

		esmaspäev 13.02.2023 Allergeen		teisipäev 14.02.2023 Allergeen	
Homnikusöök					
	Täisterakaerahelbepuder	1,2	Nisuhelbepuder	1,2	
	Või	2	Või	2	
	Marjasegu		Maasika toormoos		
	Pria piimatoode	2	Pria piimatoode	2	
	Pria kaalikas		Pria lillkapsas		
Lõuna					
	Sealihaguljašš	1,2	Lihtne kalasupp	4	
	Keedetud tatar		Mustsõstrakreem riisiga	2	
	Porgandi - porrulaugusalat		Leivatoode	1,2,7	
	Kamajook	1,2			
	Leivatoode	1,2,7			
Õhtusöök					
	Juurviljapüreesupp	2	Kuskuss köögiviljadega	1	
	Rõstitud sepikukuubikud	1,2	Külm jogurtikaste	2	
	Leivatoode	1,2,7	Maitsevesi		
	Pria pirn		Leivatoode	1,2,7	
			Pria õun		
Terve päev					
vanus 1-2(3)					
Energia kcal		906.29		935.01	
Valgud ,g	31.82 14.04%		27.03 11.56%		
Rasvad,g	29 28.8%		33.19 31.95%		
Süsivesikud,g	132.72 58.58%		134.34 57.47%		
vanus 3-5					
Energia kcal		1156.99		1184.98	
Valgud ,g	40.47 13.99%		33.67 11.37%		
Rasvad,g	36.15 28.12%		40.6 30.84%		
Süsivesikud,g	171.4 59.26%		173.78 58.66%		
vanus 5-6					
Energia kcal		1377.72		1398.58	
Valgud ,g	47.18 13.7%		39.64 11.34%		
Rasvad,g	43 28.09%		48.62 31.29%		
Süsivesikud,g	205.44 59.65%		204.23 58.41%		
vanus 6-7					
Energia kcal		1548.08		1564.04	
Valgud ,g	51.51 13.31%		44.11 11.28%		
Rasvad,g	47.58 27.66%		52.78 30.37%		
Süsivesikud,g	233.19 60.25%		231.65 59.24%		

reede
17.02.2023 Allergeen Nädala keskmine

Seitsmeviljapuder 1,2,7
Või 2
Aedmarjamoos
Pria piimatoode 2
Pria salatilehed

Värskekapsa - veisehakklihahautis
Keedetud kartulid
Peedisalat jogurtiga 2
Arooniamorss
Leivatoode 1,2,7

Brownie 1,2,3
Ingveritee sidruniga
Pria pirn

		923.13		929.074
25.17	10.91%		29.954	12.9%
31.72	30.93%		34.756	33.67%
136.05	58.95%		126.026	54.26%

		1166.55		1173.404
32.33	11.09%		37.546	12.8%
39.5	30.47%		42.294	32.44%
172.86	59.27%		162.818	55.5%

		1388.99		1388.294
37.93	10.92%		44.132	12.72%
46.14	29.9%		49.992	32.41%
208.49	60.04%		193.354	55.71%

		1501.81		1540.396
39.61	10.55%		48.062	12.48%
52.71	31.59%		55.476	32.41%
220.34	58.69%		215.04	55.84%