

		esmaspäev 13.11.2023 Allergeen		teisipäev 14.11.2023 Allergeen	
Homnikusöök					
	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;11;2
	Leivatoode	1;11;2			
Õhtusöök					
	Köögiviljasupp valgete ubadega		Tatar hakklihaga		
	Leivatoode	1;11;2	Külm jogurtikaste		2
	Pria õun		Mahlajook		
			Leivatoode		1;11;2
			Pria pirn		
Terve päev vanus 1-2(3)					
	Energia kcal	924.32			903.06
	Valgud ,g	31.36 13.57%	34.1 15.1%		
	Rasvad,g	32.49 31.64%	26.71 26.62%		
	Süsivesikud,g	129.13 55.88%	132.63 58.75%		
vanus 3-5					
	Energia kcal	1172.98			1157.61
	Valgud ,g	39.86 13.59%	41.39 14.3%		
	Rasvad,g	39.26 30.12%	33.29 25.88%		
	Süsivesikud,g	167.87 57.25%	174.12 60.17%		
vanus 5-6					
	Energia kcal	1379.49			1414.37
	Valgud ,g	46.24 13.41%	50.62 14.32%		
	Rasvad,g	44.96 29.33%	40 25.45%		
	Süsivesikud,g	200.48 58.13%	214.14 60.56%		
vanus 6-7					
	Energia kcal	1509.83			1551.29
	Valgud ,g	49.62 13.15%	55.26 14.25%		
	Rasvad,g	47.84 28.52%	43.84 25.43%		
	Süsivesikud,g	222.89 59.05%	235.08 60.62%		

		kolmapäev 15.11.2023 Allergeen		neljapäev 16.11.2023 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			
Kartulipuder	2	Kakao - jogurtidessert	2		
Peedisalat		Aedmaasikamoos			
Jõhvikakissell		Leivatoode	1;11;2		
Leivatoode	1;11;2				
Värskekapsasupp kalkunilihaga		Kartuli - hapukoorevorm	2		
Leivatoode	1;11;2	Mahlajook			
Pria õun		Leivatoode	1;11;2		
		Banaan			
	927.03		935.81		
29.91 12.91%		28.74 12.28%			
32.58 31.63%		33.65 32.36%			
130.41 56.27%		131.27 56.11%			
	1206.34		1185.46		
39.14 12.98%		36.07 12.17%			
39.74 29.65%		39.8 30.22%			
175.09 58.06%		172.57 58.23%			
	1409.71		1407.14		
46.78 13.27%		42.07 11.96%			
45.12 28.81%		48.66 31.12%			
206.63 58.63%		202.99 57.7%			
	1537.65		1518.58		
50.34 13.1%		44.7 11.77%			
50.68 29.66%		53.22 31.54%			
222.3 57.83%		218.09 57.45%			

reede
17.11.2023 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;11;2

Kookosesaiake 1;2;3
Kummeli tee
Pria pirn

	946.9	927.424
28.3 11.95%		30.482 13.15%
41.02 38.99%		33.29 32.31%
116.67 49.29%		128.022 55.22%

	1179.44	1180.366
34.01 11.53%		38.094 12.91%
50.76 38.73%		40.57 30.93%
147.37 49.98%		167.404 56.73%

	1403.92	1402.926
41.67 11.87%		45.476 12.97%
59.35 38.05%		47.618 30.55%
176.31 50.23%		200.11 57.06%

	1543.03	1532.076
44.18 11.45%		48.82 12.75%
66.17 38.59%		52.35 30.75%
193.2 50.08%		218.312 57%