

	esmaspäev 10.07.2023		Allergeen	teisipäev 11.07.2023		Allergeen
<b>Homnikusöök</b>						
	Neljaviiljapuder		1,2	Rukkihelbepuder		1,2
	Või		2	Või		2
	Marjasegu			Aedmarjamoos		
	Pria piimatoode		2	Pria piimatoode		2
	Pria kapsas			Pria porgand		
<b>Lõuna</b>						
	Koorene sealihakaste		1,2	Kanasupp		
	Keedetud riis			Puuviljasalat		
	Porgandi ja kaalikasalat			Vahukoor		2
	Seemnesegu		11	Leivatoode		1;2
	Kamajook		1,2			
	Leivatoode		1;2			
<b>Õhtusöök</b>						
	Kalkuni - aedviljasupp			Pasta köögiviljadega		1
	Leivatoode		1;2	Külm hapukoorekaste		2
	Pria õun			Mahlajook		
				Leivatoode		1;2
				Pria pirn		
<b>Terve päev</b>						
vanus 1-2(3)						
Energia kcal			912.94			908.66
Valgud ,g	34.22	14.99%		25.5	11.23%	
Rasvad,g	30.91	30.47%		35.72	35.38%	
Süsivesikud,g	125.88	55.15%		124.18	54.67%	
vanus 3-5						
Energia kcal			1176.8			1172.14
Valgud ,g	42.6	14.48%		32.48	11.08%	
Rasvad,g	40.84	31.23%		45.1	34.63%	
Süsivesikud,g	161.27	54.82%		162.2	55.35%	
vanus 5-6						
Energia kcal			1401.97			1371.36
Valgud ,g	50.92	14.53%		37.91	11.06%	
Rasvad,g	48.51	31.14%		51.72	33.94%	
Süsivesikud,g	192.72	54.99%		192.62	56.18%	
vanus 6-7						
Energia kcal			1533.52			1536.13
Valgud ,g	55.82	14.56%		42.52	11.07%	
Rasvad,g	53.84	31.6%		55.09	32.28%	
Süsivesikud,g	209.17	54.56%		221.08	57.57%	

kolmapäev 12.07.2023 Allergeen		neljapäev 13.07.2023 Allergeen		reede 14.07.2023 Allergeen	
Maisimannapuder	2	Viieviljapuder	1,2	Munapuder	1,2,3
Või	2	Või	2	Sepik maksapasteediga	1,2,3,7
Maasika toormoos		Aedmarjamoos		Pria piimatoode	2
Pria piimatoode	2	Pria piimatoode	2	Pria valge redis	
Pria kaalikas		Pria lillkapsas			
Kartuliroog hakklihaga		Kalaseljanka	4	Kalkunistrooganov	1,2
Peedisalat õliga		Hapukoor, R 20 %	2	Keedetud tatar	
Kirsikompott		Maasikakreem riisiga	2	Kirju punasekapsasalat	
Leivatoode	1;2	Aedmaasikamoos		Mustsõstrakissell	
		Leivatoode	1;2	Leivatoode	1;2
Kala-aedviljasalat	10,2,3,4	Mangosmuuti	2	Kook marjadega	1,2,3
Mahlajook		Sepik muna-juustuvõiga	1,2,3	Jahutatud tee sidruniga	
Leivatoode	1;2	Pria õun		Pria pirn	
Arbuus					
	906.02		940.66		906.92
31.44	13.88%	28.89	12.28%	31.55	13.92%
27.47	27.29%	38.47	36.81%	33.55	33.29%
133.47	58.93%	119.02	50.61%	121.69	53.67%
	1172.66		1197.05		1166.51
39.81	13.58%	35.9	12%	40.5	13.89%
32.98	25.31%	46.16	34.71%	43.49	33.55%
178.59	60.92%	158.05	52.81%	155.66	53.38%
	1379.22		1399.41		1378.58
48.68	14.12%	40.9	11.69%	47.18	13.69%
39.46	25.75%	52.96	34.06%	51.34	33.52%
207.02	60.04%	187.91	53.71%	184.34	53.49%
	1505.67		1565.06		1526.6
54.92	14.59%	45.55	11.64%	50.92	13.34%
43.33	25.9%	62.3	35.83%	56.29	33.19%
223.3	59.32%	203.47	52%	206.61	54.14%

## Nädala keskmine

915.04  
30.32 13.25%  
33.224 32.68%  
124.848 54.58%

1177.032  
38.258 13%  
41.714 31.9%  
163.154 55.45%

1386.108  
45.118 13.02%  
48.798 31.68%  
192.922 55.67%

1533.396  
49.946 13.03%  
54.17 31.79%  
212.726 55.49%