1. **NÄDAL 04 (20.09.-24.09.2021)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. **PÄEV** | **HOMMIKUSÖÖK** | | **LÕUNASÖÖK** | | **OODE** | | **ÕHTUSÖÖK** | |
| **ESMASPÄEV** | MÜSLI MARJAJOGURTIGA | 100/80g | BOLOGNESE KASTE | 150g | KOHUKE | 43g | KANALIHA KARRIKASTMES | 120g |
| JUUSTUSAI | 45g | KEEDETUD RIIS/ MAKARON | 150g | TÄISTERAKÜPSIS | 50g | KEEDETUD RIIS | 150g |
| PIIM/TEE | 200g | PUNASE JA VALGEKAPSASALAT, H. JUURVILI | 80g |  |  | HIINAKAPSASALAT TOMATIGA | 80g |
| KÖÖGIVILJAAMPS |  | ÕUN | 100g |  |  | TEE SIDRUNIGA/KAKAO | 200g |
|  |  | PIIM/KEEFIR | 200g |  |  | RUKKILEIB/SEPIK | 30/30g |
|  |  | MUST LEIB/SEPIK | 30/30g |  |  |  |  |
| **TEISIPÄEV** | NELJAVILJAPUDER | 150g | KALASUPP MUNA JA HAPUKOOREGA | 280g | ŠOKOLADIAMPS | 20g | HAKKBEEFSTEIK MUNAGA | 80/30g |
| VANILJESAI | 90g | MANNAPUDER KISSELLIGA | 100/100g | KOHUPIIMAKREEM | 150g | KOOREKASTE | 50g |
| PIIM/TEE | 200g | PIIM | 200g |  |  | AHJUKARTUL | 200g |
| KÖÖGIVILJAAMPS |  | PORGANDIAMPS | 50g |  |  | PORGANDI-APELSINISALAT | 80g |
|  |  | MUST LEIB/SEPIK | 30/30g |  |  | PUUVILJA TEE/MORSS | 200g |
|  |  | KURGIAMPS | 50g |  |  | RUKKILEIB/SEPIK | 30/30g |
| **KOLMAPÄEV** | PIIMA-NUUDLISUPP | 200g | KANAPLOV | 250g | CROISANT SINGIGA | 150g | ÜHEPAJATOIT | 250g |
| SINGIVÕILEIB | 45g | KURGI JA KAPSASALAT, H. JUURVILI | 80/50g | JOGURTIJOOK | 200g | JÄÄKAPSA-KURGISALAT | 80g |
| VILJAKOHVI | 200g | ÕUN | 100g |  |  | MELISSITEE MEEGA/MORSS | 200g |
| KÖÖGIVILJAAMPS |  | PIIM/KEEFIR | 200g |  |  | RUKKILEIB/SEPIK | 30/30g |
|  |  | MUST LEIB/SEPIK | 30/30g |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **NELJAPÄEV** | TATRAHELBEPUDER | 150g | SELJANKA HAPUKOOREGA | 280g | BELGIA VAHVEL | 38g | SINGIKASTE | 150g |
| SEPIK LASTEVORSTIGA | 70g | KOHUPIIMAVAHT RIIVLEIVAGA | 150g | MAHL | 200g | MAKARONID | 150g |
| PIIM/KAKAO | 200g | PIIM | 200g |  |  | VÄRVILINE SÜGISSALAT | 80g |
| KÖÖGIVILJAAMPS |  | KURGIAMPS | 50g |  |  | KAKAO | 200g |
|  |  | MUST LEIB/SEPIK | 30/30g |  |  | RUKKILEIB/SEPIK | 30/30g |
|  |  | KURGIAMPS | 50g |  |  |  |  |
| **REEDE** | KAERAHELBEPUDER | 150g | AHJULIHA | 50/50g |  |  |  |  |
| VÕILEIB SUITSUVORSTIGA | 60g | KARTUL/MAKARON | 150g |  |  |  |  |
| PIIM/KAKAO | 200g | HAUTATUD JUURVILJAD/PEEDISALAT | 50/50g |  |  |  |  |
| KÖÖGIVILJAAMPS |  | MORSS | 30/200g |  |  |  |  |
|  |  | APELSIN | 60/50g |  |  |  |  |
|  |  | LEIB/VÕI | 30/20g |  |  |  |  |

**INFOT TOIDUS SISALDUVATE ALLERGEENIDE KOHTA SAAB KOKALT**