

		esmaspäev 13.03.2023 Allergeen		teisipäev 14.03.2023 Allergeen	
Homnikusöök					
	Kiirkaerahelbepuder	1,2	Maisimannapuder		2
	Või	2	Või		2
	Marjasegu		Aedmarjamoos		
	Pria piimatoode	2	Pria piimatoode		2
	Pria lillkapsas		Pria valge redis		
Lõuna					
	Kodune hakklihakaste	1,2	Kalkuni - aedviljasupp		
	Keedetud kartulid		Marjatarretis		
	Porgandi - porrulaugusalat		Vahukoor		2
	Seemnesegu	11	Leivatoode		1,2,7
	Mustsõstra-jogurtikokteil	2			
	Leivatoode	1,2,7			
Õhtusöök					
	Porgandipüreesupp	2	Azuu kartulitega		
	Rõstitud sepikukuubikud	1,2	Külm jogurtikaste		2
	Leivatoode	1,2,7	Mahlajook		
	Pria pirn		Leivatoode		1,2,7
			Pria õun		
Terve päev vanus 1-2(3)					
Energia kcal		905.97			934.86
Valgud ,g	30.34 13.4%		25.97 11.11%		
Rasvad,g	28.92 28.73%		32.77 31.55%		
Süsivesikud,g	131.45 58.04%		132.77 56.81%		
vanus 3-5					
Energia kcal		1189.9			1204.77
Valgud ,g	40.03 13.46%		33.19 11.02%		
Rasvad,g	34.59 26.16%		40.84 30.51%		
Süsivesikud,g	179.18 60.23%		174.17 57.83%		
vanus 5-6					
Energia kcal		1407.25			1393.21
Valgud ,g	47.53 13.51%		38.2 10.97%		
Rasvad,g	40.67 26.01%		45.68 29.51%		
Süsivesikud,g	212.61 60.43%		205.47 58.99%		
vanus 6-7					
Energia kcal		1538.76			1540.83
Valgud ,g	50.22 13.05%		42.01 10.91%		
Rasvad,g	46.51 27.2%		48.59 28.38%		
Süsivesikud,g	229.77 59.73%		231.23 60.03%		

	kolmapäev 15.03.2023 Allergeen		neljapäev 16.03.2023 Allergeen	
Viieviljapuder	1,2	Munapuder	1,2,3	
Või	2	Sepik juustuvõiga	1,2	
Marja toormoos		Pria piimatoode	2	
Pria piimatoode	2	Pria porgand		
Pria kaalikas				
Kuskuss kana ja köögiviljadega	1	Koorene kalasupp	2,4	
Koorekaste tilliga	1,2	Kuldne kõrvitsakreem	2	
Valge redise - hapukooresalat	2	Leivatoode	1,2,7	
Maasikakompott				
Leivatoode	1,2,7			
Talupojasupp sealihaga	1,9	Tatar hakklihaga		
Hapukoor, R 20 %	2	Külm hapukoorekaste	2	
Leivatoode	1,2,7	Maitsevesi		
Pria pirn		Leivatoode	1,2,7	
		Apelsin		
	924.23		928.39	
31.51 13.64%		40.8 17.58%		
32.49 31.64%		40.62 39.38%		
126.95 54.94%		101.36 43.67%		
	1162.11		1196.81	
38.79 13.35%		50.74 16.96%		
38.36 29.71%		50.84 38.23%		
165.47 56.96%		135.23 45.2%		
	1360.95		1400.02	
46.65 13.71%		59.65 17.04%		
44.75 29.59%		58.98 37.92%		
193.19 56.78%		159.18 45.48%		
	1532.61		1564.59	
51.41 13.42%		65.68 16.79%		
52.03 30.55%		65.39 37.61%		
214.73 56.04%		180.22 46.07%		

reede
17.03.2023 Allergeen Nädala keskmine

Nisuhelbepuder 1,2
Või 2
Aedmarjamoos
Pria piimatoode 2
Pria kurk

Sealihapilaff
Külm jogurtikaste 2
Peedisalat köömnetega
Mustsõstramorss
Leivatoode 1,2,7

Ahjupirukas Hawaii kattega 1,2,3
Kummeli tee
Pria õun

	936.78	926.046
30.45 13%		31.814 13.74%
35.77 34.37%		34.114 33.15%
125.78 53.71%		123.662 53.42%

	1171.97	1185.112
38.65 13.19%		40.28 13.6%
42.79 32.86%		41.484 31.5%
160.94 54.93%		162.998 55.02%

	1391.57	1390.6
45.7 13.14%		47.546 13.68%
48.78 31.55%		47.772 30.92%
195.8 56.28%		193.25 55.59%

	1516.59	1538.676
48.97 12.92%		51.658 13.43%
56.63 33.61%		53.83 31.49%
206.1 54.36%		212.41 55.22%