

		esmaspäev 14.08.2023		teisipäev 15.08.2023	
		Allergeen		Allergeen	
Homnikusöök					
	Täisterakaerahelbepuder		1,2	Nisuhelbepuder	1,2
	Või		2	Või	2
	Marjasegu			Aedmarjamoos	
	Pria piimatoode		2	Pria piimatoode	2
	Pria kurk			Pria porgand	
Lõuna					
	Bolognesekaste		1	Hernesupp lihata	1
	Keedetud makaronid		1,3	Õuna -rukkivaht	1
	Valge redise salat maitserohelisega			Piim, R2,5%	2
	Seemnesegu		11	Leivatoode	1,2,3,7
	Mustsõstra-jogurtikokteil		2		
	Leivatoode		1,2,3,7		
Õhtusöök					
	Kalkuni - aedviljasupp			Kartulivormiroog	10,2,3
	Leivatoode		1,2,3,7	Maitsevesi	
	Pria pirn			Leivatoode	1,2,3,7
				Banaan	
Terve päev					
vanus 1-2(3)					
Energia kcal		955,8		942	
Valgud ,g	35.49 14.85%			27.24 11.57%	
Rasvad,g	32.65 30.74%			32.96 31.49%	
Süsivesikud,g	132.63 55.51%			138.06 58.62%	
vanus 3-5					
Energia kcal		1174,8		1189,46	
Valgud ,g	44.91 15.29%			33.8 11.37%	
Rasvad,g	35.25 27%			36.91 27.93%	
Süsivesikud,g	172.56 58.75%			185.23 62.29%	
vanus 5-6					
Energia kcal		1403,36		1386,6	
Valgud ,g	52.29 14.9%			39.74 11.46%	
Rasvad,g	45.26 29.03%			41.37 26.85%	
Süsivesikud,g	200.47 57.14%			219.84 63.42%	
vanus 6-7					
Energia kcal		1507,27		1516,53	
Valgud ,g	56.05 14.87%			44.28 11.68%	
Rasvad,g	48.66 29.06%			43.56 25.85%	
Süsivesikud,g	215.16 57.1%			242.87 64.06%	

		kolmapäev 16.08.2023	Allergeen			neljapäev 17.08.2023	Allergeen
Seitsmeviljapuder		1,2,7	Viieviljapuder			1,2	
Või		2	Või			2	
Mustsõstra toormoos			Aedmarjamoos				
Pria piimatoode		2	Pria piimatoode			2	
Pria valge redis			Pria kaalikas				
Valgekalafilee koorekastmes		1,2,4	Värskekapsasupp sealihaga				
Keedetud riis			Mango-riisi puding			2	
Porgandi - porrulaugusalat			Aedmarjamoos				
Mahlakissell			Leivatoode			1,2,3,7	
Leivatoode		1,2,3,7					
Kõrvitsapüreesupp		2,9	Rukkileib kiluvõiga			1,2,4	
Rõstitud sepikukuubikud		1,2	Marja-kasasmuuti			1,2	
Leivatoode		1,2,3,7	Pria pirn				
Pria õun							
		936,23			936,44		
29.39	12.56%		31.99	13.66%			
29.36	28.22%		34.42	33.08%			
140.63	60.08%		125.7	53.69%			
		1179,7			1186,81		
37.6	12.75%		39.61	13.35%			
35.82	27.33%		39.86	30.23%			
179.48	60.86%		168.23	56.7%			
		1389,55			1414,53		
44.55	12.82%		46.36	13.11%			
42.25	27.36%		44.91	28.57%			
211.22	60.8%		207.1	58.56%			
		1524,13			1568,06		
47.99	12.59%		51.38	13.11%			
46.06	27.2%		49.18	28.23%			
233.06	61.17%		230.74	58.86%			

reede
18.08.2023 Allergeen Nädala keskmine

Ahjuomlett 1,2,3
Rukkileib toorjuustuga 1,2
Pria piimatoode 2
Pria kapsas

Magushapu kanakaste
Ahjukartul
Kaalikasalat
Leivatoode 1,2,3,7
Marjakompott

Kookosesaiake 1,2,3
Jahutatud tee apelsiniga
Pria õun

		914,37		936,968
28.94	12.66%		30.61	13.07%
35.87	35.31%		33.052	31.75%
120.96	52.92%		131.596	56.18%

		1154,02		1176,958
37.57	13.02%		38.698	13.15%
45.08	35.16%		38.584	29.5%
151.81	52.62%		171.462	58.27%

		1381,49		1395,106
44.16	12.79%		45.42	13.02%
54.29	35.37%		45.616	29.43%
181.74	52.62%		204.074	58.51%

		1500,15		1523,228
47.2	12.59%		49.38	12.97%
58.32	34.99%		49.156	29.04%
199.57	53.21%		224.28	58.9%