

	esmaspäev		teisipäev	
	29.08.2022	Allergeen	30.08.2022	Allergeen
Homnikusöök				
	Täisterakaerahelbepuder	1,2	Maisimannapuder	2
	Või	2	Või	2
	Kirss		Aedmarjamoos	
	Pria piimatoode	2	Pria piimatoode	2
	Pria kurk		Pria kapsas	
Lõuna				
	Kodune sealihakaste	1,2	Kanasupp	
	Keedetud makaronid	1,3	Karamellpuding	2
	Jääkapsasalat tilliga		Jõhvikapüree	
	Puuvilja - jogurtikokteil	2	Leivatoode	1,2,3,7
	Leivatoode	1,2,3,7		
Õhtusöök				
	Juurviljapüreesupp	2	Kartuliroog hakklihaga	
	Röstitud sepikukuubikud	1,2	Külm hapukoorekaste	2
	Leivatoode	1,2,3,7	Maitsevesi	
	Pria õun		Leivatoode	1,2,3,7
			Apelsin	
Terve päev vanus 1-2(3)				
Energia kcal		921.09		932.37
Valgud ,g	30.75 13.35%		26.85 11.52%	
Rasvad,g	34.05 33.27%		29.25 28.23%	
Süsivesikud,g	124.46 54.05%		142.41 61.1%	
vanus 3-5				
Energia kcal		1197.06		1174.44
Valgud ,g	39.96 13.35%		33.24 11.32%	
Rasvad,g	41.76 31.4%		35.11 26.91%	
Süsivesikud,g	166.94 55.78%		183.48 62.49%	
vanus 5-6				
Energia kcal		1388.07		1401.28
Valgud ,g	45.78 13.19%		39.12 11.17%	
Rasvad,g	48.46 31.42%		42.01 26.98%	
Süsivesikud,g	194.6 56.08%		219.54 62.67%	
vanus 6-7				
Energia kcal		1502.07		1525.38
Valgud ,g	48.44 12.9%		43.06 11.29%	
Rasvad,g	52.3 31.34%		44.9 26.49%	
Süsivesikud,g	212 56.46%		240.11 62.96%	

kolmapäev 31.08.2022 Allergeen		neljapäev 01.09.2022 Allergeen	
Omlett aedviljadega	2,3	Viieviljapuder	1,2
Võisepik värsked kurgid	1,2	Või	2
Pria piimatoode	2	Mustsõstra toormoos	
Pria kaalikas		Pria piimatoode	2
		Pria porgand	
Saidafilee koorekastmes	1,2,4	Kartuli - frikadellisupp	1,3
Keedetud kartulid		Kama- kohupiimakreem marjadega	1,2
Peedisalat jogurtiga	2	Leivatoode	1,2,3,7
Seemnesegu	11		
Marjakissell			
Leivatoode	1,2,3,7		
Kana-lillkapsasupp		Pasta köögiviljadega	1
Leivatoode	1,2,3,7	Külm jogurtikaste	2
Pria pirn		Mahlajook	
		Leivatoode	1,2,3,7
		Pria ploom	
	909.64		927.43
37.79	16.62%	31.85	13.74%
35.62	35.24%	26.79	26%
111.78	49.15%	138.81	59.87%
	1201.63		1165.9
49.29	16.41%	39.51	13.56%
44.12	33.05%	31.54	24.35%
153.83	51.21%	179.63	61.63%
	1418.64		1393.78
58.47	16.49%	47.34	13.59%
53.62	34.02%	37.34	24.11%
178.32	50.28%	215.46	61.83%
	1578.19		1501.34
63.51	16.1%	50.31	13.4%
59.41	33.88%	39.91	23.92%
200.29	50.76%	233.54	62.22%

reede
02.09.2022 Allergeen Nädala keskmine

Nisuhelbepuder	1,2
Või	2
Aedmarjamoos	
Pria piimatoode	2
Pria valge redis	
Kanarisoto	
Külm hapukoorekaste	2
Porgandi ja kaalikasalat	
Punasesõstramorss	
Leivatoode	1,2,3,7
Pirniaia kook	1,2,3
Piparmündi tee	
Pria õun	

	916.31		921.368
25.97	11.34%	30.642	13.3%
32	31.43%	31.542	30.81%
133.87	58.44%	130.266	56.55%

	1185.83		1184.972
33.31	11.24%	39.062	13.19%
39.57	30.03%	38.42	29.18%
177.34	59.82%	172.244	58.14%

	1393.24		1399.002
39.49	11.34%	46.04	13.16%
44.35	28.65%	45.156	29.05%
212.95	61.14%	204.174	58.38%

	1506.93		1522.782
40.63	10.78%	49.19	12.92%
53.04	31.68%	49.912	29.5%
220.62	58.56%	221.312	58.13%