

			esmaspäev		teisipäev	
			12.09.2022	Allergeen	13.09.2022	Allergeen
Homnikusöök						
	Seitsmeviljapuder		1,2,7	Maisimannapuder		2
	Või		2	Või		2
	Maasikas			Aedmarjamoos		
	Pria piimatoode		2	Pria piimatoode		2
	Pria lillkapsas			Pria kõrvits		
Lõuna						
	Karrine kanakaste		1,2	Rassolnik sealihaga		1
	Keedetud riis köögiviljadega			Hapukoor, R 20 %		2
	Porgandi - porrulaugusalat			Marja- rukkivaht		1
	Seemnesegu		11	Piim, R 2,5%		2
	Mustsõstra - kama muhedik		1,2	Leivatoode		1,2,3,7
	Leivatoode		1,2,3,7			
Õhtusöök						
	Tomatine hakklihasupp			Kartuli panniroog brokoliga		
	Hapukoor, R 20 %		2	Külm hapukoorekaste		2
	Leivatoode		1,2,3,7	Mahlajook		
	Pria ploom			Leivatoode		1,2,3,7
				Pria pirn		
Terve päev						
vanus 1-2(3)						
Energia kcal			921.78		913.86	
Valgud ,g	35.84	15.55%		26.21	11.47%	
Rasvad,g	32.61	31.84%		34.61	34.09%	
Süsivesikud,g	124.9	54.2%		126.53	55.38%	
vanus 3-5						
Energia kcal			1201.16		1196.22	
Valgud ,g	46.12	15.36%		33.56	11.22%	
Rasvad,g	39.97	29.95%		39.66	29.84%	
Süsivesikud,g	168.28	56.04%		178.23	59.6%	
vanus 5-6						
Energia kcal			1418.2		1413.76	
Valgud ,g	53.93	15.21%		40.09	11.34%	
Rasvad,g	46.93	29.78%		44.42	28.28%	
Süsivesikud,g	199.52	56.27%		216.05	61.13%	
vanus 6-7						
Energia kcal			1563.73		1519.98	
Valgud ,g	58.49	14.96%		43.19	11.37%	
Rasvad,g	51.5	29.64%		46.67	27.63%	
Süsivesikud,g	220.86	56.5%		234.82	61.8%	

kolmapäev 14.09.2022 Allergeen			neljapäev 15.09.2022 Allergeen		
Täisterakaerahelbepuder	1,2	Nisuhelbepuder		1,2	
Või	2	Või		2	
Aedmarjamoos		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 mustsõstraga		Aedmaasikamoos			
Seemnesegu	11	Leivatoode		1,2,3,7	
Punasesõstramorss					
Leivatoode	1,2,3,7				
Köögiviljasupp lihata		Sealiha - riisiroog köögiviljadega			
Leivatoode	1,2,3,7	Külm hapukoorekaste		2	
Pria õun		Maitsevesi			
		Leivatoode		1,2,3,7	
		Banaan			
908.06			913.93		
29.59	13.03%	34.37	15.04%		
39.7	39.35%	28.51	28.08%		
113.27	49.9%	132.33	57.92%		
1198.04			1200.23		
39.26	13.11%	43.62	14.54%		
48.55	36.47%	35.15	26.36%		
156.53	52.26%	179.68	59.88%		
1395.75			1417.59		
44.93	12.88%	51.58	14.55%		
55.49	35.78%	42.16	26.77%		
185.73	53.23%	211.26	59.61%		
1524.84			1569.06		
48.17	12.64%	56.27	14.34%		
58.83	34.72%	46.53	26.69%		
207.21	54.36%	234.53	59.79%		

reede
16.09.2022 Allergeen Nädala keskmine

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

Makaronid veisehakklihaga 1,3
Tomatikaste
Kapsasalat paprikaga
Maasikakompott
Leivatoode 1,2,3,7

Kookosesaiake 1,2,3
Kummeli tee
Pria õun

	953.2		922.166
28.47 11.95%		30.896 13.4%	
41.22 38.92%		35.33 34.48%	
117.64 49.37%		122.934 53.32%	

	1156.29		1190.388
33.34 11.53%		39.18 13.17%	
50.62 39.4%		42.79 32.35%	
142.83 49.41%		165.11 55.48%	

	1410.23		1411.106
42.54 12.07%		46.614 13.21%	
61.17 39.04%		50.034 31.91%	
173.16 49.12%		197.144 55.88%	

	1535.29		1542.58
45.32 11.81%		50.288 13.04%	
65.79 38.57%		53.864 31.43%	
190.82 49.72%		217.648 56.44%	