

## ESMASPÄEV

|                             |         |             |
|-----------------------------|---------|-------------|
| OMLETT                      | 200     | 225         |
| KOHV PIIMAGA                | 200     | 100         |
| VÕI/JUUST                   | 10/20   | 75/70       |
| SAI                         | 40      | 100         |
| JOGURT/ÕUN                  | 150/200 | 145/90      |
| OASUPP KANAGA               | 300     | 230         |
| KEEDETUD KALA, KARTULIPÜREE | 90/150  | 260         |
| SALAT                       | 50      | 67          |
| PIIMAKASTE                  | 50      | 60          |
| MARJAJOOK (KIRSS)           | 200/200 | 82/15       |
| LEIB                        | 60      | 135         |
| ÜHEPAJATOIT SEALIHAGA       | 250     | 250         |
| TEE                         | 200     | 40          |
| SAI/LEIB                    | 40/60   | 100/135     |
| TEE/SAIAKE                  | 200/75  | 40/220      |
|                             |         | <b>2266</b> |

## TEISIPÄEV

|                                      |         |             |
|--------------------------------------|---------|-------------|
| KAERAPUDER                           | 200     | 250         |
| KOHV PIIMAGA                         | 200     | 100         |
| VÕI/VORST                            | 10/20   | 75/45       |
| SEPIK                                | 40      | 102         |
| JOGURT/ÕUN                           | 150/200 | 145/90      |
| VÄRSKEKAPSASUPP LIHAGA (HAPUKOOREGA) | 300     | 200         |
| MAKSASTROOGANOV, TATAR               | 100/150 | 330         |
| SALAT                                | 50      | 67          |
| PIIMAKASTE                           | 50      | 57          |
| MARJAJOOK (PUNANE SÕSTAR)            | 200/200 | 82/15       |
| LEIB                                 | 60      | 135         |
| HAUTATUD KARTUL LIHAGA               | 250     | 315         |
| SAI/LEIB                             | 40/60   | 100/135     |
| TEE                                  | 200     | 40          |
| TEE/SAIAKE                           | 200/75  | 40/220      |
|                                      |         | <b>2266</b> |

SA NARVA HAIGLA



# PATSIENTIDE MENÜÜ

## I NÄDAL

## BAASDIEET

## KOLMAPÄEV

|                               |         |             |
|-------------------------------|---------|-------------|
| KOHUPIIMAMASS                 | 200     | 245         |
| HAPUKOOR                      | 20      | 40          |
| KOHV PIIMAGA                  | 200     | 100         |
| VÕI/VORST                     | 10/20   | 75/45       |
| SAI                           | 40      | 100         |
| JOGURT/ÕUN                    | 150/200 | 145/90      |
| KANA-RIISISUPP                | 300     | 225         |
| LIHAPALLID, KARTULIPÜREE      | 90/150  | 385         |
| SALAT                         | 50      | 67          |
| PIIMAKASTE                    | 50      | 60          |
| MARJAJOOK                     | 200/200 | 82/15       |
| SAI/LEIB                      | 40/60   | 100/135     |
| JUURVILJAPÜREE, HAKKLIHAKASTE | 150/100 | 230         |
| TEE                           | 200     | 40          |
| VÕI                           | 10      | 75          |
| SAI/LEIB                      | 40/60   | 100/135     |
| TEE/SAIAKE                    | 200/75  | 40/220      |
|                               |         | <b>2256</b> |



## NELJAPÄEV

|                             |         |             |
|-----------------------------|---------|-------------|
| RIISIPUDER                  | 200     | 245         |
| KOHV PIIMAGA                | 200     | 100         |
| VÕI/JUUST                   | 10/20   | 75/70       |
| SEPIK                       | 40      | 102         |
| JOGURT/ÕUN                  | 150/200 | 145/90      |
| KALASUPP (SKUMBRIA)         | 300/10  | 190         |
| HAUTATUD KANA, RIIS         | 90/150  | 430         |
| SALAT                       | 50      | 67          |
| PIIMAKASTE                  | 50      | 57          |
| MARJAJOOK (MUST SÕSTAR/ÕUN) | 200     | 82          |
| SAI/LEIB                    | 40/60   | 100/135     |
| MANNAPUDER                  | 250     | 310         |
| TEE                         | 200     | 40          |
| SAI/LEIB                    | 40/60   | 100/135     |
| TEE/SAIAKE                  | 200/75  | 40/220      |
|                             |         | <b>2416</b> |

