

KOOLILÕUNA							
Esmaspäev 19.01.2026	Eeldatav ports g	Etteantud g	Energia Kcal	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid ja muu märkus
Grillitud triibuliha (sealiha, vürtsid)	110	100	206	15,2	4,94	12	
Mahetalu keedukartul #	120	100	74	0,1	15,8	1,94	
Mahetalu hapukapsas #	70	100	97,7	7,7	5,16	0,9	
Kuskuss köögiviljadega (porgand;suvikõrvits)	90	100	102	4,43	12,6	2,09	1
Fermenteeritud punane kapsas	30	100	46,2	0,24	9,22	0,63	
Riivitud peet; spinat; riivitud valge redis	30						
Sinepi-meekaste	10	100	536	53	13,6	0,98	10; mesi
Jogurtikaste maitserohelisega #	20	100	40,3	0,501	5,1	3,79	2
Päevalilleseemned	5	100	621	54,5	3,6	24,2	
Leivavalik	30	100	367	20,5	29,7	3,3	1
Maitsevõi	5	100	725	79	1,1	1	2
Pria piim	150	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2
Halika Talu õunad	60	100	48,1	0	10,9	0	
Koorekaste	50	100	328	33,5	4	2,7	taimnekoor
Läätsedegaga täidetud baklazaan (sibul;küüslauk;seened;LV riivjuust)	180	100	117,7	2,63	2,52	20,3	tükiline tomatikaste
Teisipäev 20.01.2026	Eeldatav ports	Etteantud g	Energia Kcal	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid ja muu märkus
Kana Tikka-Masala (ilma pähklita) kookospiimaga	180	100	158	8,85	3,01	15,8	Kookospiim
Riis	120	100	130	0,238	27,4	2,82	
Kinoa ahjuköögiviljadega (brokoli;sibul;päikesekuivatatud tomat)	120	100	62,1	1,85	7,22	2,5	
Musta Beluga läätse ja kõrvitsasalat	30	100	119	3,31	14,8	5,87	oliiviõli
Riivitud mahetalu kaalikas;marineeritud kurk;nuikapsas	30						
Sinepi meekaste	10	100	536	53	13,6	0,98	10; mesi
Jogurtikaste maitserohelisega #	20	100	40,3	0,501	5,1	3,79	2
Päevalilleseemned	5	100	621	54,5	3,6	24,2	
Leivavalik	30	100	367	20,5	29,7	3,3	1
Maitsevõi	5	100	725	79	1,1	1	2
Pria piim	150	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2
Halika talu õun	60	100	48,1	0	10,9	0	
Lillkapsa Tikka Masala kikerhernestega (ilma pähklita)	180	100	108	3,14	11,5	5,75	kookospiim
Kolmapäev 21.01.2026	Eeldatav ports	Etteantud g	Energia Kcal	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid ja muu märkus
Paella Pähkla forelli ja mereandidega	200	100	110	4,52	6,8	10,2	1;4
Maheveise maksakaste #	110	100	162	10,1	6,59	10,9	2
Mahetalu kartulipuder #	100	100	93,8	2,57	14,8	2,38	2
Roheline uba, või ja küüslauguga	60	100	14,8	0,11	2,2	0,66	
Mahetalu riivitud porgand ananassiga #	50	100	30,1	0,13	4,8	1,13	
Mahetalu riivitud peet; valge redis; üleöö hapukurk	30						
Sinepi meekaste	20	100	536	53	13,6	0,98	10; mesi
Tartarkaste (maitsestatamata jogurt;majonees;hapukurk;muna)	20	100	40,3	0,501	5,1	3,79	2;3
Leivavalik	30	100	367	20,5	29,7	3,3	1
Maitsevõi	5	100	725	79	1,1	1	2
Pria piim	150	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2

