

		esmaspäev 20.01.2025 Allergeen		teisipäev 21.01.2025 Allergeen	
<b>Homnikusöök</b>					
	Nisuhelbepuder	1;2	Piima - hirsisupp	2	
	Või	2	Või	2	
	Maasikas		Rukkileib lõhevõidega	1;2;4	
	Pria piim, R 2.5 %	2	Pria nuikapsas		
	Pria kõrvits				
<b>Lõuna</b>					
	Kalkuni - kartulisupp		Makaronid veisehakklihaga	1	
	Pohla-jogurtidessert	2	Peedi - küüslaugusalat		
	Leivatoode	1;11;2	Mustsõstrakissell Leivatoode	1;11;2	
<b>Õhtusöök</b>					
	Köögivilja - tatarroog sealihaga		Köögiviljasupp lihata		
	Mahlajook		Leivatoode	1;11;2	
	Leivatoode	1;11;2	Apelsin		
	Pria õun				
<b>Terve päev</b>					
vanus 1-2(3)					
Energia kcal		919.07		937.32	
Valgud ,g	33.99 14.79%		23.76 10.14%		
Rasvad,g	32.17 31.5%		38.99 37.44%		
Süsivesikud,g	125.41 54.58%		123.71 52.79%		
<b>vanus 3-5</b>					
Energia kcal		1174.01		1178.01	
Valgud ,g	42.69 14.55%		30.91 10.5%		
Rasvad,g	36.72 28.15%		44.09 33.68%		
Süsivesikud,g	169.93 57.9%		164.6 55.89%		
<b>vanus 5-6</b>					
Energia kcal		1382.31		1391.12	
Valgud ,g	51.93 15.03%		37.88 10.89%		
Rasvad,g	41.59 27.08%		50.32 32.56%		
Süsivesikud,g	202.41 58.57%		196.88 56.61%		
<b>vanus 6-7</b>					
Energia kcal		1508.38		1535.44	
Valgud ,g	55.63 14.75%		41.69 10.86%		
Rasvad,g	47.89 28.57%		55.29 32.41%		
Süsivesikud,g	216.3 57.36%		217.96 56.78%		

kolmapäev  
22.01.2025 Allergeen

neljapäev  
23.01.2025 Allergeen

Neljaviiljapuder	1;2	Piima - rukkibelbesupp	1;2
Või	2	Või	2
Aedmarjamoos		Rukkileib singivõiga	1;2;7
Pria piim, R 2.5 %	2	Porgand	
Pria valge redis			
Hapukapsasupp sealihaga	1	Kala pikkpoiss	1;11;2;3;4
Kaerahelbe - õunakrõbedik	1;2	Valge kaste maitserohelisega	1;2
Vaniljekaste	2	Keedetud riis	
Leivatoode	1;11;2	Valge redise - hapukooresalat	2
		Banaani-kakao smuuti	2
		Leivatoode	1;11;2
Kartuli - lillkapsapuder	2	Lihtne hakklihasupp	
Hapukoor, R 20 %	2	Leivatoode	1;11;2
Mahlajook		Pria pirn	
Leivatoode	1;11;2		
Õun			

947.87

928.17

29.73	12.55%	27.51	11.86%
30.92	29.36%	46.49	45.08%
141.3	59.63%	100.71	43.4%

1184.75

1173.05

36.6	12.36%	35.56	12.13%
36.19	27.49%	53.95	41.39%
182.15	61.5%	136.9	46.68%

1418.63

1389.6

43.87	12.37%	43.32	12.47%
44.25	28.07%	60.57	39.23%
216.76	61.12%	168.29	48.44%

1553.41

1550.32

47.63	12.26%	48.38	12.48%
47.28	27.39%	67.26	39.05%
239.64	61.71%	188.35	48.6%

reede  
24.01.2025 Allergeen Nädala keskmine

Odrahelbepuder 1;2  
Või 2  
Aedmarjamoos  
Pria keefir, R 2.5 % 2  
Kaalikas

Kõrvitsapüreesupp kanalihaga  
Röstitud sepikukuubikud 1;2  
Maasikatarretis  
Vahukoor 2  
Leivatoode 1;11;2

Kaneelirull 1;2;3  
Mahlajook  
Õun

	944.83	935.452
29.97 12.69%		28.992 12.4%
20.64 19.66%		33.842 32.56%
160.39 67.9%		130.304 55.72%

	1184.52	1178.868
37.04 12.51%		36.56 12.41%
24.55 18.65%		39.1 29.85%
204.36 69.01%		171.588 58.22%

	1404.38	1397.208
42.98 12.24%		43.996 12.6%
31.61 20.26%		45.668 29.42%
237.98 67.78%		204.464 58.54%

	1575.46	1544.602
45.43 11.53%		47.752 12.37%
41.16 23.51%		51.776 30.17%
256.65 65.16%		223.78 57.95%