

		esmaspäev 08.05.2023 Allergeen		teisipäev 09.05.2023 Allergeen	
Homnikusöök					
	Odrahelbepuder	1,2	Täisterakaerahelbepuder	1,2	
	Või	2	Või	2	
	Mustsõstar		Aedmarjamoos		
	Pria piimatoode	2	Pria piimatoode	2	
	Pria kapsas		Pria porgand		
Lõuna					
	Kana-koorekaste	1,2	Läätse-köögiviljasupp veisehakklihaga		
	Keedetud riis		Puuviljasalat		
	Peedisalat sõstraga		Maitsestatamata jogurt	2	
	Kama muhedik	1,2	Leivatoode	1;2	
	Leivatoode	1;2			
Õhtusöök					
	Peedisupp		Tatrapuder		
	Hapukoor, R 20 %	2	Külm hapukoorekaste	2	
	Leivatoode	1;2	Mahlajook		
	Pria õun		Leivatoode	1;2	
			Apelsin		
Terve päev vanus 1-2(3)					
Energia kcal		916.25		912.25	
Valgud ,g	29.37 12.82%		29.85 13.09%		
Rasvad,g	32.7 32.12%		31.64 31.22%		
Süsivesikud,g	128.04 55.9%		130.59 57.26%		
vanus 3-5					
Energia kcal		1169.74		1178.89	
Valgud ,g	37.59 12.85%		38.64 13.11%		
Rasvad,g	39.45 30.35%		37.72 28.8%		
Süsivesikud,g	168.46 57.61%		174.78 59.3%		
vanus 5-6					
Energia kcal		1388.97		1384.84	
Valgud ,g	43.74 12.6%		45.49 13.14%		
Rasvad,g	45.52 29.5%		42.84 27.84%		
Süsivesikud,g	203.67 58.65%		209.37 60.47%		
vanus 6-7					
Energia kcal		1524.39		1542.7	
Valgud ,g	47.04 12.34%		50.32 13.05%		
Rasvad,g	49.08 28.98%		45.22 26.38%		
Süsivesikud,g	225.79 59.25%		238.45 61.83%		

kolmapäev 10.05.2023 Allergeen			neljapäev 11.05.2023 Allergeen			reede 12.05.2023		
Neljaviiljapuder	1,2	Rukkihelbepuder	1,2	Piima-riisisupp				
Või	2	Või	2	Või				
Marja toormoos		Aedmarjamoos		Sepik juustuvõiga				
Pria piimatoode	2	Pria piimatoode	2	Pria lillkapsas				
Pria tomat		Pria valge redis						
Sealihaguljašš	1,2	Koorene lõhesupp munaga	2;3;4	Kanapasta sidruni ja spinatiga				
Keedetud kartulid		Rabarberi-rukkivaht	1	Külm hapukoorekaste				
Kirju punasekapsasalat		Piim, R 2,5%	2	Redisesalat jogurtiga				
Punasesõstra kompott		Leivatoode	1;2	Seemnesegu				
Leivatoode	1;2			Puuviljakissell				
				Leivatoode				
Kana-lillkapsasupp		Hakkliha-köögivilja ahjuroog	2,3	Ahjupannkoogirull moosiga				
Leivatoode	1;2	Külm jogurtikaste	2	Pria piimatoode				
Pria õun		Mahlajook		Pria õun				
		Leivatoode	1;2					
		Pria pirn						
917.36			918.82			917.05		
29.51	12.87%	30.35	13.21%	33.04	14.41%			
35.18	34.51%	38.51	37.72%	34.03	33.4%			
123.97	54.06%	114.78	49.97%	119.98	52.33%			
1168.95			1152.67			1160.11		
37.87	12.96%	37.25	12.93%	40.09	13.82%			
41.97	32.31%	43.86	34.25%	43.55	33.79%			
163.94	56.1%	154.97	53.78%	152.12	52.45%			
1367.61			1392.16			1381.51		
45.03	13.17%	45.23	13%	48.87	14.15%			
49.08	32.3%	52.27	33.79%	50.17	32.68%			
191.46	56%	188.44	54.14%	183.9	53.25%			
1514.82			1548.24			1524.07		
49.8	13.15%	50.59	13.07%	52.59	13.8%			
54.08	32.13%	57.26	33.29%	57.88	34.18%			
212.05	55.99%	210.56	54.4%	198.39	52.07%			

Allergeen Nädala keskmine

2
2
1,2

1;2
2
2
11

1;2

1,2,3
2

916.346
30.424 13.28%
34.412 33.8%
123.472 53.9%

1166.072
38.288 13.13%
41.31 31.88%
162.854 55.86%

1383.018
45.672 13.21%
47.976 31.22%
195.368 56.5%

1530.844
50.068 13.08%
52.704 30.99%
217.048 56.71%