

## MENÜÜ 10.01-14.01

### ESMASPÄEV 10.01

#### **Homмикusöök**

Neljaviiljapuder moosiga	200/250/20g
PRIA piim 3,5%	100/150g
Vahepala: PRIA kurk	40/60g

#### **Lõunasöök**

Keedetud kartul	100/150g
Böfstroganov	100/120g
Kapsasalat	50g
Leib	30g
Puuvili: pirn	80g

#### **Õhtuode**

Piima-makaronisupp	150/200g
Leib tuunikalaga	40/60g

### NELJAPÄEV 13.01

#### **Homмикusöök**

Maisimannapuder marjakastmega	200/250/20g
PRIA piim 3,5%	100/150g
Vahepala: nuikapsas	40/60g

#### **Lõunasöök**

Borš sealihaga	200/250g
Mangokreem	100/150g
Leib	30g

#### **Õhtuode**

Kartuli-lillkapsapüree	150/200g
PRIA keefir 2,5%	100/150g

### TEISIPÄEV 11.01

#### **Homмикusöök**

Tatrahelbepuder võiga	200/250/6g
Tee	100/150g
Vahepala: PRIA õun	40/60g

#### **Lõunasöök**

Hernesupp sealihaga	200/250g
Kohupiima marjavaht	100/120g
Leib	30g

#### **Õhtuode**

Makaronisalat	150/200g
Leib	30g

### REEDE 14.01

#### **Homмикusöök**

Kaheksaviiljahlbepuder moosiga	200/250/20g
Tee	100/150g
Vahepala: paprika	40/60g

#### **Lõunasöök**

Keedetud kartul	100/150g
Kalakaste	100/120g
Kahe kapsa salat	50g
Leib	30g
Maitsevesi marjadega	100/150g
Puuvili: apelsin	80g

#### **Õhtuode**

Küpsetis	100g
PRIA piim 3,5%	100/150g

### KOLMAPÄEV 12.01

#### **Homмикusöök**

Hirsihelbepuder moosiga	200/250/20g
PRIA piim 3,5%	100/150g
Vahepala: melon	40/60g

#### **Lõunasöök**

Keedetud kartul	100/150g
Kana köögiviljadega	120/140g
Leib	30g
Puuvili: mandariin	80g

#### **Õhtuode**

Kamajook marjadega	150/200g
Sepik juustuga	40/60g

Menüüs on välja toodud portsjonite keskmine kaal.

Täiendavat teavet toidu koostise ja allergeenide kohta saab Põltsamaa valla peakokk Silva Eholt tel. 52 85 024; e-mail: silva.eho@poltsamaahaldus.ee