

	esmaspäev 17.10.2022		Allergeen	teisipäev 18.10.2022		Allergeen
Homnikusöök						
	Neljaviiljapuder	1,2	Rukkihelbepuder		1,2	
	Või	2	Või		2	
	Kirss		Aedmaasikamoos			
	Pria piimatoode	2	Pria piimatoode		2	
	Pria suvikõrvits		Pria porgand			
Lõuna						
	Koorene kanakaste	1,2	Ukraina Borš sealihaga			
	Keedetud makaronid	1,3	Hapukoor, R 20 %		2	
	Porgandi - jääkapsasalat		Nuudlivorm porgandi ja õuntega		1,2,3	
	Puuvilja - jogurtikokteil	2	Leivatoode		1,2,3,7	
	Leivatoode	1,2,3,7				
Õhtusöök						
	Kartuli - läätse supp		Ahjukartulid ürtidega			
	Leivatoode	1,2,3,7	Külm hapukoorekaste		2	
	Pria pirn		Maitsevesi			
			Leivatoode		1,2,3,7	
			Pria õun			
Terve päev						
vanus 1-2(3)						
Energia kcal		917.16			937.98	
Valgud ,g	32.99	14.39%	26.26	11.2%		
Rasvad,g	33.1	32.48%	34.88	33.47%		
Süsivesikud,g	121.62	53.04%	132.61	56.55%		
vanus 3-5						
Energia kcal		1193.2			1155.98	
Valgud ,g	42.91	14.38%	32.63	11.29%		
Rasvad,g	39.91	30.1%	40.56	31.58%		
Süsivesikud,g	165.1	55.35%	168.31	58.24%		
vanus 5-6						
Energia kcal		1378.87			1374.09	
Valgud ,g	49.51	14.36%	39.11	11.38%		
Rasvad,g	45.05	29.4%	45.8	30%		
Süsivesikud,g	193.41	56.11%	205.2	59.73%		
vanus 6-7						
Energia kcal		1524.05			1505.69	
Valgud ,g	53.94	14.16%	42.35	11.25%		
Rasvad,g	48.36	28.56%	48.07	28.73%		
Süsivesikud,g	217.34	57.04%	229.9	61.07%		

	kolmapäev 19.10.2022		neljapäev 20.10.2022	
	Allergeen		Allergeen	
Odrahelbepuder	1,2		Riisipuder	2
Või	2		Või	2
Marja toormoos			Õunapüree	
Pria piimatoode	2		Pria piimatoode	2
Pria valge redis			Pria punane kapsas	
Laisad kapsarullid veise hakklihaga			Uhaa	4
Keedetud kartulid			Lvovi sõrnik (vormiroog)	1,2,3
Peedi - kurgi salat			Leivatoode	1,2,3,7
Õunakompott				
Leivatoode	1,2,3,7			
Kalkuni - aedviljasupp			Kana-riisiroog ürtidega	
Leivatoode	1,2,3,7		Külm jogurtikaste	2
Pria ploom			Mahlajook	
			Leivatoode	1,2,3,7
			Pria pirn	
	911.93		928.34	
28.6	12.54%		36.03	15.52%
27.52	27.16%		30.06	29.14%
139.3	61.1%		128.68	55.45%
	1185.86		1196.36	
36.33	12.25%		45.57	15.24%
36.33	27.57%		37.16	27.95%
180.62	60.92%		169.81	56.78%
	1397.94		1406.99	
43.64	12.49%		53.38	15.18%
41.59	26.78%		45.99	29.42%
214.97	61.51%		195.3	55.52%
	1507.49		1507.75	
47.52	12.61%		58.69	15.57%
45.22	27%		48.31	28.84%
230.27	61.1%		210.1	55.74%

reede 1,2,3
21.10.2022 Allergeen Nädala keskmine

Piima-makaronisupp 1,2,3
Või 2
Rukkileib lõhevõidega 1,2,4
Pria kaalikas

Žarkoje sealihaga
Valge redise - hapukooresalat 2
Seemnesegu 11
Mustsõstrakissell
Leivatoode 1,2,3,7

Ahjupirukas hakkliha-juustukattega 1,2,3
Pria piimatoode 2
Värske arbuus

	950.08	929.098
33 13.89%		31.376 13.51%
38.57 36.54%		32.826 31.8%
120.16 50.59%		128.474 55.31%

	1201.37	1186.554
41.9 13.95%		39.868 13.44%
48.5 36.33%		40.492 30.71%
151.99 50.61%		167.166 56.35%

	1387.26	1389.03
48.85 14.09%		46.898 13.51%
54.55 35.39%		46.596 30.19%
178.1 51.35%		197.396 56.84%

	1503.47	1509.69
52.29 13.91%		50.958 13.5%
57.96 34.7%		49.584 29.56%
195.82 52.1%		216.686 57.41%