

		esmaspäev 02.10.2023 Allergeen		teisipäev 03.10.2023 Allergeen	
Homnikusöök					
	Rukkihelbepuder		1;2	Viieviljapuder	1,2
	Või		2	Või	2
	Maasikas			Aedmarjamoos	
	Pria piimatoode		2	Pria piimatoode	2
	Pria salatilehed			Pria nuikapsas	
Lõuna					
	Veisehakklihakaste ürtidega			Koorene lõhesupp	2;4
	Keedetud tatar			Kakaopuding	2
	Peedisalat köömnetega			Marja toormoos	
	Õuna - jogurtikokteil		2	Leivatoode	1;2
	Leivatoode		1;2		
Õhtusöök					
	Värskekapsasupp sealihaga			Kartuli - hapukoorevorm	2
	Leivatoode		1;2	Mahlajook	
	Pria pirn			Leivatoode	1;2
				Pria õun	
Terve päev					
vanus 1-2(3)					
Energia kcal		925.45		918.86	
Valgud ,g	40.45 17.48%			32.15 14%	
Rasvad,g	35.01 34.05%			28.03 27.45%	
Süsivesikud,g	115.22 49.8%			133.46 58.1%	
vanus 3-5					
Energia kcal		1163.83		1165.27	
Valgud ,g	50.57 17.38%			38.87 13.34%	
Rasvad,g	41.52 32.11%			37.28 28.79%	
Süsivesikud,g	150.9 51.86%			166.67 57.21%	
vanus 5-6					
Energia kcal		1399.94		1377.56	
Valgud ,g	60.01 17.15%			44.84 13.02%	
Rasvad,g	48.32 31.06%			44.42 29.02%	
Süsivesikud,g	185.84 53.1%			197.84 57.45%	
vanus 6-7					
Energia kcal		1545.47		1510.97	
Valgud ,g	65.67 17%			48.19 12.76%	
Rasvad,g	52.75 30.72%			49.45 29.45%	
Süsivesikud,g	206.68 53.49%			216.47 57.31%	

kolmapäev 04.10.2023 Allergeen			neljapäev 05.10.2023 Allergeen		
Neljaviiljapuder	1;2	Hirsipuder		2	
Või	2	Või		2	
Mustsõstra toormoos		Õunapüree			
Pria piimatoode	2	Pria piimatoode		2	
Pria kaalikas		Pria porgand			
Kanarisoto		Köögiljapüreesupp kalkunilihaga		2	
Külm jogurtikaste	2	Röstitud sepikukuubikud		1;2	
Hiinakapsasalat tilliga		Mõnus kohupiimakreem		2	
Seemnesegu	11	Leivatoode		1;2	
Mahlakissell					
Leivatoode	1;2				
Peedisupp		Makaronid hakkliahaga		1	
Leivatoode	1;2	Mahlajook			
Pria ploom		Leivatoode		1;2	
		Melon			
	933.12			950.89	
30.68	13.15%	39.9	16.78%		
32.95	31.78%	30.65	29.01%		
129.94	55.7%	127.38	53.58%		
	1201.42			1186.61	
38.37	12.77%	48.58	16.38%		
43.8	32.81%	36.14	27.41%		
165.48	55.09%	164.58	55.48%		
	1405.4			1410.3	
45.39	12.92%	57.44	16.29%		
48.41	31%	41.81	26.68%		
198.91	56.61%	198.59	56.33%		
	1541.06			1547.29	
48.28	12.53%	62.11	16.06%		
54.06	31.57%	47.55	27.66%		
216.64	56.23%	214.93	55.56%		

reede
06.10.2023 Allergeen Nädala keskmine

Piima-riisisupp 2
Või 2
Rukkileib munavõiga 1,2,3
Pria valge redis

Värskekapsa-sealihahautis
Keedetud kartulid
Kõrvitsasalat punase sõstraga
Jõhvikakissell
Leivatoode 1;2

Õunakese kook 1;2;3
Pria piimatoode 2
Pria pirn

		927.91		931.246
27.58	11.89%		34.152	14.67%
33.53	32.52%		32.034	30.96%
131.07	56.5%		127.414	54.73%

		1161.51		1175.728
34.87	12.01%		42.252	14.37%
39.57	30.66%		39.662	30.36%
169.17	58.26%		163.36	55.58%

		1364.55		1391.55
40.42	11.85%		49.62	14.26%
44.52	29.36%		45.496	29.43%
203.48	59.65%		196.932	56.61%

		1506.32		1530.222
43.23	11.48%		53.496	13.98%
51.74	30.91%		51.11	30.06%
219.84	58.38%		214.912	56.18%