

	esmaspäev 24.07.2023 Allergeen		teisipäev 25.07.2023 Allergeen	
<b>Homnikusöök</b>				
	Neljaviiljapuder	1,2	Rukkihelbepuder	1,2
	Või	2	Või	2
	Maasikas		Aedmarjamoos	
	Pria piimatoode	2	Pria piimatoode	2
	Pria kurk		Pria porgand	
<b>Lõuna</b>				
	Karrine kanakaste	1,2	Frikadellisupp	1,3
	Keedetud riis		Frikadellide segu	1,3
	Kapsa-porgandi salat		Sepiku - õunavorm	1,2,3
	Seemnesegu	11	Piim, R 2,5%	2
	Kirsi-jogurtikokteil	2	Leivatoode	1;2
	Leivatoode	1;2		
<b>Õhtusöök</b>				
	Brokolipüreesupp	2	Ühepajatoit sealihaga	
	Röstitud sepikukuubikud	1,2	Mahlajook	
	Leivatoode	1;2	Leivatoode	1;2
	Pria õun		Pria pirn	
<b>Terve päev</b>				
vanus 1-2(3)				
Energia kcal		920.4		936.44
Valgud ,g	32.38 14.07%		31.24 13.34%	
Rasvad,g	28.51 27.88%		35.72 34.33%	
Süsivesikud,g	135.41 58.85%		123.55 52.77%	
vanus 3-5				
Energia kcal		1165.77		1182.77
Valgud ,g	40.85 14.02%		39.16 13.24%	
Rasvad,g	35.06 27.07%		41.51 31.59%	
Süsivesikud,g	173.81 59.64%		163.9 55.43%	
vanus 5-6				
Energia kcal		1373.34		1385.15
Valgud ,g	47.48 13.83%		46.41 13.4%	
Rasvad,g	41.15 26.97%		48.1 31.25%	
Süsivesikud,g	205.79 59.94%		193.22 55.8%	
vanus 6-7				
Energia kcal		1506.44		1536.76
Valgud ,g	51.42 13.65%		50.7 13.2%	
Rasvad,g	46.65 27.87%		55.49 32.5%	
Süsivesikud,g	223.29 59.29%		210.35 54.75%	

kolmapäev 26.07.2023 Allergeen		neljapäev 27.07.2023 Allergeen		reede 28.07.2023	
Maisimannapuder	2	Viieviljapuder	1,2	Ahjuomlett	
Või	2	Või	2	Võisepik singiga	
Marja toormoos		Aedmarjamoos		Pria piimatoode	
Pria piimatoode	2	Pria piimatoode	2	Pria lillkapsas	
Pria kapsas		Pria kaalikas			
Makaronid kalkunilihaga	1	Kala - kartulisupp	4	Sealihakaste ürtidega	
Tomatikaste		Kohupiimakreem	2	Keedetud kartulid	
Kaalikasalat		Rabarberikissell		Peedi - kurgi salat	
Jõhvikamorss		Leivatoode	1;2	Mahlakissell	
Leivatoode	1;2			Leivatoode	
Punane lihasalat	10,2,3	Ahjuõunasmuuti	2	Pirniaia kook	
Maitsevesi		Võisepik värsket tomatiga	1,2	Jahutatud tee apelsiniga	
Leivatoode	1;2	Pria pirn		Pria õun	
Arbuus					
	906.77		908.23	913.29	
31.59	13.94%	30.37	13.38%	28.35	12.42%
30.73	30.5%	31.28	31%	32.2	31.73%
126.65	55.87%	125.73	55.37%	127.89	56.01%
	1173.51		1150.7	1195.23	
38.92	13.27%	37.28	12.96%	37.27	12.47%
40.26	30.88%	39.91	31.21%	42	31.63%
164.14	55.95%	159.55	55.46%	167.21	55.96%
	1370.87		1392.45	1367.59	
46.31	13.51%	43.89	12.61%	41.56	12.16%
47.15	30.95%	48.65	31.44%	48.28	31.77%
190.98	55.73%	193.27	55.52%	192.19	56.21%
	1505.89		1497.91	1503.11	
51	13.55%	46.03	12.29%	46.29	12.32%
51.78	30.95%	51.11	30.71%	53.45	32%
209.53	55.66%	212.18	56.66%	209.62	55.78%

Allergeen Nädala keskmine

1,2,3

1,2,7

2

1,2

1;2

1;2;3

917.026

30.786 13.43%

31.688 31.1%

127.846 55.77%

1173.596

38.696 13.19%

39.748 30.48%

165.722 56.48%

1377.88

45.13 13.1%

46.666 30.48%

195.09 56.63%

1510.022

49.088 13%

51.696 30.81%

212.994 56.42%