

	esmaspäev 10.04.2023 Allergeen		teisipäev 11.04.2023 Allergeen	
Homnikusöök				
	Täisterakaerahelbepuder	1,2	Nisuhelbepuder	1,2
	Või	2	Või	2
	Kirss		Aedmarjamoos	
	Pria piimatoode	2	Pria piimatoode	2
	Pria kapsas		Pria porgand	
Lõuna				
	Hakklihakaste veiselihast	1,2	Kanasupp valgete ubadega	
	Keedetud makaronid	1	Marja- rukkivaht	1
	Peedisalat		Piim, R 2,5%	2
	Seemnesegu	11	Leivatoode	1,2,7
	Kamajook	1,2		
	Leivatoode	1,2,7		
Õhtusöök				
	Punasekapsasupp		Kuskuss köögiviljadega	1
	Hapukoor, R 20 %	2	Värske tilliga hapukoorekaste	10,2
	Leivatoode	1,2,7	Mahlajook	
	Pria õun		Leivatoode	1,2,7
			Apelsin	
Terve päev vanus 1-2(3)				
Energia kcal		944.82		933.82
Valgud ,g	33.44 14.16%		28.25 12.1%	
Rasvad,g	32.89 31.33%		31.1 29.97%	
Süsivesikud,g	130.5 55.25%		138.08 59.15%	
vanus 3-5				
Energia kcal		1201.26		1169.43
Valgud ,g	42.54 14.17%		34.18 11.69%	
Rasvad,g	39.31 29.45%		36.41 28.02%	
Süsivesikud,g	171.24 57.02%		179.74 61.48%	
vanus 5-6				
Energia kcal		1414.18		1413.92
Valgud ,g	49.5 14%		40.89 11.57%	
Rasvad,g	44.67 28.43%		44.3 28.2%	
Süsivesikud,g	205.73 58.19%		217.43 61.51%	
vanus 6-7				
Energia kcal		1573.3		1550.88
Valgud ,g	53.84 13.69%		44.54 11.49%	
Rasvad,g	47.76 27.32%		48.01 27.86%	
Süsivesikud,g	233.59 59.39%		239.74 61.83%	

	kolmapäev		neljapäev	
	12.04.2023	Allergeen	13.04.2023	Allergeen
Maisimannapuder	2		Seitsmeviljapuder	1,2,7
Või	2		Või	2
Aedmarjamoos			Mustsõstra toormoos	
Pria piimatoode	2		Pria piimatoode	2
Pria kaalikas			Pria valge redis	
Hautatud sealihatükid praeleemekastmes			Kalaseljanka	4
Keedetud kartulid			Hapukoor, R 20 %	2
Kirju punasekapsasalat			Kakaopuding	2
Punasesõstra kompott			Marja toormoos	
Leivatoode	1,2,7		Leivatoode	1,2,7
Kalkuni - klimbisupp	1,2,3		Kartuliroog hakklihaga	
Leivatoode	1,2,7		Külm jogurtikaste	2
Pria õun			Mahlajook	
			Leivatoode	1,2,7
			Pria pirn	
	903.47		924.35	
32.89	14.56%		28.92	12.51%
29.82	29.71%		32.17	31.32%
127.39	56.4%		130.51	56.48%
	1152.54		1156.21	
41.62	14.44%		35.95	12.44%
35.5	27.72%		37.03	28.82%
168.39	58.44%		170.59	59.02%
	1363.06		1392.11	
50.14	14.71%		43.9	12.61%
40.89	27%		42.98	27.79%
200.67	58.89%		208.38	59.87%
	1508.58		1545.73	
55.69	14.77%		48.6	12.58%
44.13	26.33%		46.35	26.99%
223.95	59.38%		234.28	60.63%

reede  
14.04.2023 Allergeen Nädala keskmine

Piima-riisisupp 2  
Või 2  
Rukkivõileib sulatatud juustuga 1,2  
Pria lillkapsas

Ühepajatoit kanaga  
Valge redise - hapukooresalat 2  
Maasikakompott  
Leivatoode 1,2,7

Kookosesaiake 1,2,3  
Pria piimatoode 2  
Pria õun

		925.67		926.426
26.02	11.24%		29.904	12.91%
40.56	39.44%		33.308	32.36%
116.93	50.53%		128.682	55.56%

		1180.88		1172.064
32.63	11.05%		37.384	12.76%
49.63	37.83%		39.576	30.39%
153.99	52.16%		168.79	57.6%

		1392.69		1395.192
38.82	11.15%		44.65	12.8%
58.16	37.58%		46.2	29.8%
182.37	52.38%		202.916	58.18%

		1515.06		1538.71
41.44	10.94%		48.822	12.69%
64.84	38.52%		50.218	29.37%
195.31	51.56%		225.374	58.59%