

	esmaspäev 18.03.2024 Allergeen		teisipäev 19.03.2024 Allergeen	
Homnikusöök				
	Viieviljapuder	1;2	Nisuhelbepuder	1;2
	Või	2	Või	2
	Maasikas		Jõhvikapüree	
	Pria piimatoode	2	Pria piimatoode	2
	Pria kurk		Pria porgand	
Lõuna				
	Bolognese kaste		Kana - riisisupp	
	Keedetud kartulid		Kohupiimavaht	2
	Porgandisalat hernestega		Marjakissell	
	Seemnesegu	11	Leivatoode	1;11;2
	Kirsi-banaani jogurtikokteil	2		
	Leivatoode	1;11;2		
Õhtusöök				
	Kõrvitsapüreesupp	2;9	Tatra - köögiviljasegadik	
	Rõstitud sepikukuubikud	1;2	Külm jogurtikaste	2
	Leivatoode	1;11;2	Mahlajook	
	Pria pirn		Leivatoode	1;11;2
			Pria õun	
Terve päev vanus 1-2(3)				
Energia kcal		903.74		943.72
Valgud ,g	32.03 14.18%		30.51 12.93%	
Rasvad,g	31.68 31.55%		31.54 30.08%	
Süsivesikud,g	123.83 54.81%		137.19 58.15%	
vanus 3-5				
Energia kcal		1171.8		1201.13
Valgud ,g	41.97 14.33%		38.36 12.77%	
Rasvad,g	37.86 29.08%		37.64 28.2%	
Süsivesikud,g	166.32 56.77%		180.08 59.97%	
vanus 5-6				
Energia kcal		1408.56		1397.49
Valgud ,g	48.01 13.63%		44.6 12.77%	
Rasvad,g	47.39 30.28%		44.87 28.9%	
Süsivesikud,g	197.98 56.22%		208.1 59.56%	
vanus 6-7				
Energia kcal		1543.21		1529.1
Valgud ,g	51.35 13.31%		47.96 12.55%	
Rasvad,g	51.12 29.81%		48.84 28.75%	
Süsivesikud,g	219.87 56.99%		229.04 59.91%	

kolmapäev  
20.03.2024 Allergeen

neljapäev  
21.03.2024 Allergeen

Kiirkaerahelbepuder	1;2	Ahjuomlett	1;2;3
Või	2	Rukkivõileib värske kurgiga	1;2
Aedmarjamoos		Pria piimatoode	2
Pria piimatoode	2	Pria kaalikas	
Pria valge redis			

Lõhepasta	1;2;4	Frikadellisupp	1;3
Kapsasalat paprikaga		Maasika-jogurtidessert	2
Mustsõstrakissell		Leivatoode	1;11;2
Leivatoode	1;11;2		

Rassolnik sealihaga	1	Kana-kartuliroog	2;3
Hapukoor, R 20 %	2	Mahlajook	
Leivatoode	1;11;2	Leivatoode	1;11;2
Pria pirn		Banaan	

917.69

34.1 14.86%  
26.99 26.47%  
133.9 58.36%

942.08

40.56 17.22%  
39.31 37.55%  
105.99 45%

1171.15

41.52 14.18%  
37.16 28.56%  
166.32 56.81%

1206.29

49.74 16.49%  
48.85 36.45%  
140.64 46.64%

1400.28

50.79 14.51%  
42.69 27.44%  
201.53 57.57%

1413.88

59.03 16.7%  
56 35.65%  
167.04 47.26%

1570.08

57.46 14.64%  
46.03 26.39%  
229.14 58.38%

1557.5

65.44 16.81%  
60.32 34.86%  
186.86 47.99%

reede  
22.03.2024 Allergeen Nädala keskmine

Riisipuder 2  
Või 2  
Aedmarjamoos  
Pria piimatoode 2  
Pria salatilehed

Sealihakaste ürtidega 1;2  
Keedetud tatar  
Peedisalat jogurtiga 2  
Rabarberikompott  
Leivatoode 1;11;2

Ahjupirukas köögivilja-juustukattega 1;2;3  
Ingveritee sidruniga  
Pria õun

	911.69	923.784
28.28 12.41%		33.096 14.33%
34.43 33.99%		32.79 31.95%
124.98 54.83%		125.178 54.2%

	1178.72	1185.818
37.75 12.81%		41.868 14.12%
43.88 33.5%		41.078 31.18%
161.87 54.93%		163.046 55%

	1401.36	1404.314
44.44 12.68%		49.374 14.06%
49.17 31.58%		48.024 30.78%
199.34 56.9%		194.798 55.49%

	1501.16	1540.21
46.57 12.41%		53.756 13.96%
55.42 33.23%		52.346 30.59%
208.43 55.54%		214.668 55.75%