	0	
Röstitud kikerherned	10	100	467	21,8	58,5	6,5	
Kõrvitsa-ingverikreemsupp	250	100	45	1,22	5,38	2,35	Kookospiim
Neljapäev 20.11.2025	Eeldatav ports g	Etteantud g	Energia Kcal	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid ja muu märkus
Ahjulkanakints (värske ingver;tsilli;seesamiseemned;küüslauk)	150	100	153	6,18	13,7	10,2	soja
Kartulipuder	120	100	93,8	2,57	14,8	2,38	2
Tatar päikesekuivatatud tomatitega	90	100	110	2,57	17,1	3,3	
Lehtkapsa-kikerhernesalat granaatõunaseemnetega	30	100	61,7	4	3,36	1,81	
Riivitud peet; hapukurk	30	100					
Jogurtikaste maitserohelisega	10	100	40,3	0,501	5,1	3,79	2
Leivavalik	30	100	367	20,5	29,7	3,3	1;2;11
Pria piim	100	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2
Maitsevõi	5	100	725	79	1,1	1	2
Halika talu õun	60	100	57	1,3	8,3	1,1	
Läätsedega täidetud baklazaan (sibul;küüslauk;pruun lääts;riivjuust LV) #	90	100	77,9	4,45	4,58	3,86	
Reede 21.11.2025	Eeldatav ports g	Etteantud g	Energia Kcal	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid ja muu märkus
Bologneseaste eestimaisest sealihast	120	100	181	13,8	3,5	4,7	Tomatipasta
Pennepasta	120	100	141	0,7	28,1	4,81	1
Tatar	90	100	80,6	0,5	15,1	2,98	
Peakapsakimtsi (ingver;küüslauk;suhkur;porru;talisibul) #	30	100	38,2	0,7	3,95	2,8	suhkur
Riivitud Mahetalu peet;mais	30	100					
Päevalilleseemned	2	100	621	54,5	3,6	24,2	
Jogurtikaste maitserohelisega	20	100	40,3	0,501	5,1	3,79	2

Leivavalik	40	100	367	20,5	29,7	3,3	1;2;11
Maitsevõi	5	100	725	79	1,1	1	2
Pria piim	100	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2
Halika Talu õun	80	100	57	1,3	8,3	1,1	
Taimne bolognese kaste(läätsed ja köögiviljad)	200	100	73,8	3,21	8,34	2,24	Kaerapiim

PIKAPÄEVASÖÖK

Esmaspäev 17.11.2025	Eeldatav ports	Etteantud g	Kcal g	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid
Lillkapsakreemsupp	250	100	32,4	7,58	25,4	19,8	1; 3
Krutoonid	5	100	323	1,8	71,9	12,3	1
Pannkook	75	100	206	3,16	37	6,18	1;2;3
Maasikatoormoos	30	100	366	0,6	6,3	0	lisatud suhkur
Leivavalik	40	100	20,5	20,5	29,7	11,7	1;2;11
Teisipäev 18.11.2025	Eeldatav ports	Etteantud g	Kcal g	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid
Kiievikotlet	100	100	301	23,2	7,74	15	1
Ahjupartul juustuga	120	100	209	13	13	9,72	
Riivitud porgand ananassiga	60	100	46,2	0,24	9,22	0,63	
Leivavalik	40	100	316	9,3	45	9	1;2;11
Kolmapäev 19.11.2025	Eeldatav ports	Etteantud g	Kcal g	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid
Guljašš kalkunilihast	120	100	121	3,81	5,34	16	2
Riis	90	100	130	0,238	27,4	2,82	
Kurgi-tillisalat	60	100	32	2,43	1,37	0,8	
Leivavalik	40	100	316	9,3	45	9	1;2;11
Neljapäev 20.11.2025	Eeldatav ports	Etteantud g	Kcal g	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid
Karjase pirukas	160	100	151	5,78	9,15	6,45	Rapsiõli;2
Hapukoor 30%	20	100	291	30	2,7	2,6	2
Riivitud peet	40	100	40,8	0,2	6,9	1,6	
Leivavalik	40	100	316	9,3	45	9	1;2;11
Reede 21.11.2025	Eeldatav ports	Etteantud g	Kcal g	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid
Köögiviljasupp ricottapelmeenidega	250	100	24,6	11,2	24,4	11,1	1
Maitseroheline	2	100	32,6	0,9	1	3,7	
Moonikringel	90	100	416	21,1	48	6,69	1;2;3

Leivavalik	40	100	367	20,5	29,7	11,7	1;2;11
------------	----	-----	-----	------	------	------	--------