

	esmaspäev		teisipäev	
	03.10.2022	Allergeen	04.10.2022	Allergeen
<b>Homnikusöök</b>				
	Rukkihelbepuder	1,2	Viieviljapuder	1,2
	Või	2	Või	2
	Maasikas		Aedmarjamoos	
	Pria piimatoode	2	Pria piimatoode	2
	Pria salatilehed		Pria nuikapsas	
<b>Lõuna</b>				
	Hakklihakaste veiselihast	1,2	Koorene lõhesupp	2,4
	Keedetud kartulid		Kakaopuding	2
	Peedisalat köömnetega		Marja toormoos	
	Seemnesegu	11	Leivatoode	1,2,3,7
	Õuna - jogurtikokteil	2		
	Leivatoode	1,2,3,7		
<b>Õhtusöök</b>				
	Minestroone sealihaga	1,9	Kartuli - hapukoorevorm	2
	Leivatoode	1,2,3,7	Mahlajook	
	Pria pirn		Leivatoode	1,2,3,7
			Pria õun	
<b>Terve päev</b>				
vanus 1-2(3)				
Energia kcal		901.39		924.72
Valgud ,g	33.76 14.98%		27.31 11.81%	
Rasvad,g	34.17 34.12%		31.37 30.53%	
Süsivesikud,g	118.77 52.71%		132.36 57.25%	
vanus 3-5				
Energia kcal		1161.93		1174.77
Valgud ,g	43.11 14.84%		34.45 11.73%	
Rasvad,g	40.75 31.56%		37.12 28.44%	
Süsivesikud,g	160.41 55.22%		173.83 59.19%	
vanus 5-6				
Energia kcal		1364.57		1384.43
Valgud ,g	50.47 14.79%		40.13 11.59%	
Rasvad,g	47.07 31.04%		44.33 28.82%	
Süsivesikud,g	190.43 55.82%		204.53 59.09%	
vanus 6-7				
Energia kcal		1509.39		1540.83
Valgud ,g	55.29 14.65%		43.47 11.28%	
Rasvad,g	51.63 30.79%		49.37 28.84%	
Süsivesikud,g	211.71 56.1%		228.99 59.45%	

kolmapäev 05.10.2022 Allergeen		neljapäev 06.10.2022 Allergeen	
Neljaviiljapuder	1,2	Hirsipuder	2
Või	2	Või	2
Mustsõstra toormoos		Õunapüree	
Pria piimatoode	2	Pria piimatoode	2
Pria kaalikas		Pria porgand	
Kanapilaff		Kõrvitsapüreesupp kalkunilihaga	2
Külm jogurtikaste	2	Rõstitud sepikukuubikud	1,2
Kirju punasekapsasalat		Maasika-jogurtidessert	2
Mahlakissell		Leivatoode	1,2,3,7
Leivatoode	1,2,3,7		
Värskekapsasupp lihata		Tatar kana ja köögiviljadega	
Leivatoode	1,2,3,7	Külm hapukoorekaste	2
Pria ploom		Maitsevesi	
		Leivatoode	1,2,3,7
		Melon	
	946.5		926.84
27.4	11.58%	30.23	13.05%
30.9	29.38%	36.41	35.36%
140.96	59.57%	121.31	52.35%
	1182.73		1172.79
34.3	11.6%	37.18	12.68%
35.81	27.25%	44.96	34.5%
182.28	61.65%	156.65	53.43%
	1409.02		1382.38
40.65	11.54%	44.18	12.78%
45.59	29.12%	53.32	34.71%
211.05	59.91%	184.05	53.26%
	1573.2		1548.15
43.96	11.18%	50.19	12.97%
52.59	30.09%	57.72	33.55%
232.88	59.21%	209.51	54.13%

reede  
07.10.2022 Allergeen Nädala keskmine

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

Pastaroor sealiha ja šampinjonidega 1  
Tomatikaste  
Porgandi - lillkapsasalat  
Jõhvikakissell  
Leivatoode 1,2,3,7

Kaneelisai 1,2,3  
Pria piimatoode 2  
Pria pirn

		932.26		926.342
27.61	11.85%		29.262	12.64%
33.97	32.79%		33.364	32.42%
130.05	55.8%		128.69	55.57%

		1176.75		1173.794
34.24	11.64%		36.656	12.49%
40.92	31.3%		39.912	30.6%
168.94	57.43%		168.422	57.39%

		1390.81		1386.242
40.83	11.74%		43.252	12.48%
48.29	31.25%		47.72	30.98%
199.52	57.38%		197.916	57.11%

		1509.34		1536.182
43.23	11.46%		47.228	12.3%
54.78	32.66%		53.218	31.18%
212.19	56.23%		219.056	57.04%