## REEDE

|                                          |         |             |
|------------------------------------------|---------|-------------|
| ODRAPUDER                                | 200     | 240         |
| KOHV PIIMAGA/TEE                         | 200     | 100         |
| VÕI/VORST                                | 10/20   | 75/45       |
| SAI                                      | 40      | 75          |
| JOGURT/ÕUN                               | 150/200 | 145/90      |
| LILLKAPSASUPP KANAGA                     | 300/10  | 205         |
| KEEDETUD SEAKEEL, TATAR                  | 90/150  | 535         |
| SALAT                                    | 50      | 67          |
| HAPUKOORE-PIIMAKASTE                     | 50      | 60          |
| MARJAJOOK (KIRSS,ÕUN)                    | 200     | 82          |
| SAI/LEIB                                 | 40/60   | 100/135     |
| KEEDETUD KARTUL, HAKKLIHAKASTE SEALIHAST | 150     | 320         |
| TEE                                      | 110     |             |
| VÕI                                      | 200     | 40          |
| SAI/LEIB                                 | 10      | 75          |
| TEE/SAIAKE                               | 40/60   | 100/135     |
|                                          | 200/75  | 40/220      |
|                                          |         | <b>2414</b> |

HAIGLATOIT ON ÜKS OSA TEIE RAVIST JA MENÜÜ KOOSTATUD NII, ET SEE KATAKS ORGANISMI TOITAINETE JA TOIDUENERGIA VAJADUSE. KUI TEILE ON MÄÄRATUD ERIDIEET, ERINEB MENÜÜ SIIN KIRJELDATUST. KUI TEILE BAASDIEEDI MENÜÜ EI SOBI, INFORMEERIGE SELLEST ÕDE VÕI RAVIARSTI. TOITLUSTAMINE HAIGLAS TOIMUB 5X PÄEVAS: HOMMIKUSÖÖK KELL 8.30-9.30, VAHEPALA 11.00, LÖUNASÖÖK KELL 13.30-14.30, ÕHTUSÖÖK KELL 17.00-17.30 JA OODE KELL 17.00-18.00 (OODE TUUAKSE KOOS ÕHTUSÖÖGIGA). MENÜÜS VÕIB ESINEDA MUUDATUSI SEOSSES TOORAINETE TARNETEGA.

## PATSIENTIDE MENÜÜ

## BAASDIEET

## LAUPÄEV

Kaal, g      Kcal

|                           |         |         |
|---------------------------|---------|---------|
| KAERAHELBEPUDE            | 200     | 250     |
| KOHV PIIMAGA              | 200     | 100     |
| VÕI/JUUST                 | 10/20   | 75/70   |
| SEPIK                     | 40      | 71      |
| JOGURT/ÕUN                | 150/200 | 145/90  |
| TALUPOJASUPP              | 300     | 240     |
| KARTULIPÜREE, VIINERID    | 150/80  | 350     |
| SALAT                     | 50      | 67      |
| PIIMAKASTE                | 50      | 60      |
| MARJAJOOK (PUNANE SÕSTAR) | 200/200 | 82/15   |
| SAI/LEIB                  | 40/60   | 100/135 |
| JUURVILJARAGUU HAKKLIHAGA | 250     | 240     |
| TEE                       | 200     | 40      |
| VÕI                       | 10      | 75      |
| SAI/LEIB                  | 40/60   | 100/135 |
| TEE/KÜPSIS                | 200/40  | 40/120  |
|                           |         | 2226    |

