

	esmaspäev 16.12.2024 Allergeen		teisipäev 17.12.2024 Allergeen	
Hommikusöök				
	Rukkihelbepuder	1;2	Kaheksaviljapuder	1;2
	Või	2	Või	2
	Maasikas		Aedmarjamoos	
	Pria piim, R 2.5 %	2	Pria piim, R 2.5 %	2
	Pria varsseller	9	Pria kaalikas	
Lõuna				
	Bolognese-kaste		Kanasupp valgete ubadega	
	Keedetud spagetid	1	Karamellpuding	2
	Hiinakapsasalat maisiga		Maasika toormoos	
	Marja-keefirikokteil	2	Leivatoode	1;11;2
	Leivatoode	1;11;2		
Õhtusöök				
	Köögiviljasupp lihata		Küpsetatud kartulid tomati ja juustuga	2
	Mahlajook		Mahlajook	
	Leivatoode	1;11;2	Leivatoode	1;11;2
	Banaan		Pria õun	
Terve päev				
vanus 1-2(3)				
Energia kcal		929.33		940.3
Valgud ,g	27.03 11.63%		31.16 13.26%	
Rasvad,g	38.79 37.57%		35.71 34.18%	
Süsivesikud,g	118.92 51.19%		124.94 53.15%	
vanus 3-5				
Energia kcal		1153.05		1176.14
Valgud ,g	34.77 12.06%		37.87 12.88%	
Rasvad,g	44.39 34.65%		45.24 34.62%	
Süsivesikud,g	154.62 53.64%		155.68 52.95%	
vanus 5-6				
Energia kcal		1396.31		1412.94
Valgud ,g	42.27 12.11%		48.14 13.63%	
Rasvad,g	50.21 32.36%		46.29 29.49%	
Süsivesikud,g	194.65 55.76%		202.13 57.22%	
vanus 6-7				
Energia kcal		1500.61		1551.91
Valgud ,g	44.72 11.92%		53.09 13.68%	
Rasvad,g	53.2 31.91%		50.16 29.09%	
Süsivesikud,g	211.57 56.4%		223.25 57.54%	

kolmapäev 18.12.2024 Allergeen		neljapäev 19.12.2024 Allergeen	
Piima - täisterakaerahelbesupp	1;2	Riisipuder	2
Või	2	Või	2
Sepik munavõiga	1;2;3	Aedmarjamoos	
Pria kapsas		Piim, R 2,5%	2
		Pria porgand	
Kalkunirisoto		Selge kalasupp	4
Valge redise - porgandisalat		Jõulu kohupiimamaius	1;2
Seemnesegu	11	Leivatoode	1;11;2
Mahlakissell			
Pria keefir, R 2.5 %	2		
Leivatoode	1;11;2		
Hakklihasupp		Tatar kana ja köögiviljadega	
Mahlajook		Mahlajook	
Leivatoode	1;11;2	Leivatoode	1;11;2
Pria pirn		Pria õun	
	931.9		939.31
30.35 13.03%		32.84 13.98%	
32.6 31.48%		31.93 30.59%	
131.53 56.46%		131.36 55.94%	
	1178.5		1183.39
37.99 12.89%		40.61 13.73%	
38.52 29.42%		36.82 28%	
171.69 58.27%		172.94 58.46%	
	1387.54		1405.91
45.56 13.13%		48.23 13.72%	
45.98 29.82%		43.94 28.13%	
200.04 57.67%		205.78 58.55%	
	1551.93		1541.57
50.3 12.96%		53.27 13.82%	
52.81 30.63%		47.83 27.92%	
220.96 56.95%		226.02 58.65%	

reede
20.12.2024 Allergeen Nädala keskmine

Piima - hirsisupp 2
Või 2
Rukkileib kalaga 1;2;4
Valge redis

Seapraad praeleemekastmega 1;10
Keedetud kartulid
Hautatud hapukapsas
Kõrvitsasalat
Jõulusmuuti 2
Leivatoode 1;11;2

Jõulukook 1;2;3
Piim, R 2,5% 2
Mandariin

	910.26		930.22
34.82 15.3%		31.24 13.43%	
34.06 33.68%		34.618 33.49%	
116.66 51.26%		124.682 53.61%	

	1202.2		1178.656
45.37 15.1%		39.322 13.34%	
43.81 32.8%		41.756 31.88%	
157.04 52.25%		162.394 55.11%	

	1369.51		1394.442
51.6 15.07%		47.16 13.53%	
49.08 32.25%		47.1 30.4%	
181.05 52.88%		196.73 56.43%	

	1520		1533.204
54.97 14.47%		51.27 13.38%	
54.8 32.45%		51.76 30.38%	
201.8 53.11%		216.72 56.54%	