

	esmaspäev 12.08.2024 Allergeen		teisipäev 13.08.2024 Allergeen	
Homnikusöök				
	Kaheksaviljapuder	1;2	Rukkihelbepuder	1;2
	Või	2	Või	2
	Maasikas		Marja toormoos	
	Pria piimatoode	2	Pria piimatoode	2
	Pria porgand		Pria tomat	
Lõuna				
	Karrine kalkuni - juustukaste	1;2	Värskekapsasupp sealihaga	
	Keedetud riis		Kohupiimakreem	2
	Jääkapsasalat värske kurgiga		Aedmarjamoos	
	Seemnesegu	11	Leivatoode	1;11;2
	Puuvilja - jogurtikokteil	2		
	Leivatoode	1;11;2		
Õhtusöök				
	Hakkliha - aedviljasupp		Küpsetatud kartulid tomati ja juustuga	2
	Leivatoode	1;11;2	Mahlajook	
	Pria õun		Leivatoode	1;11;2
			Pria pirn	
Terve päev vanus 1-2(3)				
Energia kcal		938,88		903,7
Valgud ,g	34.18 14.56%		37.13 16.43%	
Rasvad,g	43.29 41.5%		27.89 27.78%	
Süsivesikud,g	104.51 44.53%		127.46 56.42%	
vanus 3-5				
Energia kcal		1170,43		1185,88
Valgud ,g	42.96 14.68%		45.45 15.33%	
Rasvad,g	50.66 38.95%		37.16 28.2%	
Süsivesikud,g	137.05 46.84%		168.7 56.9%	
vanus 5-6				
Energia kcal		1373,23		1378,13
Valgud ,g	50.13 14.6%		55.09 15.99%	
Rasvad,g	58.17 38.12%		40.65 26.55%	
Süsivesikud,g	163.74 47.69%		200.03 58.06%	
vanus 6-7				
Energia kcal		1515,18		1516,12
Valgud ,g	54.17 14.3%		60.03 15.84%	
Rasvad,g	62.99 37.42%		44.51 26.42%	
Süsivesikud,g	184 48.58%		220.87 58.27%	

kolmapäev 14.08.2024 Allergeen		neljapäev 15.08.2024 Allergeen	
Täisterakaerahelbepuder	1;2	Keedetud muna	3
Või	2	Rukkileib juustuvõiga	1;2
Aedmarjamoos		Pria piimatoode	2
Pria piimatoode	2	Pria kurk	
Pria valge redis			
Makaronid veisehakklihaga	1	Kartuli-porrulaugu püreesupp kanalihaga	2
Peedi - küüslaugusalat		Rõstitud sepikukuubikud	1;2
Mustsõstra-kirsikissell		Maasikatarretis	
Leivatoode	1;11;2	Vahukoor	2
		Leivatoode	1;11;2
Külm kurgi - jogurtisupp	2	Köögivilja - tatraroog sealihaga	
Leivatoode	1;11;2	Mahlajook	
Banaan		Leivatoode	1;11;2
		Arbuus	
	929,67		920,48
28.73	12.36%	36.13	15.7%
28.53	27.62%	36.34	35.53%
140.13	60.29%	111.88	48.62%
	1203,84		1171,15
35.23	11.71%	43.49	14.85%
40.77	30.48%	45.11	34.67%
174.56	58%	146.76	50.13%
	1398,51		1369,21
44.95	12.86%	51.16	14.95%
34.62	22.28%	51.52	33.86%
226.98	64.92%	173.99	50.83%
	1568,14		1523,17
48.18	12.29%	57.52	15.11%
44.6	25.6%	57.97	34.25%
243.21	62.04%	192.08	50.44%

reede
16.08.2024 Allergeen Nädala keskmine

Riisipuder	2
Või	2
Aedmarjamoos	
Pria piimatoode	2
Pria kapsas	
Kala pikkpoiss	1;11;2;3;4
Koorekaste tilliga	1;2
Ahjukartulid ürtidega	
Valge redise - hapukooresalat	2
Jõhvikamorss	
Leivatoode	1;11;2
Kodune marjakook	1;2;3
Mahlajook	
Pria õun	

	903,7		919,286
24.11	10.67%	32.056	13.95%
28.57	28.45%	32.924	32.23%
139.04	61.54%	124.604	54.22%

	1199,02		1186,064
31.55	10.53%	39.736	13.4%
37.61	28.23%	42.262	32.07%
185.43	61.86%	162.5	54.8%

	1404,48		1384,712
37.15	10.58%	47.696	13.78%
42.01	26.92%	45.394	29.5%
221.15	62.98%	197.178	56.96%

	1508,33		1526,188
39.27	10.41%	51.834	13.59%
44.87	26.77%	50.988	30.07%
238.55	63.26%	215.742	56.54%