

	esmaspäev 03.07.2023 Allergeen		teisipäev 04.07.2023 Allergeen	
Homnikusöök				
	Täisterakaerahelbepuder	1,2	Nisuhelbepuder	1,2
	Või	2	Või	2
	Mustsõstar		Aedmaasikamoos	
	Pria piimatoode	2	Pria piimatoode	2
	Pria kurk		Pria kapsas	
Lõuna				
	Kanakaste ürtidega	1,2	Köögiviljapüreesupp sealihaga	2
	Keedetud makaronid	1	Seemnesegu	11
	Porgandisalat		Kaerahelbe - marjakrõbedik	1,2
	Maasika jogurtikokteil	2	Vahukoor	2
	Leivatoode	1;2	Leivatoode	1;2
Õhtusöök				
	Hakklihasupp		Kartulivormiroog	10,2,3
	Leivatoode	1;2	Külm hapukoorekaste	2
	Pria õun		Maitsevesi	
			Leivatoode	1;2
			Pria pirn	
Terve päev vanus 1-2(3)				
Energia kcal		916.35		934.19
Valgud ,g	34.09 14.88%		32.48 13.91%	
Rasvad,g	30.06 29.52%		32.46 31.27%	
Süsivesikud,g	128.95 56.29%		132.46 56.72%	
vanus 3-5				
Energia kcal		1176.38		1196.13
Valgud ,g	43.56 14.81%		41.09 13.74%	
Rasvad,g	37.26 28.51%		40.95 30.81%	
Süsivesikud,g	168.71 57.37%		171.15 57.23%	
vanus 5-6				
Energia kcal		1408.7		1399.21
Valgud ,g	51.61 14.65%		48.78 13.95%	
Rasvad,g	45.03 28.77%		45.24 29.1%	
Süsivesikud,g	201.6 57.24%		205.54 58.76%	
vanus 6-7				
Energia kcal		1529.22		1579.29
Valgud ,g	55.19 14.44%		54.91 13.91%	
Rasvad,g	49.82 29.32%		48.2 27.47%	
Süsivesikud,g	217.35 56.85%		237.22 60.08%	

	kolmapäev 05.07.2023 Allergeen		neljapäev 06.07.2023 Allergeen	
Kaerakliipuder	1,2	Odrahelbepuder	1,2	
Või	2	Või	2	
Aedmarjamoos		Marja toormoos		
Pria piimatoode	2	Pria piimatoode	2	
Pria porgand		Pria kaalikas		
Valgekalafilee koorekastmes	1,2,4	Kalkuni minestroone	1,9	
Keedetud riis		Rabarberi-rukkivaht	1	
Kapsasalat kõrvitsaga		Piim, R 2,5%	2	
Punasesõstramorss		Leivatoode	1;2	
Leivatoode	1;2			
Kirsi-banaani keefirikokteil	2	Tatrasalat	10,2,3	
Sepik kanavõidega	1,2	Mahlajook		
Melon		Leivatoode	1;2	
		Pria õun		
	931.8		927.42	
35.74	15.34%	27.59	11.9%	
30.77	29.72%	34.62	33.6%	
128.33	55.09%	127.89	55.16%	
	1173.66		1170.44	
45.24	15.42%	34.05	11.64%	
38.57	29.58%	38.81	29.84%	
161.93	55.19%	173.27	59.22%	
	1375.17		1408.02	
51.88	15.09%	41.83	11.88%	
47.18	30.88%	45.03	28.78%	
186.56	54.27%	211.1	59.97%	
	1552.57		1495.63	
56.4	14.53%	44.46	11.89%	
53.18	30.83%	47.63	28.66%	
211.47	54.48%	224.73	60.1%	

reede
07.07.2023 Allergeen Nädala keskmine

Piima-riisisupp 2
Või 2
Rukkileib ürdivõiga 1,2
Pria tomat

Värskekapsa - hakklihahautis
Keedetud kartulid
Peedisalat jogurtiga 2
Marjakompott
Leivatoode 1;2

Ahjupirukas köögivilja-juustukattega 1,2,3
Ahjupirukas (soolane) 1,2,3
Pria piimatoode 2
Pria pirn

	924.47	926.846
26.59 11.5%		31.298 13.51%
38.51 37.49%		33.284 32.32%
119.34 51.64%		127.394 54.98%

	1200.05	1183.332
34.17 11.39%		39.622 13.39%
51.27 38.45%		41.372 31.47%
152.38 50.79%		165.488 55.94%

	1382.02	1394.624
39.8 11.52%		46.78 13.42%
56.53 36.81%		47.802 30.85%
180.46 52.23%		197.052 56.52%

	1511.09	1533.56
44.14 11.68%		51.02 13.31%
63.68 37.93%		52.502 30.81%
192.77 51.03%		216.708 56.52%