

		esmaspäev 06.02.2023 Allergeen		teisipäev 07.02.2023	
Homnikusöök					
	Rukkihelbepuder		1,2	Viieviljapuder	
	Või		2	Või	
	Maasikas			Aedmarjamoos	
	Pria piimatoode		2	Pria piimatoode	
	Pria kaalikas			Pria nuikapsas	
Lõuna					
	Bolognese kaste		1	Kõrvitsapüreesupp kanalihaga	
	Keedetud spagetid		1	Rõstitud sepikukuubikud	
	Valge redise - kurgisalat			Maasikakissell	
	Õuna - keefirikokteil		2	Kohupiimavaht	
	Leivatoode		1,2,7	Leivatoode	
Õhtusöök					
	Kartuli - läätse supp			Tatrapuder	
	Leivatoode		1,2,7	Külm hapukoorekaste	
	Pria õun			Mahlajook	
				Leivatoode	
				Pria pirn	
Terve päev					
vanus 1-2(3)					
Energia kcal		913.55		926.75	
Valgud ,g	32.02 14.02%			30.5 13.16%	
Rasvad,g	30.55 30.1%			26.29 25.53%	
Süsivesikud,g	128.1 56.09%			141.32 61%	
vanus 3-5					
Energia kcal		1172.21		1164	
Valgud ,g	40.28 13.74%			38.35 13.18%	
Rasvad,g	40.03 30.73%			32.67 25.26%	
Süsivesikud,g	163.41 55.76%			177.72 61.07%	
vanus 5-6					
Energia kcal		1368.01		1406.57	
Valgud ,g	47.19 13.8%			46.28 13.16%	
Rasvad,g	44.77 29.45%			38.2 24.44%	
Süsivesikud,g	194.89 56.98%			218.02 62%	
vanus 6-7					
Energia kcal		1517.9		1566.28	
Valgud ,g	50.72 13.37%			51 13.02%	
Rasvad,g	51.42 30.49%			40.64 23.35%	
Süsivesikud,g	213.47 56.25%			247.63 63.24%	

Allergeen		kolmapäev 08.02.2023	Allergeen	neljapäev 09.02.2023	Allergeen
1,2	Kaerakliipuder		1,2	Neljaviiljapuder	1,2
2	Või		2	Või	2
	Mustsõstra toormoos			Õunapüree	
2	Pria piimatoode		2	Pria piimatoode	2
	Pria porgand			Pria valge redis	
	Lõhe-koorekaste		1,2,4	Rassolnik sealihaga	1
1,2	Kartulipuder		2	Hapukoor, R 20 %	2
	Kirju punasekapsasalat			Kakao - hapukooremagustoit	2
2	Kirsikompott			Marja toormoos	
1,2,7	Leivatoode		1,2,7	Leivatoode	1,2,7
	Kana-lillkapsasupp			Kartuliroog hakklihaga	
2	Leivatoode		1,2,7	Külm jogurtikaste	2
	Banaan			Mahlajook	
1,2,7				Leivatoode	1,2,7
				Pria pirn	
		934.28			933.41
	30.3 12.97%			28.79 12.34%	
	40.1 38.63%			34.83 33.58%	
	116.37 49.82%			127.47 54.63%	
		1187.43			1168.37
	38.9 13.1%			35.6 12.19%	
	48.4 36.68%			41.69 32.11%	
	153.29 51.64%			163.94 56.13%	
		1406.34			1383.51
	46.97 13.36%			42.97 12.42%	
	56.88 36.4%			47.12 30.65%	
	181.68 51.67%			198.53 57.4%	
		1534.32			1507.16
	51.03 13.3%			46.82 12.43%	
	61.51 36.08%			50.06 29.89%	
	199.32 51.96%			218.98 58.12%	

reede
10.02.2023 Allergeen Nädala keskmine

Piima-makaronisupp 1,2,3
Või 2
Võisepik värskel kurgiga 1,2
Pria lillkapsas

Kanapilaff
Peedisaalat sõstraga
Seemnesegu 11
Jõhvikakissell
Leivatoode 1,2,7

Õuna-kõrvitsakook 1,2,3
Pria piimatoode 2
Pria õun

	946.23		930.844
30.54	12.91%	30.43	13.08%
29.12	27.7%	32.178	31.11%
140.91	59.57%	130.834	56.22%

	1202.82		1178.966
37.77	12.56%	38.18	12.95%
37.14	27.79%	39.986	30.52%
179.72	59.77%	167.616	56.87%

	1409.99		1394.884
44.91	12.74%	45.664	13.09%
42.83	27.34%	45.96	29.65%
211.42	59.98%	200.908	57.61%

	1521.41		1529.414
47.92	12.6%	49.498	12.95%
45.39	26.85%	49.804	29.31%
230.25	60.54%	221.93	58.04%