

KOOLILÕUNA							
	Eeldatav						Allergeenid ja
Esmaspäev 26.05.2025	ports	Etteantud g	Energia Kcal	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	muu märke
Maheveisest köögiviljaraguu #	125	100	177	6,65	0	29,3	sibul
Mahekartulipüree #	200	100	93,8	2,57	14,8	1,94	2
Tatar	200	100	80,6	0,5	15,1	4,28	
Kuskus Kadarbiku talu köögiviljadega	100	100	128	0,69	25,9	3,94	1
Riivitud porgand ananassiga (Kadarbiku Talu)	50	100	46,2	0,238	9,22	0,62	suhkur
Riivitud Kadarbiku talu peet; riivitud Kadarbiku Talu kaalikas; kurk							
Sinepi meekaste	20	100	536	53	13,6	0,98	10; mesi
Jogurtikaste #	50	100	40,3	0,501	5,1	3,79	2
Päevalilleseemned	10	100	621	54,5	3,6	9	
leivavalik sh seemneleib	55	100	367	20,5	29,7	3,3	2
Maitsevõi	5	100	725	79	1,1	1,1	2
Pria piim	250	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2
Nuikapsas	35	100	24,32	0,2	4,2	0,5	
Marjamaa Talu marjad	60	100	48,1	0	10,9	0	
Läätsedega täidetud paprika (sh porgand, sibul, rosinad)	1/2 paprikat	100	128	3,9	17,4	7,27	rosinad
	Eeldatav						Allergeenid ja
Teisipäev 27.05.2025	kogus g	Etteantud g	Energia Kcal	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	muu märke
Seakael eestimaisest sealihast	75	100	363	29,1	0	25,5	
Mahekartulist püree #	200	100	93,8	2,57	14,8	2,36	
Kadarbiku Talu hapukapsas	150	100	96,7	7,7	5,16	0,9	
Soe koorekaste	50	100	145	11,9	6,93	2,29	2
Tatar	300	100	80,6	0,5	15,1	4,28	
Ahjukaalikas (Kadarbiku Talu) mahe rapsiõliga #	30	100	36,7	0,1	6,41	1,13	Rapsiõli
Riivitud peet majoneesiga (Kadarbiku Talu)	50	100	69,1	4,48	4,56	0,87	1;2
Mais; valge redis; fermenteeritud Kadarbiku Talu kapsas							
Sinepi-meekaste	20	100	536	53	13,6	0,98	10; mesi
Jogurtikaste #	50	100	40,3	0,501	5,1	3,79	2
Päevalilleseemned	10	100	621	54,5	3,6	9	
leivavalik sh seemneleib	55	100	367	20,5	29,7	3,3	2
Maitsevõi	5	100	725	79	0,99	1,1	2
Pria piim	250	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2
Kurk	40	100	9,8	0	1,4	0,7	
Marjamaa Talu marjad	60	100	48,1	0	10,9	0	
Kartuli-kohupiima pannkoogid kinoa-läätsesalatiga	60 / 100	100	139 / 62,1	5,25 / 1,85	14,6 / 7,22	17,9/5	
	Eeldatav						Allergeenid ja
Kolmapäev 28.05.2025	ports	Etteantud g	Energia Kcal	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	muu märke
Kana-nuudlisupp	300	100	72,7	2,48	7,78	4,39	1
Kodune seljanka	300	100	76,5	3,71	5,11	5,34	tomatipasta
Riis	150	100	130	0,238	27,4	5,65	
Pannkoogid	75	100	214	9,08	24,5	7,89	1;2

