

	esmaspäev		teisipäev	
	11.09.2023	Allergeen	12.09.2023	Allergeen
Hommikusöök				
	Seitsmeviljapuder	1,2,7	Maisimannapuder	2
	Või	2	Või	2
	Maasikas		Aedmarjamoos	
	Pria piimatoode	2	Pria piimatoode	2
	Pria lillkapsas		Pria kurk	
Lõuna				
	Karrine kanakaste	2	Rassolnik sealihaga	1
	Keedetud riis		Hapukoor, R 20 %	2
	Porgandi - porrulaugusalat		Marja- rukkivaht	1
	Seemnesegu	11	Piim, R 2,5%	2
	Mustsõstra - kama muhedik	1,2	Leivatoode	1;2
	Leivatoode	1;2		
Õhtusöök				
	Tomatine hakklihasupp		Kartuli panniroog brokoliga	
	Hapukoor, R 20 %	2	Külm jogurtikaste	2
	Leivatoode	1;2	Mahlajook	
	Pria õun		Leivatoode	1;2
			Pria pirn	
Terve päev				
vanus 1-2(3)				
Energia kcal		936.55		911.72
Valgud ,g	34.31 14.65%		26.53 11.64%	
Rasvad,g	34.26 32.92%		33.66 33.23%	
Süsivesikud,g	125.38 53.55%		127.35 55.87%	
vanus 3-5				
Energia kcal		1190.03		1170.83
Valgud ,g	43.24 14.53%		33.39 11.41%	
Rasvad,g	41.73 31.56%		37.95 29.17%	
Süsivesikud,g	163.32 54.9%		175.42 59.93%	
vanus 5-6				
Energia kcal		1380.02		1394.38
Valgud ,g	49.86 14.45%		39.08 11.21%	
Rasvad,g	48.61 31.7%		46.4 29.95%	
Süsivesikud,g	189.19 54.84%		207.36 59.48%	
vanus 6-7				
Energia kcal		1552.12		1527.2
Valgud ,g	55.18 14.22%		42.97 11.25%	
Rasvad,g	53.57 31.06%		49.06 28.91%	
Süsivesikud,g	215.2 55.46%		230.69 60.42%	

		kolmapäev 13.09.2023	Allergeen			neljapäev 14.09.2023	Allergeen
Täisterakaerahelbepuder		1,2	Nisuhelbepuder			1,2	
Või		2	Või			2	
Marja toormoos			Õunapüree				
Pria piimatoode		2	Pria piimatoode			2	
Pria valge redis			Pria porgand				
Lõhe-koorekaste		1,2,4	Kana-köögiviljasupp				
Kartuli - lillkapsapuder		2	Kakao - jogurtidessert			2	
Peedisalat			Aedmaasikamoos				
Jõhvikakissell			Leivatoode			1;2	
Leivatoode		1;2					
Köögiviljasupp valgete ubadega			Sealiha - riisiroog köögiviljadega				
Leivatoode		1;2	Külm hapukoorekaste			2	
Pria ploom			Mahlajook				
			Leivatoode			1;2	
			Banaan				
		901.03				925.3	
26.94	11.96%		33.81	14.62%			
34.32	34.28%		28.21	27.44%			
123.36	54.76%		135.74	58.68%			
		1169.72				1170.34	
35.71	12.21%		41.74	14.27%			
41.84	32.19%		34.23	26.32%			
165.23	56.5%		175.7	60.05%			
		1373.48				1390.67	
42.34	12.33%		49.44	14.22%			
48.08	31.51%		41.03	26.55%			
195.99	57.08%		208.59	60%			
		1511.9				1511.66	
45	11.91%		53.26	14.09%			
54.67	32.54%		44.99	26.79%			
212.89	56.32%		226.22	59.86%			

reede
15.09.2023 Allergeen Nädala keskmine

Munapuder 1,2,3
Sepik ürdivõiga 1,2
Pria piimatoode 2
Pria kaalikas

Makaronid veisehakklihaga 1
Tomatikaste
Kapsasalat paprikaga
Maasikakompott
Leivatoode 1;2

Kookosesaiake 1,2,3
Kummeli tee
Pria õun

	940.99		923.118
28.17	11.97%	29.952	12.98%
40.9	39.12%	34.27	33.41%
115.47	49.08%	125.46	54.36%

	1172.72		1174.728
33.88	11.56%	37.592	12.8%
50.7	38.91%	41.29	31.63%
145.78	49.72%	165.09	56.21%

	1397.36		1387.182
41.56	11.9%	44.456	12.82%
59.44	38.28%	48.712	31.6%
174.42	49.93%	195.11	56.26%

	1535.26		1527.628
44.09	11.49%	48.1	12.59%
66.3	38.87%	53.718	31.65%
190.85	49.72%	215.17	56.34%