

	esmaspäev 10.02.2025 Allergeen		teisipäev 11.02.2025 Allergeen	
Hommikusöök				
	Täisterakaerahelbepuder	1;2	Viieviljapuder	1;2
	Või	2	Või	2
	Mustsõstar		Õunapüree	
	Pria piim, R 2.5 %	2	Pria piim, R 2.5 %	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		920.06		934.17
Valgud ,g	28.3 12.3%		32.3 13.83%	
Rasvad,g	31.39 30.71%		29.5 28.42%	
Süsivesikud,g	133.31 57.96%		132.65 56.8%	
vanus 3-5				
Energia kcal		1169.66		1171.26
Valgud ,g	36.48 12.48%		39.3 13.42%	
Rasvad,g	37.23 28.65%		34.94 26.85%	
Süsivesikud,g	175.02 59.85%		171.74 58.65%	
vanus 5-6				
Energia kcal		1408.59		1387.12
Valgud ,g	43.55 12.37%		46.87 13.52%	
Rasvad,g	42.87 27.39%		42.65 27.67%	
Süsivesikud,g	215.18 61.11%		200.54 57.83%	
vanus 6-7				
Energia kcal		1542.9		1510.29
Valgud ,g	46.75 12.12%		51.21 13.56%	
Rasvad,g	46.01 26.84%		46.4 27.65%	
Süsivesikud,g	238.21 61.76%		218.28 57.81%	

kolmapäev
12.02.2025 Allergeen

neljapäev
13.02.2025 Allergeen

Piima - hirsisupp	2	Odrahelbepuder	1;2
Või	2	Või	2
Sepik ürditoorjuustuga	1;2	Jõhvikapüree	
Pria kaalikas		Piim, R 2,5%	2
		Nuikapsas	
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		
Leivatoode	1;11;2		
Sealiha - aedviljasupp		Kana - kartuliroog	
Leivatoode	1;11;2	Mahlajook	
Pirn		Leivatoode	1;11;2
		Õun	
	925.52		946.23
30.59 13.22%		34.64 14.64%	
36.99 35.97%		33.13 31.51%	
118.39 51.17%		129.92 54.92%	
	1170.76		1169.1
39.62 13.54%		41.99 14.37%	
42.34 32.55%		38.79 29.86%	
158.48 54.15%		165.85 56.74%	
	1382.72		1393.24
48.37 13.99%		50.9 14.61%	
47.44 30.88%		44.53 28.77%	
191.12 55.29%		200.42 57.54%	
	1524.6		1511.81
53.28 13.98%		56.04 14.83%	
51.82 30.59%		47.12 28.05%	
211.84 55.58%		219.05 57.96%	

reede
14.02.2025 Allergeen Nädala keskmine

Piima - rukkihelbesupp 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	930.774
25.49 10.99%		30.264 13.01%
34.64 33.6%		33.13 32.03%
131.05 56.49%		129.064 55.47%

	1165.12	1169.18
31.49 10.81%		37.776 12.92%
42.11 32.53%		39.082 30.08%
168.25 57.76%		167.868 57.43%

	1370.36	1388.406
37.83 11.04%		45.504 13.11%
48.49 31.85%		45.196 29.3%
199.12 58.12%		201.276 57.99%

	1525.03	1522.926
41.42 10.86%		49.74 13.06%
53.79 31.74%		49.028 28.97%
222.53 58.37%		221.982 58.3%