

KOOLILÕUNAA							
Esmaspäev 26.01.2026	Eeldatav ports g	Etteantud g	Energia Kcal	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid ja muu märkus
Tšahohbili hautis, kanakintsuliha ja tomatikastmega (sibul;porgand;koriander) #	120	100	119	6,7	2,04	12,2	paprika
Aurutatud riis	100	100	93,8	2,57	14,8	2,38	
Pikalt hautatud bulgur seentega (sibul;koriander)	90	100	145	3,36	16,5	11,3	1
Mahetalu ahjukaalikas rapsiõliga #	30	100	36,7	0,1	6,41	1,13	Rapsiõli
Fermenteeritud lillkapsas küüslaugu ja magusa pipraga	30	100	33,9	1,59	3,31	2,4	
Mahetalu riivitud porgand; mais;rukkola #	30	100					
Leivavalik	40	100	367	20,5	29,7	3,3	1
Peedihummus	10	100	161	8,83	10,7	5,48	
Pria piim	100	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2
Halika talu õun	40	100	48,1	0	10,9	0	
Soe koorekaste	50	100	328	33,5	4	2,7	Taimne koor
Läätsekotletid (läätsed,toortatratang.sibul, küüslauk,oad,pune)	110	100	259	8,9	6,9	36	majoraan
Teisipäev 27.01.2026	Eeldatav ports	Etteantud g	Energia Kcal	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid ja muu märkus
Ahjulohe sidruniga	90	100	102	4,58	8,81	5,53	
Mulgipuder krõbeda seaküljega (Mahe talu kartul) #	100	100	127	4,07	16,8	5,07	2
Kinoa päikese kuivatatud tomatitega	100	100	105	1,9	17	3,88	
Aurutatud lillkapsas	30	100	33,5	0,3	5,45	2,56	
Lehtsalat (kale) punase lääts, rosina, granaatõuna ja balsamicoga	30	100	65,6	0,8	12,2	1,45	
Kurk; riivitud valge redis; spinat	30	100					2
Mahejogurtikaste #	20	100	40,3	0,501	5,1	3,79	2
Sinepi meekaste	10	100	536	53	13,6	0,98	10; mesi
Leivavalik	40	100	367	20,5	29,7	3,3	1
Röstparikahummus (valgeuba, röstitud paprika, tomatipasta, maitseained)	10	100	163	10,3	11,7	4	
Päevalilseemned	5	100	621	54,5	3,6	24,2	
Halika talu õun	40	100	48,1	0	10,9	0	
Kõrvitsapada võiubadega (sibul;purustatud tomat;küüslauk)	150	100	113	5,25	10,3	4,57	Kookospiim
Kolmapäev 28.01.2026	Eeldatav ports	Etteantud g	Energia Kcal	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid ja muu märkus
Koorene hakklihakaste eestimaisest sealihast	100	100	191	15,6	3,45	9,14	2
Mahetalu kartulipuder #	120	100	93,8	2,57	14,8	2,38	2
Aurutatud riis	100	100	93,8	2,57	14,8	2,38	
Grillitud mesine beebiporgand küülaugu ja ingveriga #	30	100	198	0,35	47	0,94	mesi
Mustjuure-Mahetalu porgandisalat (oliviõli-apelsinimahlakaste) #	30	100	61,7	4	3,36	1,81	
Mahetalu riivitud peet; marineeritud kõrvits; tomat #	30	100					
Mahe jogurtikaste #	10	100	40,3	0,501	5,1	3,79	2
Leivavalik	50	100	367	20,5	29,7	3,3	1
Pria piim	100	100	57,8	2,6	5,3	3,3	2
Maitsevõi	10	100	725	79	1,1	1	2