Maasikatoormoos	75	100	366	0,69	86,6	1,15	suhkur
Vahtrasiirupis (mahe toode) röstitud pastinaak #	30	100	101,7	0,45	21,6	1,79	
Riivitud Kadarbiku Talu porgand; mais; peedileht							
Sinepi meekaste	20	100	536	53	13,6	0,98	10; mesi
Jogurtikaste #	50	100	40,3	0,501	5,1	3,79	2
Päevalilleseemned	10	100	621	54,5	3,6	9	
Rustikaalne rukkikukkel	30	100	213	2,31	39	6,06	1;2
Kõrvitsahummus	20	100	163	10,3	11,7	4	
Pria piim	250	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2
Tomat	ca 20	100	21,9	0,3	3,5	0,6	
Marjamaa Talu marjad	60	100	48,1	0	10,9	0	
Läätse-lillkapsasupp köögiviljadega	300	100	72,2	1,36	10,8	3,33	
	Eeldatav						Allergeenid ja
Neljapäev 29.05.2025	ports	Etteantud g	Energia Kcal	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	muu märke
Paella Pähklaforellifileega	300	100	117	4,17	6,9	9,7	4;rapsiõli
Paella kanaga	300	100	167	5,79	20,1	7,99	Rapsiõli
Tatar	200	100	80,6	0,5	15,1	4,28	
Roheline salat oliivide ja päevalilleseemnetega	60	100	94,1	8,25	1,75	2,44	oliiviõli
Kadarbiku talu riivitud kaalikas;kodujuust;kurk	60	100					
Sinepi meekaste	20	100	536	53	13,6	0,98	10; mesi
Jogurtikaste #	50	100	40,3	0,501	5,1	3,79	2
leivavalik sh seemneleib	55	100	367	20,5	29,7	3,3	2
Maitsevõi	5	100	725	79	1,1	1,1	2
Pria piim	250	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2
Nuikapsas	35	100	24,32	0,2	4,2	0,5	
Marjamaa Talu marjad	60	100	48,1	0	10,9	0	
Oa-ploomiraguu	200	100					
	Eeldatav						Allergeenid ja
Reede 30.05.2025	ports	Etteantud g	Energia Kcal	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	muu märke
Koorene kalkunikaste	300	100	62,3	2,27	3,43	6,23	2
Spagetid	150	100	165	3,21	28,5	4,87	1
Tatar	200	100	80,6	0,5	15,1	4,28	
Aurutatud lillkapsas (Kadarbiku Talu)	55	100	33,5	0,3	5,45	2,56	
Riivitud Kadarbiku Talu värske kapsas maisi ja maheda maitseõliga #	65	100	29,5	2,06	1,43	1,33	
Riivitud valge redis;tomat;aeduba							
Sinepi meekaste	20	100	536	53	13,6	0,98	10; mesi
Jogurtikaste #	50	100	40,3	0,501	5,1	3,79	2
Päevalilleseemned	10	100	621	54,5	3,6	9	
leivavalik sh seemneleib	55	100	367	20,5	29,7	3,3	2;1
Maitsevõi	5	100	725	79	1,1	1,1	2
Pria piim	250	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2
Porgand (Kadarbiku Talu)	35	100	24,32	0,2	4,2	0,6	
Marjamaa Talu marjad	60	100	48,1	0	10,9	0	

Soe koorekaste	50	100	145	11,9	6,93	2,29	2
Kaerakotletid peedi ja läätsesega	150	100	178	8,15	19,1	5,06	GV

PIKAPÄEVASÖÖK

Esmaspäev 26.05.2025	Etteantud g	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid
Koorene kalkunikaste	100	961	5,29	14,8	2
Aurutatud riis	100	0,238	27,4	5,65	
Pirn	100	0	9,24	0,3	
Teisipäev 27.05.2025	Etteantud g	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid
Singiomlett	100	13,1	2,87	9,35	2
Banaan	100	0,2	15,3	0,8	Tsitruseline
Leivavalik	100	9,3	45	9	
Kolmapäev 28.05.2025	Etteantud g	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid
Kananagitsad	100	253	25,4	19,8	2
Aurutatud riis	100	0,238	27,4	5,65	
Marineeritud kõrvits	100	0,07	14,7	0,4	
Maitsestatud jogurtikaste	100	0,5	5,1	24,1	1
Neljapäev 29.05.2025	Etteantud g	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid
Kõrvitsakreemsupp	100	19,3	4,35	10	Kookospiim
Rõstitud kaerahelbed	100	425	59,1	12,4	1;2
Kreekajogurt	100	80	4	7	
Leivavalik	100	20,5	29,7	11,7	
Reede 30.05.2025	Etteantud g	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid
Viinerikaste	100	16,1	6,49	7,76	2
Praekartul sibulaga	100	4,13	20,1	2,46	
Riivitud peet	100	0,2	6,9	1,6	
Leivavalik	100	20,5	29,7	11,7	

Menüüs märgitud allergeenid

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

Menüüs märgistatud osaliselt või täielikult mahe toote kasutus

#