

		esmaspäev 23.01.2023 Allergeen		teisipäev 24.01.2023 Allergeen	
Hommikusöök					
	Kiirkaerahelbepuder	1,2	Riisipuder	2	
	Või	2	Või	2	
	Marjasegu		Aedmarjamoos		
	Pria piimatoode	2	Pria piimatoode	2	
	Pria punane kapsas		Pria porgand		
Lõuna					
	Kalkunikaste ürtidega	1,2	Borš kanaga		
	Keedetud tatar		Hapukoor, R 20 %	2	
	Porgandisalat hernestega		Kohupiimavorm	1,2,3	
	Maasika-keefirikokteil	2	Marjakissell		
	Leivatoode	1,2,7	Leivatoode	1,2,7	
Õhtusöök					
	Köögiviljasupp sealihaga		Makaroniroog juustuga	1,2,3	
	Leivatoode	1,2,7	Maitsevesi		
	Pria pirn		Leivatoode	1,2,7	
			Pria õun		
Terve päev vanus 1-2(3)					
Energia kcal		930.42		956.95	
Valgud ,g	34.53 14.84%		31.38 13.12%		
Rasvad,g	31.66 30.62%		31.69 29.8%		
Süsivesikud,g	126.64 54.44%		136.68 57.13%		
vanus 3-5					
Energia kcal		1177.39		1158.91	
Valgud ,g	43.7 14.85%		37.77 13.04%		
Rasvad,g	38.53 29.45%		36.79 28.57%		
Süsivesikud,g	163.42 55.52%		169.22 58.41%		
vanus 5-6					
Energia kcal		1403.32		1408.55	
Valgud ,g	51.06 14.55%		45.25 12.85%		
Rasvad,g	48.87 31.34%		44.58 28.48%		
Süsivesikud,g	189.21 53.93%		206.77 58.72%		
vanus 6-7					
Energia kcal		1517.51		1563.68	
Valgud ,g	55.17 14.54%		50.41 12.9%		
Rasvad,g	52.7 31.26%		48.85 28.12%		
Süsivesikud,g	205.21 54.09%		230.32 58.92%		

kolmapäev 25.01.2023 Allergeen			neljapäev 26.01.2023 Allergeen		
Viieviljapuder	1,2		Neljaviiljapuder	1,2	
Või	2		Või	2	
Jõhvikapüree			Aedmaasikamoos		
Pria piimatoode	2		Pria piimatoode	2	
Pria valge redis			Pria kaalikas		
Lõhe-koorekaste	1,2,4		Veisehakklihasupp läätsedega		
Keedetud kartulid			Jogurtitarretis mangotükkidega	2	
Hapukapsasalat			Leivatoode	1,2,7	
Mustsõstrakissell					
Leivatoode	1,2,7				
Juurviljapüreesupp	2		Kartulipuder kanalihaga	2	
Rõstitud sepikukuubikud	1,2		Külm hapukoorekaste	2	
Leivatoode	1,2,7		Mahlajook		
Pria pirn			Leivatoode	1,2,7	
			Banaan		
908.17			907.78		
26.83	11.82%		34.62	15.25%	
28.98	28.72%		31.64	31.37%	
135.8	59.81%		121.87	53.7%	
1173.8			1164.88		
35.06	11.95%		43.16	14.82%	
35.63	27.32%		38.27	29.57%	
178.85	60.95%		162.36	55.75%	
1378.26			1394.01		
41.12	11.93%		52.26	15%	
41.98	27.41%		44.65	28.83%	
209.64	60.84%		196.61	56.42%	
1523.94			1539.82		
43.78	11.49%		58.11	15.1%	
49.72	29.36%		47.22	27.6%	
226.04	59.33%		221.03	57.42%	

reede
27.01.2023 Allergeen Nädala keskmine

Piima - rukkihelbesupp 1,2
Või 2
Võisepik juustuga 1,2
Pria kurk

Sealihapilaff
Valge redise salat maitserohelisega
Seemnesegu 11
Õuna - kaneeli kompott
Leivatoode 1,2,7

Šokolaadikook 1,2,3
Pria piimatoode 2
Pria õun

	927.23	926.11
28.33 12.22%		31.138 13.45%
37.98 36.86%		32.39 31.48%
118.61 51.17%		127.92 55.25%

	1170.66	1169.128
36.03 12.31%		39.144 13.39%
46.42 35.69%		39.128 30.12%
152.87 52.23%		165.344 56.57%

	1365.41	1389.91
42.14 12.35%		46.366 13.34%
52.42 34.55%		46.5 30.11%
181.95 53.3%		196.836 56.65%

	1533.19	1535.628
45.42 11.85%		50.578 13.17%
64.41 37.81%		52.58 30.82%
193.42 50.46%		215.204 56.06%