## PÜHAPÄEV

Kaal, g      Kcal

|                            |         |         |
|----------------------------|---------|---------|
| MAISIPUDE                  | 200     | 230     |
| KOHV PIIMAGA/TEE           | 200     | 100     |
| VÕI/VORST                  | 10/20   | 75/45   |
| SAI                        | 40      | 75      |
| JOGURT/ÕUN                 | 150/200 | 145/90  |
| BORŠ LIHAGA                | 300     | 175     |
| HAUTATUD KANA MAKARONIDEGA | 90/150  | 300     |
| SALAT                      | 50      | 67      |
| PIIMAKASTE                 | 50      | 60      |
| MARJAJOOK (MUST SÕSTAR)    | 200/200 | 82/15   |
| SAI/LEIB                   | 40/60   | 100/135 |
| TATAR, HAKKLIHAKASTE       | 100/150 | 420     |
| TEE                        | 200     | 40      |
| VÕI                        | 10      | 75      |
| SAI/LEIB                   | 40/60   | 100/135 |
| TEE/KÜPSIS                 | 200/40  | 40/120  |
|                            |         | 2224    |

- • • HAIGLATOIT ON ÜKS OSA TEIE RAVIST JA MENÜÜ KOOSTATUD NII, ET SEE KATAKS ORGANISMI TOITAINETE JA
- • • TOIDUENERGIA VAJADUSE. KUI TEILE ON MÄÄRATUD ERIDIEET, ERINEB MENÜÜ SIIN KIRJELDATUST. KUI TEILE
- • • BAASDIEEDI MENÜÜ EI SOBI, INFORMEERIGE SELLEST ÕDE VÕI RAVIARSTI. TOITLUSTAMINE HAIGLAS TOIMUB 5X
- • • PÄEVAS: HOMMIKUSÖÖK KELL 8.30-9.30, VAHEPALA 11.00, LÖUNASÖÖK KELL 13.30-14.30, ÕHTUSÖÖK KELL
- • • 17.00-17.30 JA OODE KELL 17.00-18.00 (OODE TUUKSE KOOS ÕHTUSÖÖGIGA). MENÜÜS VÕIB ESINEDA
- • • MUUDATUSI SEOSSES TOORAINETE TARNETEGA.

KIIRET PARANEMIST!

## ESMASPÄEV

|                             |         |         |
|-----------------------------|---------|---------|
| OMLETT                      | 200     | 225     |
| KOHV PIIMAGA                | 200     | 100     |
| VÕI/JUUST                   | 10/20   | 75/70   |
| SAI                         | 40      | 100     |
| JOGURT/ÕUN                  | 150/200 | 145/90  |
| OASUPP KANAGA               | 300     | 230     |
| KEEDETUD KALA, KARTULIPÜREE | 90/150  | 260     |
| SALAT                       | 50      | 67      |
| PIIMAKASTE                  | 50      | 57      |
| MARJAJOOK (KIRSS)           | 200/200 | 82/15   |
| LEIB                        | 60      | 135     |
| ÜHEPAJATOIT SEALIHAGA       | 250     | 250     |
| VÕI                         | 10      | 75      |
| TEE                         | 200     | 40      |
| SAI/LEIB                    | 40/60   | 100/135 |
| TEE/SAIAKE                  | 200/75  | 40/220  |

2266

## TEISIPÄEV

|                                          |         |         |
|------------------------------------------|---------|---------|
| KAERAPUDER                               | 200     | 250     |
| KOHV PIIMAGA                             | 200     | 100     |
| VÕI/VORST                                | 10/20   | 75/45   |
| SEPIK                                    | 40      | 102     |
| JOGURT/ÕUN                               | 150/200 | 145/90  |
| VÄRSKEKAPSASUPP KANALIHAGA (HAPUKOOREGA) | 300     | 200     |
| LIHATEFTEELID(SEA- JA VEISLIHA)          | 80/150  | 385     |
| KARTULIPÜREE                             |         |         |
| SALAT                                    | 50      | 67      |
| PIIMAKASTE                               | 50      | 57      |
| MARJAJOOK(MUST SÕSTAR, ÕUN)              | 200/200 | 82/15   |
| SAI/LEIB                                 | 40/60   | 100/135 |
| HAUTATUD KARTUL LIHAGA                   | 250     | 315     |
| VÕI                                      | 10      | 75      |
| SAI/LEIB                                 | 40/60   | 100/135 |
| TEE                                      | 200     | 40      |
| TEE/SAIAKE                               | 200/75  | 40/220  |

