

		esmaspäev 21.08.2023 Allergeen		teisipäev 22.08.2023	
<b>Homnikusöök</b>					
	Rukkihelbepuder		1,2	Hirsipuder	
	Või		2	Või	
	Maasikas			Aedmarjamoos	
	Pria piimatoode		2	Pria piimatoode	
	Pria porgand			Pria kapsas	
<b>Lõuna</b>					
	Sealihaguljašš		1,2	Porgandipüreesupp	
	Keedetud tatar			Seemnesegu	
	Valge redise - hapukooresalat		2	Leivasupp õuntega	
	Marja- jogurtikokteil		2	Hapukoor, R 20 %	
	Leivatoode		1,2,3,7	Leivatoode	
<b>Õhtusöök</b>					
	Köögiviljasupp kanalihaga			Küpsetatud kartulid tomati ja juustuga	
	Leivatoode		1,2,3,7	Mahlajook	
	Pria õun			Leivatoode	
				Pria pirn	
<b>Terve päev</b>					
vanus 1-2(3)					
Energia kcal		917,93		925,95	
Valgud ,g	30.63 13.35%			27.02 11.67%	
Rasvad,g	36.2 35.49%			32.41 31.5%	
Süsivesikud,g	119.87 52.23%			134.25 57.99%	
vanus 3-5					
Energia kcal		1183,5		1172,4	
Valgud ,g	39.67 13.41%			34.08 11.63%	
Rasvad,g	43.48 33.06%			38.53 29.58%	
Süsivesikud,g	161.34 54.53%			175.04 59.72%	
vanus 5-6					
Energia kcal		1369,51		1374,48	
Valgud ,g	45.76 13.37%			40.33 11.74%	
Rasvad,g	49.83 32.75%			43.45 28.45%	
Süsivesikud,g	188.37 55.02%			208.94 60.81%	
vanus 6-7					
Energia kcal		1519		1514,23	
Valgud ,g	50.1 13.19%			45.38 11.99%	
Rasvad,g	54.32 32.18%			47.48 28.22%	
Süsivesikud,g	211.26 55.63%			229.96 60.75%	

Allergeen		kolmapäev 23.08.2023	Allergeen	neljapäev 24.08.2023	Allergeen
2	Odrahelbepuder		1,2	Neljaviiljapuder	1,2
2	Või		2	Või	2
	Marja toormoos			Aedmarjamoos	
2	Pria piimatoode		2	Pria piimatoode	2
	Pria paprika			Pria tomat	
2	Suvikõrvitsa ja oa hautis hakklihaga		9	Lõhe - kartulisupp	4
11	Keedetud kartulid			Kohupiimavorm	1,2,3
1	Porgandisalat			Maasikakissell	
2	Mustsõstrakissell			Leivatoode	1,2,3,7
1,2,3,7	Leivatoode		1,2,3,7		
2	Peedisupp			Tatrarooq köögiviljadega	
	Hapukoor, R 20 %		2	Külm jogurtikaste	2
1,2,3,7	Leivatoode		1,2,3,7	Mahlajook	
	Pria õun			Leivatoode	1,2,3,7
				Arbuus	
		925,9		928,06	
	22.84 9.87%			29.04 12.52%	
	31.55 30.67%			33.15 32.15%	
	141.03 60.93%			129.6 55.86%	
		1163,86		1186,02	
	29.42 10.11%			37.24 12.56%	
	36.98 28.6%			39.85 30.24%	
	182.45 62.71%			170.6 57.54%	
		1371,77		1394,3	
	34.95 10.19%			43.25 12.41%	
	42.48 27.87%			46.02 29.71%	
	217.21 63.34%			203.45 58.37%	
		1514,17		1549,05	
	37.39 9.88%			47.67 12.31%	
	49.58 29.47%			49.18 28.57%	
	234.34 61.91%			230.5 59.52%	

reede  
25.08.2023 Allergeen Nädala keskmine

Piima - viieviljahelbesupp 1,2  
Või 2  
Rukkileib lõhevõidega 1,2,4  
Pria kaalikas

Pasta kanalihaga 1,3  
Tomatikaste  
Kapsasalat paprikaga  
Marjamorss  
Leivatoode 1,2,3,7

Ahjupirukas hakkliha-juustukattega 1,2,3  
Pria piimatoode 2  
Pria pirn

	942,9	928,148
35.79 15.18%		29.064 12.53%
35.68 34.06%		33.798 32.77%
118.37 50.22%		128.624 55.43%

	1172,08	1175,572
43.68 14.91%		36.818 12.53%
45.26 34.75%		40.82 31.25%
145.84 49.77%		167.054 56.84%

	1368,26	1375,664
51.5 15.06%		43.158 12.55%
51.44 33.84%		46.644 30.52%
172.73 50.5%		198.14 57.61%

	1515,98	1522,486
55.16 14.55%		47.14 12.39%
60.13 35.7%		52.138 30.82%
186.63 49.24%		218.538 57.42%