

		esmaspäev 10.03.2025 Allergeen		teisipäev 11.03.2025 Allergeen	
<b>Hommikusöök</b>					
	Viieviljapuder	1;2	Rukkihelbepuder	1;2	
	Või	2	Või	2	
	Marjasegu		Aedmarjamoos		
	Pria piim, R 2.5 %	2	Pria keefir, R 2.5 %	2	
	Pria kaalikas		Pria nuikapsas		
<b>Lõuna</b>					
	Chilli con carne veisehakklihaga		Kanasupp kikerhernestega		
	Keedetud kartulid		Leivavaht	1	
	Peedisalat õunaga		Piim, R 2,5%	2	
	Maasika-banaani jogurtikokteil	2	Leivatoode	1;11;2	
	Leivatoode	1;11;2			
<b>Õhtusöök</b>					
	Sealiha - aedviljasupp		Makaroniroog juustuga	1;2;3	
	Leivatoode	1;11;2	Mahlajook		
	Pria pirn		Leivatoode	1;11;2	
			Pria õun		
<b>Terve päev</b>					
vanus 1-2(3)					
Energia kcal		936.62		955.43	
Valgud ,g	30.6 13.07%		30.36 12.71%		
Rasvad,g	42.3 40.65%		30.36 28.6%		
Süsivesikud,g	108.11 46.17%		139.17 58.26%		
vanus 3-5					
Energia kcal		1157.32		1179.01	
Valgud ,g	38.93 13.46%		36.85 12.5%		
Rasvad,g	47.74 37.13%		35.36 26.99%		
Süsivesikud,g	142.36 49.2%		176.73 59.96%		
vanus 5-6					
Energia kcal		1374.48		1396.7	
Valgud ,g	47.77 13.9%		43.92 12.58%		
Rasvad,g	49.52 32.43%		43.31 27.91%		
Süsivesikud,g	182.95 53.24%		206.59 59.17%		
vanus 6-7					
Energia kcal		1517.56		1577.16	
Valgud ,g	51.48 13.57%		49.79 12.63%		
Rasvad,g	56.79 33.68%		47.73 27.24%		
Süsivesikud,g	198.58 52.34%		235.04 59.61%		

kolmapäev  
12.03.2025 Allergeen

neljapäev  
13.03.2025 Allergeen

Piima-riisisupp	2	Hirsipuder	2
Või	2	Või	2
Sepik ürditoorjuustuga	1;2	Aedmarjamoos	
Porgand		Piim, R 2,5%	2
		Valge redis	
Hautatud sealiha ja köögiviljad praeleemekastmes		Koorene lõhesupp munaga	2;3;4
Keedetud tatar		Kõrvitsa-õunakreem	2
Hiinakapsasalat paprikaga		Leivatoode	1;11;2
Seemnesegu	11		
Marjakompott			
Leivatoode	1;11;2		
Kaunviljapüreesupp	2	Kartuliroog hakklihaga	
Röstitud sepikukuubikud	1;2	Mahlajook	
Leivatoode	1;11;2	Leivatoode	1;11;2
Apelsin		Pria õun	
	918.99		944.74
33.23 14.46%		30.05 12.72%	
30.16 29.54%		35.09 33.43%	
133.22 57.99%		128.14 54.25%	
	1171.63		1176.65
41.28 14.09%		37.15 12.63%	
39.43 30.29%		41.26 31.56%	
167.99 57.35%		164.72 56%	
	1370.59		1367.68
51.3 14.97%		43.43 12.7%	
38.12 25.03%		48.17 31.7%	
211.71 61.79%		191.28 55.94%	
	1528.11		1531.01
56.87 14.89%		48.73 12.73%	
43.51 25.63%		52.41 30.81%	
234.91 61.49%		216.84 56.65%	

reede  
14.03.2025 Allergeen Nädala keskmine

Piima - kaheksaviljajahelbesupp 1;2  
Või 2  
Rukkileib ahjukalaga 1;2  
Pria salatilehed

Riisi-kalkuniroog köögiviljadega  
Porgandisalat pirniga  
Jõhvika-puuviljakissell  
Leivatoode 1;11;2

Juustusai 1;2;3  
Piim, R 2,5% 2  
Banaan

		958.66		942.888
32.19	13.43%		31.286	13.27%
35.03	32.89%		34.588	33.01%
131.99	55.07%		128.126	54.35%

		1169.9		1170.902
39.27	13.43%		38.696	13.22%
41.92	32.25%		41.142	31.62%
162.9	55.7%		162.94	55.66%

		1399.45		1381.78
47.44	13.56%		46.772	13.54%
51.02	32.81%		46.028	29.98%
192.72	55.08%		197.05	57.04%

		1536.49		1538.066
51.42	13.39%		51.658	13.43%
56.33	33%		51.354	30.05%
211.49	55.06%		219.372	57.05%