

|                                                                       |                         |                    |                     |                 |                    |                 |                                  |
|-----------------------------------------------------------------------|-------------------------|--------------------|---------------------|-----------------|--------------------|-----------------|----------------------------------|
| <b>KOOLILÕUNA</b>                                                     |                         |                    |                     |                 |                    |                 |                                  |
| <b>Esmaspäev 09.02.2026</b>                                           | <b>Eeldatav ports</b>   | <b>Etteantud g</b> | <b>Energia Kcal</b> | <b>Rasvad g</b> | <b>Süsivesik g</b> | <b>Valgud g</b> | <b>Allergeenid ja muu märkus</b> |
| Makaronid kalkunihakkliha ja juustuga                                 | 160                     | 100                | 264                 | 19,4            | 7                  | 14,9            | 1                                |
| Marinara tomatikaste (tomat;ürdid;oliiviõli)                          | 50                      | 100                | 43,1                | 2,3             | 3,98               | 0,8             |                                  |
| Kinoa ahjuköögiviljadega (brokoli;sibul;päikesekuivatatud tomat)      | 120                     | 100                | 62,1                | 1,85            | 7,22               | 2,5             |                                  |
| Riivitud peet; mais;spinat                                            | 30                      | 100                |                     |                 |                    |                 |                                  |
| Jogurtikaste                                                          | 20                      | 100                | 40,3                | 0,501           | 5,1                | 3,79            | 2                                |
| Maitsevõi                                                             | 5                       | 100                | 725                 | 79              | 1,1                | 1               | 2                                |
| Leivavalik                                                            | 40                      | 100                | 316                 | 9,3             | 45                 | 9               | 1;2;11                           |
| Pria piim                                                             | 100                     | 100                | 57,8                | 2,6             | 5,3                | 3,3             | 2                                |
| Hooajaline puuvili                                                    | 40                      | 100                | 48,1                | 0               | 10,9               | 0               |                                  |
| Ahjubataat läätse ja laktoosivaba fetajuustuga                        | 90                      | 100                | 156                 | 4,12            | 20,7               | 7,59            |                                  |
| <b>Teisipäev 10.02.2026</b>                                           | <b>Eeldatav ports g</b> | <b>Etteantud g</b> | <b>Energia Kcal</b> | <b>Rasvad g</b> | <b>Süsivesik g</b> | <b>Valgud g</b> | <b>Allergeenid ja muu märkus</b> |
| Hispaania kartuliomlett krõbepeekoniga                                | 200                     | 100                | 111                 | 8,14            | 1,47               | 8,05            | 2;3                              |
| Bulgur tomati ja suvikõrvitsaga                                       | 90                      | 100                | 119                 | 6,44            | 12,3               | 2,21            | 1                                |
| Ahjubrokoli                                                           | 30                      | 100                | 42,9                | 0,65            | 3,46               | 4,64            |                                  |
| Balsamico sibul; oliivid; mais                                        | 30                      | 100                |                     |                 |                    |                 |                                  |
| Jogurtikaste maitserohelisega                                         | 20                      | 100                | 40,3                | 0,501           | 5,1                | 3,79            | 2                                |
| Leivavalik                                                            | 40                      | 100                | 316                 | 9,3             | 45                 | 9               | 1;2;11                           |
| Hummus praesibula ja köömnetega                                       | 5                       | 100                | 146                 | 11,8            | 6,3                | 3,9             | tahiini; oliiviõli               |
| Pria piim                                                             | 100                     | 100                | 57,8                | 2,6             | 5,3                | 3,3             | 2                                |
| Hooajaline puuvili                                                    | 40                      | 100                | 48,1                | 0               | 10,9               | 0               |                                  |
| tortilla de patatas                                                   | 90                      | 100                | 309                 | 6,9             | 51                 | 9,1             |                                  |
| <b>Kolmapäev 11.02.2026</b>                                           | <b>Eeldatav ports</b>   | <b>Etteantud g</b> | <b>Energia Kcal</b> | <b>Rasvad g</b> | <b>Süsivesik g</b> | <b>Valgud g</b> | <b>Allergeenid ja muu märkus</b> |