Halika talu õun	80	100	57	1,3	8,3	1,1	
Massaman karri baklazaani ja brokoliga	100	100	113	5,25	10,3	4,57	Kookospiim
Neljapäev 29.01.2026	Eeldatav ports	Etteantud g	Energia Kcal	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid ja muu märkus
Kanasupp mahetalu köögiviljaga #	250	100	74,9	2,37	3,71	15,44	
Kuskuss Mahetaluköögiviljadega (porgand;suvikõrvits;paprika) #	100	100	128	0,69	25,9	3,94	1
Kohupiimavaht täisteramüsliga (aprikoos;rosin;jõhvikas)	100	100	83,2	0,15	19,5	0,6	
Köögiviljavokk Mahetalu köögiviljast (porgand;kaalikas;suvikõrvits)#	50	100	40,1	1,28	4,25	1,73	
Maroko salat röstitud baklazaani ja kikerhernestega (sibul;koriander)	60	100	48,4	0,81	6,16	2,94	oliiviõli;suhkrusiirup
Riivitud Mahetalu kaalikas;mais;kurk #	30	100					
Sinepi meekaste	5	100	536	53	13,6	0,98	10; mesi
Päevalillseemned	2	100	621	54,5	3,6	24,2	
Mahejogurtikaste #	20	100	40,3	0,501	5,1	3,79	2
Leivavalik	40	100	367	20,5	29,7	3,3	1
Kikerhernehummus	5	100					
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	
Bataadi-läätsekreemsupp kookospiimaga (ingver)	200	100	81,6	2,69	9,7	3,75	Kookospiim
Reede 30.01.2026	Eeldatav ports	Etteantud g	Energia Kcal	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid ja muu märkus
Bologneseekaste maheveise hakklihast	110	100	254	14,6	8,42	22	suhkur
Pennepasta	110	100					
Tatar	90	100	80,6	0,5	15,1	2,98	
Ahjuuba tomati ja ürtidega (till;petersell)	30	100	121	2,59	15,8	7,01	küüslauk, rapsiõli
Hiinakapsas maisi ja maheda maitseõliga #	65	100	29,5	2,06	1,43	0,97	
Nuikapsas; Mahetalu riivitud peet; rukkola #	40	100					
Mahejogurtikaste #	20	100	40,3	0,501	5,1	3,79	2
Päevalillseemned	10	100	621	54,5	3,6	24,2	
Leivavalik	40	100	367	20,5	29,7	3,3	1
Maitsevõi	10	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	57	1,3	8,3	1,1	
Soe sidruni - koorekaste	50	100	328	33,5	4	2,7	Taimne koor
Kinoa-kartulikotletid	90	100	98,5	1,3	16,1	4,7	3
PIKAPÄEVASÖÖK							
Esmaspäev 26.01.2026	Eeldatav ports	Etteantud g	Kcal g	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid
Borsisupp veiselihaga	200	100	71,6	2,39	8,07	4,18	
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 27.01.2026	Eeldatav ports	Etteantud g	Kcal g	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid
Kananagitsad	120	100	167	13,1	2,87	9,35	2
Ketsup lisatud suhkruta	30	100	47,8	0	9,8	1,6	

Tomati-kurgi-tillisalat	30	100	46,2	0,24	9,22	0,63	
Leivavalik	40	100	316	9,3	45	9	1;2;11
Kolmapäev 28.01.2026	Eeldatav ports	Etteantud g	Kcal g	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid
Guljašš sealihast	120	100	121	3,81	5,34	16	2
Riis	120	100	130	0,238	27,4	2,82	
Riivitud mahetalu peet #	60	100	29,8	0,2	4,4	1,1	
Leivavalik	40	100	316	9,3	45	9	1;2;11
Neljapäev 29.01.2026	Eeldatav ports	Etteantud g	Kcal g	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid
Köögiviljarisoto kalkuniga	130	100	117	2,31	20,7	2,53	1;2;3
Riivitud porgand	30	100	40,8	0,2	6,9	1,6	
Leivavalik	40	100	316	9,3	45	9	1;2;11
Reede 30.01.2026	Eeldatav ports	Etteantud g	Kcal g	Rasvad g	Süsivesik g	Valgud g	Allergeenid
Hernesupp suitsutatud lihaga	250	100	119	5,04	9,05	7,72	1
Topsijäätis	40	100	201	7,76	24,9	7,37	1;2;3
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

#