

		esmaspäev		teisipäev	
		05.09.2022	Allergeen	06.09.2022	Allergeen
Homnikusöök					
	Odrahelbepuder		1,2	Hirsipuder	2
	Või		2	Või	2
	Mustsõstar			Aedmarjamoos	
	Pria piimatoode		2	Pria piimatoode	2
	Pria suvikõrvits			Pria nuikapsas	
Lõuna					
	Veisehakklihakaste ürtidega			Kalaseljanka	4
	Keedetud tatar			Hapukoor, R 20 %	2
	Valge redise - hapukooresalat		2	Marjane sepikuvorm	1,2,3
	Õuna - keefirikokteil		2	Piim, R 2,5%	2
	Leivatoode		1,2,3,7	Leivatoode	1,2,3,7
Õhtusöök					
	Köögiviljasupp lihata			Kana-kartuliroog	2,3
	Leivatoode		1,2,3,7	Mahlajook	
	Pria pirn			Leivatoode	1,2,3,7
				Pria õun	
Terve päev					
vanus 1-2(3)					
Energia kcal		907.23		925.33	
Valgud ,g	30.75 13.56%			35.27 15.25%	
Rasvad,g	32.65 32.39%			28.36 27.58%	
Süsivesikud,g	125.62 55.39%			132.95 57.47%	
vanus 3-5					
Energia kcal		1153.19		1166.75	
Valgud ,g	39.64 13.75%			43.7 14.98%	
Rasvad,g	38.88 30.34%			33.12 25.55%	
Süsivesikud,g	165.05 57.25%			173.56 59.5%	
vanus 5-6					
Energia kcal		1389.34		1398.92	
Valgud ,g	47.17 13.58%			52.97 15.15%	
Rasvad,g	44.88 29.07%			38.83 24.98%	
Süsivesikud,g	203.49 58.59%			209.79 59.99%	
vanus 6-7					
Energia kcal		1525.07		1555.56	
Valgud ,g	49.63 13.02%			59.79 15.37%	
Rasvad,g	52 30.69%			42.59 24.64%	
Süsivesikud,g	219.07 57.46%			233.37 60.01%	

		kolmapäev 07.09.2022	Allergeen			neljapäev 08.09.2022	Allergeen
Rukkihelbepuder		1,2	Neljaviiljapuder		1,2		
Või		2	Või		2		
Jõhvikapüree			Õunapüree				
Pria piimatoode		2	Pria piimatoode		2		
Pria kapsas			Pria porgand				
Kanapasta		1	Brokolipüreesupp kalkunilihaga		2		
Porgandisalat			Rõstitud sepikukuubikud		1,2		
Mahlakissell			Jogurti - maasikatarretis		2		
Rõstitud kaerahelbed		1,2	Marjakaste				
Leivatoode		1,2,3,7	Leivatoode		1,2,3,7		
Värskekapsasupp sealihaga			Kuskuss köögiviljadega		1		
Leivatoode		1,2,3,7	Külm hapukoorekaste		2		
Pria pirn			Maitsevesi				
			Leivatoode		1,2,3,7		
			Melon				
		954.62			954.69		
35.59	14.91%		35.18	14.74%			
26.88	25.34%		35	33%			
143.94	60.31%		127.98	53.62%			
		1181.76			1171.63		
42.71	14.46%		41.53	14.18%			
32.04	24.4%		44.97	34.54%			
182.86	61.89%		154.34	52.69%			
		1414.32			1379.19		
52.09	14.73%		49.33	14.31%			
37.92	24.13%		52.36	34.17%			
218.83	61.89%		183.16	53.12%			
		1559.27			1514.06		
57.66	14.79%		52.95	13.99%			
41.98	24.23%		56.03	33.31%			
240.24	61.63%		205.03	54.17%			

reede
09.09.2022 Allergeen Nädala keskmine

Piima-riisisupp 2
Või 2
Seemneleib toorjuustuga 1,2
Pria kaalikas

Ühepajatoit sealihaga
Peedi - küüslaugusalat
Seemnesegu 11
Karusmarja - aroonia kompott
Leivatoode 1,2,3,7

Juustusai 1,2,3
Pria piimatoode 2
Pria ploom

		959.75		940.324
30.23	12.6%		33.404	14.21%
40.83	38.29%		32.744	31.34%
119.93	49.98%		130.084	55.34%

		1173.16		1169.298
36.81	12.55%		40.878	13.98%
46.79	35.9%		39.16	30.14%
153.24	52.25%		165.81	56.72%

		1373.47		1391.048
44	12.81%		49.112	14.12%
54.65	35.81%		45.728	29.59%
179.35	52.23%		198.924	57.2%

		1503.23		1531.438
47.78	12.71%		53.562	13.99%
59.34	35.53%		50.388	29.61%
197.5	52.55%		219.042	57.21%