Halika talu õun	60	100	48,1	0	10,9	0	
Koorekaste	50	100	328	33,5	4	2,7	taimnekoor
Kartuli-kohupiima pannkoogid läätsedega	90	100	139	5,25	14,6	7,83	2
Neljapäev 22.01.2026	Eeldatav ports	Etteantud g	Energia Kcal	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid ja muu märkus
Hartsosupp maheveisehakklihaga #	200	100	119	5,04	9,05	7,72	
Hapukoor	5	100	222	21,5	3,8	3,3	2
Tatar	120	100	130	0,24	27,4	2,82	
Banaanileib	40	100	222	4,81	36,9	6,21	
Klassikaline coleslaw Mahetalu köögiviljast (kapsas;porgand) #	30	100	161	14,3	5,95	1,11	3; 1
Rivitud valge redis;riivitud mahetalu kaalikas;roheline hernes #	30						
Sinepi meekaste	20	100	536	53	13,6	0,98	10; mesi
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	367	20,5	29,7	3,3	1
Mahetalu peedihummus #	10	100	283	20,1	17,5	6,8	
Pria piim	150	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2
Halika talu õun	60	100	48,1	0	10,9	0	
Röstitud kikerhernes	10	100	324	5,5	38,5	19,7	
Apelsini mahetaluporgandi kreemsupp ingveriga	200	100	47,3	1,43	6,63	1,43	
Reede 23.01.2026	Eeldatav ports	Etteantud g	Energia Kcal	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid ja muu märkus
Pasta Carbonara	200	100	222	12,5	17,3	9,58	2
Kuskus Mahetalu köögiviljaga #	120	100	128	0,69	25,9	3,94	1
Ahjukõrvits praetud tofuga	50	100	72,1	3,41	4,52	4,4	
Riivitud mahetalupeet; tomat; mais#	30	100					
Sinepi meekaste	30	100	536	53	13,6	0,98	10; mesi
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	367	20,5	29,7	3,3	1
Maitsevõi	5	100	725	79	1,1	1	2
Pria piim	150	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2
Halika talu õun	60	100	48,1	0	10,9	0	
Musta oa vrapp (punane sibul;LV juust;tomat;paprika;maitseroheline)	90	100	78	1,2	8,1	3,4	maisitortilja

PIKAPÄEVASÕÖK					
Esmapäev 19.01.2026	Etteantud g	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid
Koorene kanapasta	100	12	2,5	21	2
Riivitud mahetalu peet #	100	0,2	6,9	1,6	
Leivavalik	100	9,3	45	9	1;2;11
Teisipäev 20.01.2026	Etteantud g	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid
Lihaseljanka	100	3m81	5,17	5,24	lihaviiner
Hapukoor	100	30	2,7	2,6	2
Pannkook moosiga	100	10,2	24,1	7,9	1;2
Leivavalik	100	9,3	45	9	1;2;11
Kolmapäev 21.01.2026	Etteantud g	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid

Singi- juustuomlett	100	11,3	2,26	12,6	2;3
Suhkrustamata ketsup	100	47,8	9,8	1,6	tomat
Meloni värske kurgi salat	100	0,1	3,4	0,4	
Leivavalik	100	9,3	45	9	1;2;11
Neljapäev 22.01.2026	Etteantud g	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid
Juustuga paneeritud kanafilee	100	10,7	15,2	21,6	
Riis	100	0,238	27,4	2,82	
Soe koorekaste	100	11,9	6,93	1,29	2
Koorene kurgisalat tilliga	100	1,98	1,88	3,06	2
Leivavalik	100	9,3	45	9	1;2;11
Reede 23.01.2026	Etteantud g	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid
Frikadellisupp	100	1,2	9,1	12,4	
Hapukoor	100	30	2,7	2,6	2
Jäätisekokteil segumahlalt	100	7,76	24,9	7,37	1;2;3
Leivavalik	100	20,5	29,7	11,7	1;2;11

Menüüs märgitud allergeenid

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

Menüüs märgistatud osaliselt või täielikult mahe toote kasutus

#