

Menüü 04.01.2021 - 10.01.2021				
Esmaspäev 04.01.21	Teisipäev 05.01.21	Kolmapäev 06.01.21	Neljapäev 07.01.21	Reede 08.01.21
Hommikusöök Nisuhelbepuder moosiga 200/250/20g Piim 3,5%Pria 100/150g Vahepala: Pria paprika Lõunasöök Värskekapsaboršš lihata, hapukoor 200/250/20g Riisilumi toormoosiga 90/140/30/40g Leib 20/30g Õhtusöök Kartuli kruubipuder sealihaga 100/150g Maitsevesi sidruniga 100/150g Leib 20/30g	Hommikusöök Mannapuder moosiga 200/250/20g Tee 100/150g Vahepala: Pria kurk Lõunasöök Keedetud kartul 150/200g Kana köögiviljadega 100/150g Kahe kapsa salat 50g Leib 30/40g Keefir 2,5%Pria 100/150g Banaan 100g Õhtusöök Omlett 100g Sepik 20/25g Tomat 50g	Hommikusöök Seitsmeviljapuder toormoosiga 200/250/20g Piim 3,5% 100/150g Vahepala: kaalikas 40/60g Lõunasöök Kalasupp lõhest 200/250g Kamavaht toormoosiga 75/100/20/30g Leib/Sepik 30/20g Õhtusöök Kartuli-lillkapsapüree sealihaga 150/200g Leib 30g Vesi 100/150g Õun 100g	Hommikusöök Tatrapuder võiga 200/250/6g Tee 100/150g Vahepala: porgand 40/60g Lõunasöök Keedetud kartul 100/150g Sealihaguljašš 75/100g Hiinakapsasalat 50g Piim 3,5% Pria 100/150g Leib 40/50g Pirn 100g Õhtusöök Piima-riisisupp 200/250g Leib kanapasteediga 40/60g	Hommikusöök Kaera-riisipuder moosiga 200/250/20g Kamajook marjadega. 80/100g Vahepala: nuikapsas 40/60g Lõunasöök Hakklihasupp kikerhernestega 200/250g Mannavaht 3,5%piimaga 80/100/80/100g Leib 30g Õhtusöök Kohupiimakook Luuna pagar. 100g Tee 100/150g
Lisainfo				
Menüüs on välja toodud portsjonite keskmine kaal. Täiendavat teavet toidu koostise ja allergeenide kohta saab Põltsamaa valla halduse peakokk Maris Rabalt. 5285024 maris.raba@poltsamaahaldus.ee				