

		esmaspäev 11.03.2024 Allergeen		teisipäev 12.03.2024 Allergeen	
Homnikusöök					
	Odrahelbepuder		1;2	Kaheksaviljapuder	1;2
	Või		2	Või	2
	Marjasegu			Jõhvikapüree	
	Pria piimatoode		2	Pria piimatoode	2
	Pria kaalikas			Pria lillkapsas	
Lõuna					
	Kodune hakklihakaste		1;2	Kalkuni - aedviljasupp	
	Keedetud tatar			Kaerahelbe - marjakrõbedik	1;2
	Porgandi - porrulaugusalat			Vaniljekaste	2
	Mustsõstra-jogurtikokteil		2	Leivatoode	1;11;2
	Leivatoode		1;11;2		
Õhtusöök					
	Tomati - sealihasupp			Makaroniroog juustuga	1;2;3
	Hapukoor, R 20 %		2	Maitsevesi	
	Leivatoode		1;11;2	Leivatoode	1;11;2
	Pria pirn			Pria õun	
Terve päev vanus 1-2(3)					
	Energia kcal		911.28		904.06
	Valgud ,g	32.58 14.3%		31.79 14.07%	
	Rasvad,g	30.25 29.88%		34.63 34.47%	
	Süsivesikud,g	130.06 57.09%		117.82 52.13%	
vanus 3-5					
	Energia kcal		1172.71		1155.65
	Valgud ,g	41.61 14.19%		40.22 13.92%	
	Rasvad,g	38.03 29.19%		40.96 31.9%	
	Süsivesikud,g	169.44 57.79%		157.43 54.49%	
vanus 5-6					
	Energia kcal		1363.09		1389.11
	Valgud ,g	48.52 14.24%		48.53 13.97%	
	Rasvad,g	43.56 28.76%		49.94 32.36%	
	Süsivesikud,g	198.51 58.25%		187.63 54.03%	
vanus 6-7					
	Energia kcal		1536.94		1536.29
	Valgud ,g	54.01 14.06%		52.91 13.78%	
	Rasvad,g	47.85 28.02%		55.32 32.41%	
	Süsivesikud,g	226.32 58.9%		208.02 54.16%	

kolmapäev 13.03.2024 Allergeen		neljapäev 14.03.2024 Allergeen		reede 15.03.2024	
Rukkihelbepuder	1;2	Hirsipuder	2	Piima - täisterakaerahelbesupp	
Või	2	Või	2	Või	
Aedmarjamoos		Aedmarjamoos		Sepik maksapasteediga	
Pria piimatoode	2	Pria piimatoode	2	Pria valge redis	
Pria kapsas		Pria porgand			
Sealihapilaff		Lihtne kalasupp munaga	3;4	Kana-lillkapsahautis	
Külm jogurtikaste	2	Kuldne kõrvitsakreem	2	Keedetud kartulid	
Kaalikasalat		Leivatoode	1;11;2	Peedisalat köömnetega	
Kakao	2			Seemnesegu	
Leivatoode	1;11;2			Jõhvikakissell	
Porgandipüreesupp	2	Kartuliroog hakklihaga		Kookosesaiake	
Rõstitud sepikukuubikud	1;2	Mahlajook		Pria piimatoode	
Leivatoode	1;11;2	Leivatoode	1;11;2	Pria õun	
Pria pirn		Apelsin			
	937.06		947.27	922.28	
31.76	13.56%	31.07	13.12%	30.78	13.35%
31.93	30.67%	33.74	32.06%	35.59	34.73%
131.5	56.13%	131	55.32%	123.78	53.68%
	1200.59		1152.41	1176.61	
40.27	13.42%	37.57	13.04%	39.09	13.29%
40.95	30.7%	39.43	30.79%	45.07	34.47%
168.13	56.02%	162.89	56.54%	158.64	53.93%
	1403.73		1371.34	1396.2	
46.42	13.23%	44.7	13.04%	45.28	12.97%
45.6	29.24%	46.26	30.36%	54.92	35.4%
203.07	57.87%	195.49	57.02%	185.36	53.1%
	1522.37		1536.75	1536.26	
49.75	13.07%	50.09	13.04%	49.11	12.79%
47.3	27.96%	50.5	29.58%	62.68	36.72%
225.38	59.22%	221.5	57.65%	199.33	51.9%

Allergeen Nädala keskmine

1;2  
2  
1;2;3;7

11

1;2;3  
2

924.39  
31.596 13.67%  
33.228 32.35%  
126.832 54.88%

1171.594  
39.752 13.57%  
40.888 31.41%  
163.306 55.76%

1384.694  
46.69 13.49%  
48.056 31.23%  
194.012 56.04%

1533.722  
51.174 13.35%  
52.73 30.94%  
216.11 56.36%