

esmaspäev  
16.05.2022 Allergeen

Hommikusöök

Maisimannapuder	2
Või	2
Maasikas	
Pria piimatoode	2
Pria kaalikas	

Lõuna

Koorene kanakaste	1,2
Keedetud kurkumiriis	
Valge redise-värskekapsa-porgandisalat	
Kirsi-jogurtikokteil	2
Leivatoode	1,2,3,7

Õhtusöök

Peedisupp	
Hapukoor, R 20 %	2
Leivatoode	1,2,3,7
Kiivi	

Terve päev  
vanus 1-2(3)

Energia kcal		918.27
Valgud ,g	29.12	12.68%
Rasvad,g	29.75	29.16%
Süsivesikud,g	133.99	58.37%

vanus 3-5

Energia kcal		1208.55
Valgud ,g	38.29	12.67%
Rasvad,g	37.99	28.29%
Süsivesikud,g	178.74	59.16%

vanus 5-6

Energia kcal		1413.57
Valgud ,g	44.34	12.55%
Rasvad,g	43.49	27.69%
Süsivesikud,g	211.66	59.89%

vanus 6-7

Energia kcal		1521.07
Valgud ,g	46.84	12.32%
Rasvad,g	46.66	27.61%
Süsivesikud,g	228.9	60.19%

	teisipäev 17.05.2022		kolmapäev 18.05.2022	
	Allergeen		Allergeen	
Hirsipuder	2		Täisterakaerahelbepuder	1,2
Või	2		Või	2
Aedmarjamoos			Mustsõstra toormoos	
Pria piimatoode	2		Pria piimatoode	2
Pria porgand			Pria valge redis	
Minestroone kalkunilihaga	1,9		Valgekalafilee koorekastmes	1,2,4
Kakao - hapukooremagustoit	2		Kartuli - bataadipüree	2
Marja toormoos			Peedi - kurgi salat	
Leivatoode	1,2,3,7		Õunakompott	
			Seemnesegu	11
			Leivatoode	1,2,3,7
Küpsetatud kartulid tomati ja juustuga	2		Värskekapsasupp sealihaga	
Maitsevesi			Leivatoode	1,2,3,7
Leivatoode	1,2,3,7		Pria pirn	
Pria õun				
		913.21		912.94
31.78	13.92%		36.29	15.9%
30.74	30.3%		33.8	33.32%
128.5	56.28%		119.42	52.32%
		1172.78		1181.61
39.57	13.5%		46.17	15.63%
37.96	29.13%		42.27	32.2%
169.03	57.65%		158.49	53.65%
		1395.14		1417.25
46.94	13.46%		55.65	15.71%
45.25	29.19%		50.44	32.03%
201.49	57.77%		190.16	53.67%
		1566.17		1565.99
52.81	13.49%		61.26	15.65%
49.68	28.55%		54.96	31.59%
228.32	58.31%		211.32	53.98%

		neljapäev		reede		Nädala keskmine	
		19.05.2022	Allergeen	20.05.2022	Allergeen		
Neljaviiljapuder		1,2	Piima- odrahelbesupp	1,2			
Või		2	Või	2			
Õunapüree			Rukkivõileib sulatatud juustuga	1,2			
Pria piimatoode		2	Pria punane kapsas				
Pria kurk							
Itaaliapärase frikadellisupp		1,2,3	Vokiroog sealihaga				
Vanilje panna cotta		2	Keedetud spagetid	1			
Marjakaste			Kaalikasalat jõhvikatega				
Leivatoode		1,2,3,7	Marjakissell				
			Leivatoode	1,2,3,7			
Kuskuss kana ja köögiviljadega		1	Dallasesai	1,2,3			
Külm jogurtikaste		2	Pria piimatoode	2			
Hibiskuse tee			Pria õun				
Leivatoode		1,2,3,7					
Banaan							
		955.03		905.82		921.054	
34.09	14.28%		25.68	11.34%		31.392	13.63%
35.03	33.01%		33.08	32.87%		32.48	31.74%
127.14	53.25%		128.68	56.82%		127.546	55.39%
		1183.32		1187.4		1186.732	
41.1	13.89%		33.47	11.28%		39.72	13.39%
42.44	32.28%		43.97	33.33%		40.926	31.04%
160.71	54.33%		167.06	56.28%		166.806	56.22%
		1403.64		1385.23		1402.966	
49.2	14.02%		38.52	11.12%		46.93	13.38%
50.93	32.66%		52.89	34.36%		48.6	31.18%
189.32	53.95%		191.99	55.44%		196.924	56.15%
		1578.19		1510.69		1548.422	
55.32	14.02%		41.67	11.03%		51.58	13.32%
55.32	31.55%		57.4	34.2%		52.804	30.69%
216.65	54.91%		210.23	55.66%		219.084	56.6%