

	esmaspäev		teisipäev	
	09.01.2023	Allergeen	10.01.2023	Allergeen
<b>Homnikusöök</b>				
	Rukkihelbepuder	1,2	Viieviljapuder	1,2
	Või	2	Või	2
	Maasikas		Õunapüree	
	Pria piimatoode	2	Pria piimatoode	2
	Pria kurk		Pria nuikapsas	
<b>Lõuna</b>				
	Kodune sealihakaste	1,2	Köögiviljapüreesupp kanaga	2
	Keedetud tatar		Rõstitud sepikukuubikud	1,2
	Kapsasalat tilliga		Apelsinitarretis	
	Marja-keefirikokteil	2	Vahukoor	2
	Leivatoode	1,2,7	Leivatoode	1,2,7
<b>Õhtusöök</b>				
	Tomati - läätsesupp		Ahjukartulid ürtidega	
	Hapukoor, R 20 %	2	Külm hapukoorekaste	2
	Leivatoode	1,2,7	Mahlajook	
	Mandariin		Leivatoode	1,2,7
			Pria õun	
<b>Terve päev</b>				
vanus 1-2(3)				
Energia kcal		900.56		935.37
Valgud ,g	29.91 13.29%		24.91 10.65%	
Rasvad,g	34.21 34.19%		30.79 29.63%	
Süsivesikud,g	119.28 52.98%		138.74 59.33%	
vanus 3-5				
Energia kcal		1156.24		1179.43
Valgud ,g	38.8 13.42%		31.14 10.56%	
Rasvad,g	40.72 31.7%		38.59 29.45%	
Süsivesikud,g	159.8 55.28%		175.33 59.46%	
vanus 5-6				
Energia kcal		1384.34		1414.07
Valgud ,g	45.26 13.08%		37.55 10.62%	
Rasvad,g	50.14 32.6%		43.34 27.58%	
Süsivesikud,g	189.27 54.69%		216.7 61.3%	
vanus 6-7				
Energia kcal		1522.31		1545.19
Valgud ,g	48.28 12.69%		40.74 10.55%	
Rasvad,g	56.96 33.68%		45.63 26.58%	
Süsivesikud,g	204.89 53.84%		241.25 62.45%	

	kolmapäev 11.01.2023 Allergeen		neljapäev 12.01.2023 Allergeen	
Kaerakliipuder	1,2	Neljaviiljapuder	1,2	
Või	2	Või	2	
Aedmarjamoos		Mustsõstra toormoos		
Pria piimatoode	2	Pria piimatoode	2	
Pria kõrvits		Pria porgand		
Kala pikkpoiss	1,11,2,3,4	Kartuli - frikadellisupp	1,3	
Valge kaste maitserohelisega	1,2	Ricotta kohupiimakreem	2	
Keedetud riis		Mahlakissell		
Peedisalat sõstraga		Leivatoode	1,2,7	
Rabarberikissell				
Leivatoode	1,2,7			
Sealiha - aedviljasupp		Makaronid kalkunilihaga	1	
Leivatoode	1,2,7	Tomatikaste		
Pria pirn		Maitsevesi		
		Leivatoode	1,2,7	
		Pria õun		
	902.34		919.56	
28.37 12.58%		33.57 14.6%		
38.32 38.22%		28.36 27.76%		
112.93 50.06%		133.48 58.06%		
	1171.76		1160.32	
37.58 12.83%		42.14 14.53%		
44.97 34.54%		34.25 26.57%		
156.07 53.28%		172.06 59.31%		
	1389.4		1391.04	
45.25 13.03%		51.41 14.78%		
51.34 33.26%		40.88 26.45%		
189.01 54.41%		205.82 59.18%		
	1532.25		1527.55	
49.07 12.81%		56.17 14.71%		
58.54 34.38%		43.91 25.87%		
204.61 53.41%		228.03 59.71%		

reede  
13.01.2023 Allergeen Nädala keskmine

Piima-riisisupp 2  
Või 2  
Võisepik singiga 1,2,7  
Pria kaalikas

Ühepajatoit sealihaga  
Porgandi - porrulaugusalat  
Seemnesegu 11  
Puuviljasupp  
Leivatoode 1,2,7

Ahjupirukas hakkliha-juustukattega 1,2,3  
Pria piimatoode 2  
Pria pirn

	932.71	918.108
29.91 12.83%		29.334 12.78%
36 34.74%		33.536 32.87%
125.59 53.86%		126.004 54.9%

	1171.54	1167.858
37.81 12.91%		37.494 12.84%
45.6 35.03%		40.826 31.46%
156.67 53.49%		163.986 56.17%

	1367.28	1389.226
43.59 12.75%		44.612 12.85%
55.4 36.47%		48.22 31.24%
178.35 52.18%		195.83 56.39%

	1506.36	1526.732
48.32 12.83%		48.516 12.71%
59.98 35.84%		53.004 31.25%
198.04 52.59%		215.364 56.42%