| Karjasepirukas seguhakklihaga                                         | 200                     | 100                | 206                 | 15,2            | 4,94               | 12              | 2                                |
| Pärloder seente ja lehtpeediga                                        | 90                      | 100                | 84,6                | 2,58            | 12,8               | 1,73            | 1;seeded                         |
| Naeri-peedisalat (sh õun;porgand;petersell;küüslauk;päevalilleseemned | 50                      | 100                | 40,3                | 1,32            | 4,2                | 1,92            | oliiviõli;mesi                   |
| Võiuba; riivitud kapsas; riivitud peet                                | 30                      | 100                |                     |                 |                    |                 |                                  |
| Jogurtikaste maitserohelisega                                         | 20                      | 100                | 40,3                | 0,501           | 5,1                | 3,79            | 2                                |
| Leivavalik                                                            | 40                      | 100                | 316                 | 9,3             | 45                 | 9               | 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                                |
| Hooajaline puuvili                                                    | 40                      | 100                | 48,1                | 0               | 10,9               | 0               |                                  |
| Oa-ploomiragu (sibul;kaalikas;porgand)                                | 150                     | 100                | 89,7                | 5,75            | 7,35               | 1,36            | LV hapukoor                      |
| <b>Neljapäev 12.02.2026</b>                                           | <b>Eeldatav ports</b>   | <b>Etteantud g</b> | <b>Energia Kcal</b> | <b>Rasvad g</b> | <b>Süsivesik g</b> | <b>Valgud g</b> | <b>Allergeenid ja muu märkus</b> |
| Prantsuse kalasupp (forell; valge kala)                               | 90                      | 100                | 219                 | 13,1            | 7,38               | 17,6            | 1;3                              |
| Chocolate Mousse balsamico kirssidega                                 | 70                      | 100                | 365                 | 14,8            | 28,2               | 3,8             | 2;suhkur                         |
| Kuskuss köögiviljadega (porgand;paprika;suvikõrvits)                  | 120                     | 100                | 102                 | 4,43            | 12,6               | 2,09            | 1                                |
| Kalekapsa-apelsinisalat (õun;peet;sibul)                              | 30                      | 100                | 63,7                | 4,82            | 1,12               | 3,21            |                                  |
| Kaalikas; mais; nuikapsas                                             | 30                      | 100                |                     |                 |                    |                 |                                  |
| Jogurtikaste maitserohelisega                                         | 20                      | 100                | 40,3                | 0,501           | 5,1                | 3,79            | 2                                |
| Leivavalik                                                            | 40                      | 100                | 316                 | 9,3             | 45                 | 9               | 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                                 |
| Hooajaline puuvili               | 40                    | 100                | 48,1                | 0               | 10,9               | 0               |                                   |
| Prantsuse sibulasupp             | 200                   | 100                | 106                 | 5,33            | 8,4                | 4,32            | LV juust;GV sai                   |
| <b>Reede 13.02.2026</b>          | <b>Eeldatav ports</b> | <b>Etteantud g</b> | <b>Energia Kcal</b> | <b>Rasvad g</b> | <b>Süsivesik g</b> | <b>Valgud g</b> | <b>Allergeenid ja muu märkus</b>  |
| Sealihasnitsel                   | 90                    | 100                | 336                 | 24,3            | 12,2               | 16,5            | 1;3                               |
| Ahjupartul                       | 110                   | 100                | 74                  | 0,1             | 15,8               | 1,94            |                                   |
| Soe koorekaste                   | 50                    | 100                | 145                 | 11,9            | 6,93               | 2,29            | Taimnekoor                        |
| Hautatud punane kapsas           | 90                    | 100                | 60,5                | 3,12            | 5,47               | 1,33            |                                   |
| hernes;marineeritud kõrvits      | 30                    | 100                |                     |                 |                    |                 |                                   |
| Jogurtikaste                     | 20                    | 100                | 40,3                | 0,501           | 5,1                | 3,79            | 2                                 |
| Päevalilleseemned                | 5                     | 100                | 621                 | 54,5            | 3,6                | 24,2            |                                   |
