

	esmaspäev 16.09.2024 Allergeen		teisipäev 17.09.2024 Allergeen	
Homnikusöök				
	Odramannapuder	1;2	Piima - tatra supp	2
	Või	2	Või	2
	Marjasegu		Rukkileib lõhevõidega	1;2;4
	Pria piim, R 2.5 %	2	Pria porgand	
	Pria kurk			
Lõuna				
	Sealiha - aedviljasupp		Hautatud kartulid kanalihaga	
	Mõnus kohupiimakreem	2	Peedisalat jogurtiga	2
	Leivatoode	1;11;2	Maasikasmuuti	2
			Pria piim, R 2.5 %	2
			Leivatoode	1;11;2
Õhtusöök				
	Riisi-kalkuniroog köögiviljadega		Kõrvitsapüreesupp	2;9
	Mahlajook		Rõstitud sepikukuubikud	1;2
	Leivatoode	1;11;2	Leivatoode	1;11;2
	Pria õun		Värske arbuus	
Terve päev vanus 1-2(3)				
Energia kcal		921.34		952.4
Valgud ,g	30.76 13.35%		30.8 12.94%	
Rasvad,g	29.31 28.63%		40.02 37.82%	
Süsivesikud,g	131.92 57.27%		118.44 49.74%	
vanus 3-5				
Energia kcal		1205.39		1168.49
Valgud ,g	37.12 12.32%		36.95 12.65%	
Rasvad,g	42.66 31.85%		49.13 37.84%	
Süsivesikud,g	165.48 54.91%		145.78 49.9%	
vanus 5-6				
Energia kcal		1394.52		1411.39
Valgud ,g	44.58 12.79%		45.12 12.79%	
Rasvad,g	45.3 29.24%		55.85 35.61%	
Süsivesikud,g	198.97 57.07%		183.16 51.91%	
vanus 6-7				
Energia kcal		1532.97		1561.71
Valgud ,g	49.11 12.81%		49.19 12.6%	
Rasvad,g	49.19 28.88%		61.09 35.21%	
Süsivesikud,g	220.09 57.43%		204.94 52.49%	

kolmapäev 18.09.2024 Allergeen		neljapäev 19.09.2024 Allergeen		reede 20.09.2024
Viieviljapuder	1;2	Piima - rukkihelbesupp	1;2	Nisuhelbepuder
Või	2	Või	2	Või
Aedmarjamoos		Sepik ürdivõiga	1;2	Aedmarjamoos
Pria piim, R 2.5 %	2	Pria valge redis		Pria piim, R 2.5 %
Pria nuikapsas				Pria kaalikas
Frikadellisupp	1;3	Kalapasta	1;2;4	Ukraina Borš sealihaga
Kaerahelbe - õunakrõbedik	1;2	Porgandisalat hernestega		Hapukoor, R 20 %
Vaniljekaste	2	Kirsikissell		Õuna - odravaht
Leivatoode	1;11;2	Pria keefir, R 2.5 %	2	Piim, R 2,5%
		Leivatoode	1;11;2	Leivatoode
Kuskuss köögiviljadega	1	Lihtne hakklihasupp		Kodune marjakook
Mahlajook		Leivatoode	1;11;2	Mahlajook
Leivatoode	1;11;2	Banaan		Pria pirn
Pria õun				
	959.51		920.98	901.65
30.17 12.58%		29.64 12.87%		23.91 10.61%
29.82 27.97%		36.22 35.39%		28.76 28.71%
143.18 59.69%		119.42 51.87%		138.94 61.64%
	1227.15		1176.37	1187.12
37.47 12.21%		36.62 12.45%		29.91 10.08%
35.39 25.96%		46.13 35.29%		38.89 29.48%
189.36 61.72%		153.55 52.21%		181.95 61.31%
	1397.23		1374.81	1368.66
43.95 12.58%		45.51 13.24%		35.87 10.48%
40.94 26.37%		48.68 31.87%		39.69 26.1%
213.06 60.99%		188.47 54.84%		219.9 64.27%
	1559.51		1549.31	1506.37
46.99 12.05%		50.22 12.97%		37.9 10.06%
46.83 27.03%		55.9 32.47%		46.35 27.69%
238.19 61.09%		210.77 54.42%		237.25 63%

Allergeen Nädala keskmine

1;2
2

2

2

1

2

1;11;2

1;2;3

931.176
29.056 12.48%
32.826 31.73%
130.38 56.01%

1192.904
35.614 11.94%
42.44 32.02%
167.224 56.07%

1389.322
43.006 12.38%
46.092 29.86%
200.712 57.79%

1541.974
46.682 12.11%
51.872 30.28%
222.248 57.65%