2266

SA NARVA HAIGLA



## PATSIENTIDE MENÜÜ

### II NÄDAL

### BAASDIEET

## KOLMAPÄEV

|                           |         |         |
|---------------------------|---------|---------|
| HIRSIPUDER                | 200     | 230     |
| KOHV PIIMAGA              | 200     | 100     |
| VÕI/JUUST                 | 10/20   | 75/70   |
| SAI                       | 40      | 75      |
| JOGURT/ÕUN                | 150/200 | 145/45  |
| KANA-RIISISUPP            | 300     | 225     |
| HAUTATUD SEALIHA          | 90      | 340     |
| HAUTATUD JUURVILJAD       | 150     |         |
| SALAT                     | 50      | 67      |
| PIIMAKASTE                | 50      | 57      |
| MARJAJOOK (PUNANE SÕSTAR) | 200/200 | 82/15   |
| SAI/LEIB                  | 40/60   | 100/135 |
| KARTULIPÜREE, VIINERID    | 150/100 | 230     |
| PIIMAKASTE                | 50      | 60      |
| TEE                       | 200     | 40      |
| VÕI                       | 10      | 75      |
| SAI/LEIB                  | 40/60   | 100/135 |
| TEE/SAIAKE                | 200/75  | 40/220  |

2354



## NELJAPÄEV

|                          |         |         |
|--------------------------|---------|---------|
| RIISIPUDER               | 200     | 245     |
| KOHV PIIMAGA             | 200     | 100     |
| VÕI/VORST                | 10/20   | 75/45   |
| SEPIK                    | 40      | 102     |
| JOGURT/ÕUN               | 150/200 | 145/90  |
| KALASUPP (SKUMBRIA)      | 300/10  | 190     |
| KANAKOTLET, KARTULIPÜREE | 90/150  | 310     |
| SALAT                    | 50      | 67      |
| PIIMAKASTE               | 50      | 57      |
| MARJAJOOK (KIRSS)        | 200/200 | 82/15   |
| SAI/LEIB                 | 40/60   | 100/135 |
| PILAF                    | 250     | 550     |
| VÄRSKE KURK              | 50      | 7       |
| VÕI                      | 10      | 75      |
| TEE                      | 200     | 40      |
| SAI/LEIB                 | 40/60   | 100/135 |
| TEE/SAIAKE               | 200/75  | 40/220  |

2511

## REEDE

|                                |         |         |
|--------------------------------|---------|---------|
| ODRAPUDER                      | 200     | 240     |
| KOHV PIIMAGA/TEE               | 200     | 100     |
| VÕI/JUUST                      | 10/20   | 75/70   |
| SAI                            | 40      | 100     |
| JOGURT/ÕUN                     | 150/200 | 145/90  |
| LILKAPSASUPP KANAGA            | 300/10  | 205     |
| KEEDETUD SEAKEEL, MAKARONID    | 90/150  | 430     |
| SALAT                          | 50      | 67      |
| HAPUKOORE-PIIMAKASTE           | 50      | 60      |
| MARJAJOOK (MUST SÕSTAR)        | 200     | 82      |
| SAI/LEIB                       | 40/60   | 100/135 |
| KEEDETUD KARTUL, HAKKLIHAKASTE | 150     | 320     |
| TEE                            | 110     |         |
| VÕI                            | 200     | 40      |
| SAI/LEIB                       | 10      | 75      |
| TEE/SAIAKE                     | 40/60   | 100/135 |
|                                | 200/75  | 40/220  |

