

	esmaspäev 16.01.2023		Allergeen	teisipäev 17.01.2023	
Homnikusöök					
	Täisterakaerahelbepuder	1,2	Nisuhelbepuder		
	Või	2	Või		
	Kirss		Aedmarjamoos		
	Pria piimatoode	2	Pria piimatoode		
	Pria kapsas		Pria porgand		
Lõuna					
	Hakklihakaste veiselihast	1,2	Kanasupp valgete ubadega		
	Keedetud riis		Marja- rukkivaht		
	Peedisalat		Piim, R 2,5%		
	Seemnesegu	11	Leivatoode		
	Kama muhedik	1,2			
	Leivatoode	1,2,7			
Õhtusöök					
	Punasekapsasupp		Tatra - köögiviljasegadik		
	Hapukoor, R 20 %	2	Värske tilliga hapukoorekaste		
	Leivatoode	1,2,7	Mahlajook		
	Pria õun		Leivatoode		
			Apelsin		
Terve päev vanus 1-2(3)					
Energia kcal		904.3			933.92
Valgud ,g	32.08 14.19%		28.25 12.1%		
Rasvad,g	31.15 31%		31.14 30.01%		
Süsivesikud,g	126.32 55.88%		138.43 59.29%		
vanus 3-5					
Energia kcal		1150.08			1169.54
Valgud ,g	40.74 14.17%		34.19 11.69%		
Rasvad,g	37.03 28.98%		36.46 28.06%		
Süsivesikud,g	166.22 57.81%		180.14 61.61%		
vanus 5-6					
Energia kcal		1386.91			1414.06
Valgud ,g	48.22 13.91%		40.9 11.57%		
Rasvad,g	42.44 27.54%		44.38 28.25%		
Süsivesikud,g	205.9 59.38%		217.96 61.66%		
vanus 6-7					
Energia kcal		1516.06			1551.07
Valgud ,g	51.71 13.64%		44.55 11.49%		
Rasvad,g	45.11 26.78%		48.1 27.91%		
Süsivesikud,g	228.31 60.24%		240.4 62%		

Allergeen	kolmapäev		neljapäev	
	18.01.2023	Allergeen	19.01.2023	Allergeen
1,2	Maisimannapuder	2	Munapuder	1,2,3
2	Või	2	Võisepik värsked kurgiga	1,2
	Maasika toormoos		Pria piimatoode	2
2	Pria piimatoode	2	Pria valge redis	
	Pria kaalikas			
	Hautatud sealihatükid praeleemekastmes		Kalaseljanka	4
1	Kartulipuder	2	Hapukoor, R 20 %	2
2	Porgandi - lillkapsasalat		Kuldne kõrvitsakreem	2
1,2,7	Punasesõstramorss		Leivatoode	1,2,7
	Leivatoode	1,2,7		
	Kana - klimbisupp	1,2,3	Kartuliroog hakklihaga	
10,2	Leivatoode	1,2,7	Külm jogurtikaste	2
	Pria õun		Mahlajook	
1,2,7			Leivatoode	1,2,7
			Pria pirn	
		906.99		913.54
	31.33 13.82%		33.35 14.6%	
	35.69 35.41%		36.98 36.43%	
	117.19 51.68%		112.27 49.16%	
		1162.05		1170.13
	40.04 13.78%		42.14 14.41%	
	43.75 33.88%		45.82 35.24%	
	154.45 53.16%		147.34 50.37%	
		1397.61		1392.19
	48.2 13.79%		49.39 14.19%	
	52.23 33.63%		52.13 33.7%	
	186.42 53.35%		181.3 52.09%	
		1501.59		1525.08
	51.63 13.75%		53.36 14%	
	56.83 34.06%		56.07 33.09%	
	198.98 53.01%		201.89 52.95%	

reede
20.01.2023 Allergeen Nädala keskmine

Seitsmeviljapuder 1,2,7
Või 2
Aedmarjamoos
Pria piimatoode 2
Pria lillkapsas

Tomatine kanapasta 1,2
Valge redise - hapukooresalat 2
Maasikakompott
Leivatoode 1,2,7

Banaanileib 1,2,3
Ingveritee sidruniga
Pria õun

	923.68	916.486
27.34 11.84%		30.47 13.3%
32.52 31.69%		33.496 32.89%
131.29 56.86%		125.1 54.6%

	1162.45	1162.85
33.54 11.54%		38.13 13.12%
40.4 31.28%		40.692 31.49%
167.18 57.53%		163.066 56.09%

	1379.45	1394.044
40.32 11.69%		45.406 13.03%
46.83 30.55%		47.602 30.73%
200.44 58.12%		198.404 56.93%

	1524.95	1523.75
42.4 11.12%		48.73 12.79%
56.25 33.2%		52.472 30.99%
213.24 55.93%		216.564 56.85%