

	esmaspäev 04.11.2024 Allergeen		teisipäev 05.11.2024 Allergeen	
Homnikusöök				
	Täisterakaerahelbepuder	1;2	Viieviljapuder	1;2
	Või	2	Või	2
	Mustsõstar		Õunapüree	
	Pria piimatoode	2	Pria piimatoode	2
	Pria porgand		Pria punane kapsas	
Lõuna				
	Kana-koorekaste	1;2	Köögiviljapüreesupp kalkunilihaga	2
	Keedetud riis		Rõstitud sepikukuubikud	1;2
	Hapukapsasalat sibulaga		Kakaopuding	2
	Õuna - keefirikokteil	2	Maasika toormoos	
	Leivatoode	1;11;2	Leivatoode	1;11;2
Õhtusöök				
	Köögiviljasupp lihata		Makaroniroog juustuga	1;2;3
	Leivatoode	1;11;2	Mahlajook	
	Banaan		Leivatoode	1;11;2
			Pria õun	
Terve päev vanus 1-2(3)				
Energia kcal		922.09		936.2
Valgud ,g	28.61 12.41%		32.61 13.93%	
Rasvad,g	31.56 30.8%		29.67 28.52%	
Süsivesikud,g	133.01 57.7%		132.35 56.55%	
vanus 3-5				
Energia kcal		1172		1173.6
Valgud ,g	36.84 12.57%		39.66 13.52%	
Rasvad,g	37.42 28.74%		35.13 26.94%	
Süsivesikud,g	174.68 59.62%		171.4 58.42%	
vanus 5-6				
Energia kcal		1410.93		1389.46
Valgud ,g	43.91 12.45%		47.23 13.6%	
Rasvad,g	43.06 27.47%		42.84 27.75%	
Süsivesikud,g	214.84 60.91%		200.2 57.63%	
vanus 6-7				
Energia kcal		1582.69		1512.63
Valgud ,g	47.14 11.91%		51.57 13.64%	
Rasvad,g	50.3 28.6%		46.59 27.72%	
Süsivesikud,g	237.92 60.13%		217.94 57.63%	

	kolmapäev 06.11.2024 Allergeen		neljapäev 07.11.2024 Allergeen
Piima - hirsisupp	2	Odrahelbepuder	1;2
Või	2	Või	2
Sepik ürditoorjuustuga	1;2	Jõhvikapüree	
Pria kaalikas		Piim, R 2,5%	2
		Värske kurk	
Pikkpoiss maitserohelise ja küüslauguga	1;2;3	Kalaseljanka	4
Valge kaste maitserohelisega	1;2	Hapukoor, R 20 %	2
Keedetud kartulid		Marja-jogurtidessert müsliiga	1;2;6
Valge redise salat maitserohelisega		Leivatoode	1;11;2
Maasikasmuuti	2		
Piim, R 2,5%	2		
Leivatoode	1;11;2		
Külasupp sealihaga	1	Kana - kartuliroog	
Leivatoode	1;11;2	Mahlajook	
Pirn		Leivatoode	1;11;2
		Õun	
	943.75		942.03
35.58 15.08%		34.67 14.72%	
33.04 31.51%		33.1 31.62%	
127.44 54.01%		128.75 54.67%	
	1174.58		1163.5
44.56 15.17%		42.03 14.45%	
38.71 29.66%		38.75 29.97%	
163.6 55.71%		164.29 56.48%	
	1387.14		1414.97
54.54 15.73%		51.77 14.63%	
40.43 26.23%		44.82 28.51%	
202.63 58.43%		203.79 57.61%	
	1500.89		1503.41
59.87 15.96%		56.1 14.93%	
41.09 24.64%		47.06 28.17%	
224.43 59.81%		216.71 57.66%	

reede
08.11.2024 Allergeen Nädala keskmine

Piima - rukkibelbesupp 1;2
Või 2
Rukkileib ahjukalaga 1;2
Värske kapsas

Sealiha - riisiroog köögiviljadega
Peedisalat köömnetega
Kirsikompott
Leivatoode 1;11;2

Õuna - rukkikook 1;2;3
Piim, R 2,5% 2
Pirn

	927.89	934.392
25.49 10.99%		31.392 13.44%
34.64 33.6%		32.402 31.21%
131.05 56.49%		130.52 55.87%

	1165.12	1169.76
31.49 10.81%		38.916 13.31%
42.11 32.53%		38.424 29.56%
168.25 57.76%		168.444 57.6%

	1370.36	1394.572
37.83 11.04%		47.056 13.5%
48.49 31.85%		43.928 28.35%
199.12 58.12%		204.116 58.55%

	1525.03	1524.93
41.42 10.86%		51.22 13.44%
53.79 31.74%		47.766 28.19%
222.53 58.37%		223.906 58.73%