

	esmaspäev 27.11.2023		Allergeen	teisipäev 28.11.2023		Allergeen
Homnikusöök						
	Nisuhelbepuder		1;2	Maisimannapuder		2
	Või		2	Või		2
	Mustsõstar			Aedmaasikamoos		
	Pria piimatoode		2	Pria piimatoode		2
	Pria kurk			Pria porgand		
Lõuna						
	Sealihaguljašš		1;2	Kana - nuudlisupp kartulitega		1
	Keedetud tatar			Kõrvitsa - õunakreem riivleivaga		1;2
	Peedi - küüslaugusalat			Leivatoode		1;11;2
	Marja-keefirikokteil		2			
	Leivatoode		1;11;2			
Õhtusöök						
	Juurviljapüreesupp		2	Köögiviljaraguu		
	Rõstitud sepikukuubikud		1;2	Mahlajook		
	Leivatoode		1;11;2	Leivatoode		1;11;2
	Pria õun			Pria pirn		
Terve päev						
vanus 1-2(3)						
Energia kcal			944.75			912.23
Valgud ,g	31.28	13.24%		25.24	11.07%	
Rasvad,g	31.66	30.16%		34.21	33.75%	
Süsivesikud,g	135.57	57.4%		128.15	56.19%	
vanus 3-5						
Energia kcal			1196.43			1169.72
Valgud ,g	39.63	13.25%		31.7	10.84%	
Rasvad,g	38.31	28.82%		43.32	33.33%	
Süsivesikud,g	175.85	58.79%		165.35	56.54%	
vanus 5-6						
Energia kcal			1383.58			1389.86
Valgud ,g	45.29	13.09%		37.42	10.77%	
Rasvad,g	44.32	28.83%		49.52	32.07%	
Süsivesikud,g	204.33	59.07%		201.18	57.9%	
vanus 6-7						
Energia kcal			1519.02			1529.32
Valgud ,g	48.64	12.81%		40.83	10.68%	
Rasvad,g	48.18	28.55%		52.71	31.02%	
Süsivesikud,g	225.81	59.46%		225.34	58.94%	

	kolmapäev 29.11.2023 Allergeen		neljapäev 30.11.2023 Allergeen	
Täisterakaerahelbepuder	1;2	Seitsmeviljapuder	1;2;7	
Või	2	Või	2	
Jõhvikapüree		Õunapüree		
Pria piimatoode	2	Pria piimatoode	2	
Pria kaalikas		Pria kapsas		
Kala pikkpoiss	1;11;2;3;4	Frikadellisupp	1;3	
Valge kaste maitserohelisega	1;2	Maasikakreem riisiga	2	
Keedetud kartulid		Leivatoode	1;11;2	
Valge redise salat maitserohelisega				
Seemnesegu	11			
Rabarberikissell				
Leivatoode	1;11;2			
Kalkuni - aedviljasupp		Köögivilja - tatarroog sealihaga		
Leivatoode	1;11;2	Mahlajook		
Pria õun		Leivatoode	1;11;2	
		Banaan		
	914.65		945.43	
31.25 13.67%		34.12 14.44%		
33.92 33.38%		31.12 29.62%		
124.28 54.35%		132.47 56.05%		
	1164.93		1185.12	
39.46 13.55%		41.84 14.12%		
40.31 31.14%		36.98 28.08%		
164.76 56.57%		171.02 57.72%		
	1376.69		1405.57	
47.22 13.72%		51.31 14.6%		
46.67 30.51%		42.3 27.09%		
196.18 57%		204.93 58.32%		
	1537.41		1558.41	
52.89 13.76%		56.75 14.57%		
52.44 30.7%		45.18 26.09%		
217.86 56.68%		230.92 59.27%		

reede
01.12.2023 Allergeen Nädala keskmine

Ahjuomlett 1;2;3
Võisepik värsked kurgid 1;2
Pria piimatoode 2
Pria valge redis

Kana pajaroog aedviljadega
Keedetud riis
Kõrvitsasalat jõhvikatega
Kirsikompott
Leivatoode 1;11;2

Kaneelirull 1;2;3
Hibiskuse tee
Pria pirn

	926.79		928.77
27.47	11.86%	29.872	12.87%
34.64	33.64%	33.11	32.08%
127.35	54.96%	129.564	55.8%

	1174.35		1178.11
34.05	11.6%	37.336	12.68%
44.08	33.78%	40.6	31.02%
161.85	55.13%	167.766	56.96%

	1382.08		1387.556
40.2	11.63%	44.288	12.77%
53.31	34.72%	47.224	30.63%
187.1	54.15%	198.744	57.29%

	1527.36		1534.304
44.28	11.6%	48.678	12.69%
59.3	34.94%	51.562	30.25%
205.89	53.92%	221.164	57.66%