

	esmaspäev 14.11.2022		Allergeen	teisipäev 15.11.2022	
Hommikusöök					
	Odrahelbepuder	1,2	Kaerakliipuder		
	Või	2	Või		
	Marjasegu		Aedmarjamoos		
	Pria piimatoode	2	Pria piimatoode		
	Pria õun		Pria kurk		
Lõuna					
	Kanastrooganov	1,2	Porgandi - õuna püreesupp kalkunilihaga		
	Keedetud kurkumiriis		Rõstitud sepikukuubikud		
	Porgandi - porrulaugusalat		Marjane sepikuvorm		
	Seemnesegu	11	Piim, R 2,5%		
	Mustsõstra - kama muhedik	1,2	Leivatoode		
	Leivatoode	1,2,7			
Õhtusöök					
	Tomatine hakklihasupp		Kartuli panniroog brokoliga		
	Hapukoor, R 20 %	2	Mahlajook		
	Leivatoode	1,2,7	Leivatoode		
	Pria lillkapsas		Pria pirn		
Terve päev					
vanus 1-2(3)					
Energia kcal		942.77			930.53
Valgud ,g	34.88 14.8%		30.97 13.31%		
Rasvad,g	30.76 29.36%		35.38 34.22%		
Süsivesikud,g	134.49 57.06%		125.6 53.99%		
vanus 3-5					
Energia kcal		1198.03			1168.44
Valgud ,g	44.01 14.69%		39.09 13.38%		
Rasvad,g	37.18 27.93%		41.04 31.61%		
Süsivesikud,g	175.04 58.44%		164.63 56.36%		
vanus 5-6					
Energia kcal		1396.12			1412.37
Valgud ,g	50.85 14.57%		47.16 13.36%		
Rasvad,g	43.39 27.97%		48.25 30.75%		
Süsivesikud,g	204.3 58.53%		202.26 57.28%		
vanus 6-7					
Energia kcal		1572.07			1518.1
Valgud ,g	56.2 14.3%		50.24 13.24%		
Rasvad,g	48.41 27.71%		50.52 29.95%		
Süsivesikud,g	231.18 58.82%		220.78 58.17%		

reede
18.11.2022 Allergeen Nädala keskmine

Piima-riisisupp 2
Või 2
Sepik ürdivõiga 1,2
Pria kaalikas

Makaronid veisehakklihaga 1
Tomatikaste
Peedisalat jogurtiga 2
Maasikakompott
Leivatoode 1,2,7

Kreemisaiake 1,2,3
Pria piimatoode 2
Pria pirn

	926.35	926.518
24.85	10.73%	30.386 13.12%
35.05	34.05%	32.976 32.03%
128.74	55.59%	129.662 55.98%

	1174.86	1172.198
30.67	10.44%	37.998 12.97%
44.61	34.17%	39.718 30.5%
163.85	55.79%	168.778 57.59%

	1376.36	1386.782
36.55	10.62%	45.168 13.03%
51.08	33.4%	46.33 30.07%
193.99	56.38%	201.036 57.99%

	1517.34	1529.008
39.18	10.33%	48.562 12.7%
57.96	34.38%	52.686 31.01%
210.98	55.62%	218.934 57.27%