

			esmaspäev		teisipäev	
			25.07.2022	Allergeen	26.07.2022	Allergeen
Hommikusöök						
	Neljaviljapuder		1,2	Rukkihelbepuder	1,2	
	Või		2	Või	2	
	Maasikas			Aedmarjamoos		
	Pria piimatoode		2	Pria piimatoode	2	
	Pria kurk			Pria porgand		
Lõuna						
	Karrine kanakaste		1,2	Frikadellisupp	1,3	
	Keedetud riis			Sepiku - õunavorm	1,3	
	Kapsa-porgandi salat			Piim, R2,5%	1,2,3	
	Seemnesegu		11	Leivatoode	2	
	Kirsi-jogurtikokteil		2		1,2,3,7	
	Leivatoode		1,2,3,7			
Õhtusöök						
	Brokolipüreesupp		2	Ühepajatoit sealihaga		
	Rõstitud sepikukuubikud		1,2	Mahlajook		
	Leivatoode		1,2,3,7	Leivatoode	1,2,3,7	
	Pria õun			Pria pirn		
Terve päev						
vanus 1-2(3)						
Energia kcal			921.94		925.137	
Valgud ,g	32.42	14.07%		31.102	13.45%	
Rasvad,g	28.59	27.91%		35.126	34.17%	
Süsivesikud,g	135.84	58.94%		122.377	52.91%	
vanus 3-5						
Energia kcal			1168.06		1170.566	
Valgud ,g	40.91	14.01%		39.03	13.34%	
Rasvad,g	35.16	27.09%		40.875	31.43%	
Süsivesikud,g	174.47	59.75%		162.832	55.64%	
vanus 5-6						
Energia kcal			1376.38		1368.18	
Valgud ,g	47.58	13.83%		46.192	13.5%	
Rasvad,g	41.29	27%		47.231	31.07%	
Süsivesikud,g	206.66	60.06%		191.606	56.02%	
vanus 6-7						
Energia kcal			1510.22		1515.358	
Valgud ,g	51.53	13.65%		50.399	13.3%	
Rasvad,g	46.84	27.91%		54.392	32.3%	
Süsivesikud,g	224.37	59.43%		208.29	54.98%	

kolmapäev 27.07.2022		Allergeen	neljapäev 28.07.2022		Allergeen	reede 29.07.2022	
Maisimannapuder	2	Viieviljapuder	1,2	Piima-riisipuder			
Või	2	Või	2	Või			
Marja toormoos		Aedmarjamoos		Võisepik singiga			
Pria piimatoode	2	Pria piimatoode	2	Pria lillkapsas			
Pria kapsas		Pria kaalikas					
Makaronid kalkunilihaga	1,3	Kala - kartulisupp	4	Sealihakaste ürtidega			
Tomatikaste		Kohupiimakreem	2	Keedetud kartulid			
Kaalikasalat		Rabarberikissell		Peedi - kurgi salat			
Jõhvikamorss		Leivatoode	1,2,3,7	Mustsõstra kompott			
Leivatoode	1,2,3,7			Leivatoode			
Punane lihasalat	10,2,3	Ahjuõunasmuuti	2	Pirniaia kook			
Maitsevesi		Võisepik värske tomatiga	1,2	Pria piimatoode			
Leivatoode	1,2,3,7	Pria pirn		Pria õun			
Arbuus							
908.57		909.28		903.33			
31.65	13.93%	30.4	13.37%	24.87	11.01%		
30.82	30.53%	31.33	31.01%	34.91	34.78%		
127.18	55.99%	126.05	55.45%	124.55	55.15%		
1176.37		1152.1		1178.21			
39.02	13.27%	37.33	12.96%	32.84	11.15%		
40.41	30.92%	39.98	31.23%	43.16	32.97%		
164.99	56.1%	159.97	55.54%	167.06	56.72%		
1373.76		1394.55		1367.45			
46.41	13.51%	43.96	12.61%	37.85	11.07%		
47.3	30.99%	48.75	31.46%	49.13	32.34%		
191.84	55.86%	193.89	55.61%	196.29	57.42%		
1509.49		1500.01		1524.8			
51.1	13.54%	46.1	12.29%	40.73	10.68%		
51.96	30.98%	51.21	30.73%	59.72	35.25%		
210.58	55.8%	212.8	56.75%	208.79	54.77%		

Allergeen Nädala keskmine

2
2
1,2,7

1,2

1,2,3,7

1,2,3
2

913.653
30.089 13.17%
32.156 31.68%
127.199 55.69%

1169.069
37.826 12.94%
39.924 30.74%
165.867 56.75%

1376.074
44.396 12.91%
46.741 30.57%
196.062 56.99%

1511.982
47.975 12.69%
52.826 31.44%
212.969 56.34%