| Leivavalik                       | 40                    | 100                | 316                 | 9,3             | 45                 | 9               | 1;2;11                            |
| Röstikõrvitsahummus              | 5                     | 100                | 283                 | 20,1            | 17,5               | 6,8             | küüslauk;kikerhernes;sidrunimahla |
| Pria piim                        | 100                   | 100                | 57,8                | 2,6             | 5,3                | 3,3             | 2                                 |
| Hooajaline puuvili               | 40                    | 100                | 48,1                | 0               | 10,9               | 0               |                                   |
| Reibekuchen ja peale Apfelmusega | 150                   | 100                | 120                 | 4,98            | 14,3               | 4,01            | Taimnekoor                        |
| <b>PIKAPÄEVASÖÖK</b>             |                       |                    |                     |                 |                    |                 |                                   |
| <b>Esmaspäev 09.02.2026</b>      | <b>Eeldatav ports</b> | <b>Etteantud g</b> | <b>Kcal g</b>       | <b>Rasvad g</b> | <b>Süsivesik g</b> | <b>Valgud g</b> | <b>Allergeenid</b>                |
| Burger seguhakklihast            | 120                   | 100                | 205                 | 12              | 2,5                | 21              |                                   |
| Klassikaline coleslaw            | 120                   | 100                | 111                 | 0,51            | 22,8               | 2,56            | 1                                 |
| <b>Teisipäev 10.02.2026</b>      | <b>Eeldatav ports</b> | <b>Etteantud g</b> | <b>Kcal g</b>       | <b>Rasvad g</b> | <b>Süsivesik g</b> | <b>Valgud g</b> | <b>Allergeenid</b>                |
| Lihaseljanka                     | 250                   | 100                | 77,4                | 3,76            | 7,72               | 2,79            | 1                                 |
| Hapukoor 30%                     | 20                    | 100                | 291                 | 30              | 2,7                | 2,6             | 2                                 |
| Pulgajäätis                      | 70                    | 100                | 211                 | 12              | 21,8               | 3,9             | 2                                 |
| Leivavalik                       | 37                    | 100                | 316                 | 9,3             | 45                 | 9               | 1;2;11                            |
| <b>Kolmapäev 11.02.2026</b>      | <b>Eeldatav ports</b> | <b>Etteantud g</b> | <b>Kcal g</b>       | <b>Rasvad g</b> | <b>Süsivesik g</b> | <b>Valgud g</b> | <b>Allergeenid</b>                |
| Pitaf kalkuniliha                | 150                   | 100                | 281,6               | 16,8            | 5,07               | 11,4            |                                   |
| Kurgi-tartarkaste                | 50                    | 100                | 274                 | 4,81            | 1,61               | 3,8             | 2                                 |
| Leivavalik                       | 40                    | 100                | 316                 | 9,3             | 45                 | 9               | 1;2                               |
| Marineeritud kõrvits             | 30                    | 100                |                     |                 |                    |                 | suhkur                            |
| <b>Neljapäev 12.02.2026</b>      | <b>Eeldatav ports</b> | <b>Etteantud g</b> | <b>Kcal g</b>       | <b>Rasvad g</b> | <b>Süsivesik g</b> | <b>Valgud g</b> | <b>Allergeenid</b>                |
| Juustuga paneeritud kanafilee    | 90                    | 100                | 242                 | 10,7            | 15,2               | 21,6            | LV juust                          |
| Riis                             | 120                   | 100                | 130                 | 0,238           | 27,4               | 2,82            |                                   |
| Soe koorekaste                   | 50                    | 100                | 145                 | 11,9            | 6,93               | 1,29            | 2                                 |
| Riivitud porgand ananassiga      | 30                    | 100                | 66,8                | 3,42            | 7,22               | 0,6             | Rapsiõliga                        |
| Leivavalik                       | 40                    | 100                | 316                 | 9,3             | 45                 | 9               | 1;2;11                            |
| <b>Reede 13.02.2026</b>          | <b>Eeldatav ports</b> | <b>Etteantud g</b> | <b>Kcal g</b>       | <b>Rasvad g</b> | <b>Süsivesik g</b> | <b>Valgud g</b> | <b>Allergeenid</b>                |
| Kõrvitsakreemsupp                | 200                   | 100                | 51,1                | 4,39            | 1,82               | 0,7             | Taimnekoor                        |
| Pannkook                         | 50                    | 100                | 214                 | 9,08            | 24,5               | 7,89            | 1;2;3                             |
| Marjamaatalu maasikatoormoos     | 50                    | 100                | 34,2                | 0,6             | 6,3                | 0               | ei sisalda suhkurt                |
| Leivavalik                       | 40                    | 100                | 367                 | 20,5            | 29,7               | 11,7            | 1;2;11                            |

Menüüs märgitud allergeenid

- 1 gluteen
- 2 laktoos
- 3 muna
- 4 Kala
- 10 Sinep
- 11 Seesamiseemned

Menüüs märgistatud osaliselt või täielikult mahe toote kasutus

#