2414

HAIGLATOIT ON ÜKS OSA TEIE RAVIST JA MENÜÜ KOOSTATUD NII, ET SEE KATAKS ORGANISMI TOITAINETE JA TOIDUENERGIA VAJADUSE. KUI TEILE ON MÄÄRATUD ERIDIEET, ERINEB MENÜÜ SIIN KIRJELDATUST. KUI TEILE BAASDIEEDI MENÜÜ EI SOBI, INFORMEERIGE SELLEST ÕDE VÕI RAVIARSTI. TOITLUSTAMINE HAIGLAS TOIMUB 5X PÄEVAS: HOMMIKUSÖÖK KELL 8.30-9.30, VAHEPALA 11.00, LÖUNASÖÖK KELL 13.30-14.30, ÕHTUSÖÖK KELL 17.00-17.30 JA OODE KELL 17.00-18.00 (OODE TUUAKSE KOOS ÕHTUSÖÖGIGA). MENÜÜS VÕIB ESINEDA MUUDATUSI SEoses TOORAINETE TARNETEGA.

## PATSIENTIDE MENÜÜ

## BAASDIEET

| LAUPÄEV                          | Kaal, g | Kcal    | PÜHAPÄEV                   | Kaal, g | Kcal    |
|----------------------------------|---------|---------|----------------------------|---------|---------|
| KAERAHELBEPUDER                  | 200     | 250     | MAISIPUDER                 | 200     | 230     |
| KOHV PIIMAGA                     | 200     | 100     | KOHV PIIMAGA               | 200     | 100     |
| VÕI/VORST                        | 10/20   | 75/45   | VÕI/JUUST                  | 10/20   | 75/70   |
| SEPIK                            | 40      | 102     | SAI                        | 40      | 100     |
| JOGURT/ÕUN                       | 150/200 | 145/90  | JOGURT/ÕUN                 | 150/200 | 145/90  |
| TALUPOJASUPP                     | 300     | 240     | BORŠ LIHAGA (HAPUKOOREGA)  | 300/10  | 195     |
| KANASUFLEE, RIIS                 | 90/150  | 420     | LIHATEFTEELID MAKARONIDEGA | 90/150  | 390     |
| SALAT                            | 50      | 67      | SALAT                      | 50      | 67      |
| PIIMAKASTE                       | 50      | 60      | PIIMAKASTE                 | 50      | 60      |
| MARJAJOOK(PUNANE JA MUST SÕSTAR) | 200     | 82      | MARJAJOOK (KIRSS)          | 200     | 82      |
| SAI/LEIB                         | 40/60   | 100/135 | SAI/LEIB                   | 40/60   | 100/135 |
| JUURVILJARAGUU HAKKLIHAGA        | 250     | 240     | TATAR, HAKKLIHAKASTE       | 100/150 | 420     |
| TEE                              | 200     | 40      | TEE                        | 200     | 40      |
| VÕI                              | 10      | 75      | VÕI                        | 10      | 75      |
| SAI/LEIB                         | 40/60   | 100/135 | SAI/LEIB                   | 40/60   | 100/135 |
| TEE/KÜPSIS                       | 200/40  | 40/120  | TEE/KÜPSIS                 | 200/40  | 40/120  |
|                                  |         | 2296    |                            |         | 2334    |



HAIGLATOIT ON ÜKS OSA TEIE RAVIST JA MENÜÜ KOOSTATUD NII, ET SEE KATAKS ORGANISMI TOITAINETE JA TOIDUENERGIA VAJADUSE. KUI TEILE ON MÄÄRATUD ERIDIEET, ERINEB MENÜÜ SIIN KIRJELDATUST. KUI TEILE BAASDIEEDI MENÜÜ EI SOBI, INFORMEERIGE SELLEST ÕDE VÕI RAVIARSTI. TOITLUSTAMINE HAIGLAS TOIMUB 5X PÄEVAS: HOMMIKUSÖÖK KELL 8.30-9.30, VAHEPALA 11.00, LÖUNASÖÖK KELL 13.30-14.30, ÕHTUSÖÖK KELL 17.00-17.30 JA OODE KELL 17.00-18.00 (OODE TUAKE KOOS ÕHTUSÖÖGIGA). MENÜÜS VÕIB ESINEDA MUUDATUSI SEoses TOORAINETE TARNETEGA.

# KIIRET PARANEMIST!