

	esmaspäev 21.11.2022		Allergeen	teisipäev 22.11.2022		Allergeen
<b>Homnikusöök</b>						
	Seitsmeviljapuder		1,2,7	Maisimannapuder		2
	Või		2	Või		2
	Kirss			Aedmarjamoos		
	Pria piimatoode		2	Pria piimatoode		2
	Pria punane kapsas			Pria porgand		
<b>Lõuna</b>						
	Magushapu kanakaste			Läätse-köögiviljasupp veisehakklihaga		
	Keedetud tatar			Marjatarretis		
	Porgandisalat hernestega			Vahukoor		2
	Maasika jogurtikokteil		2	Leivatoode		1,2,7
	Leivatoode		1,2,7			
<b>Õhtusöök</b>						
	Bataadipüreesupp		2	Makaroniroog juustuga		1,2,3
	Rõstitud sepikukuubikud		1,2	Külm jogurtikaste		2
	Leivatoode		1,2,7	Maitsevesi		
	Pria õun			Leivatoode		1,2,7
				Pria pirn		
<b>Terve päev</b>						
vanus 1-2(3)						
Energia kcal			915.23			936.72
Valgud ,g	30.71	13.42%		30.89	13.19%	
Rasvad,g	27.58	27.12%		37.74	36.26%	
Süsivesikud,g	138.25	60.42%		118.89	50.77%	
vanus 3-5						
Energia kcal			1174.1			1206.39
Valgud ,g	39.7	13.53%		39.48	13.09%	
Rasvad,g	33.43	25.63%		43.61	32.53%	
Süsivesikud,g	181.11	61.7%		163.83	54.32%	
vanus 5-6						
Energia kcal			1389			1415.67
Valgud ,g	45.33	13.05%		46.41	13.11%	
Rasvad,g	42.73	27.69%		50.55	32.14%	
Süsivesikud,g	209.13	60.22%		193.99	54.81%	
vanus 6-7						
Energia kcal			1525.84			1576.32
Valgud ,g	48.54	12.72%		51.61	13.1%	
Rasvad,g	46.56	27.46%		55.16	31.49%	
Süsivesikud,g	231.52	60.69%		218.07	55.34%	

kolmapäev 23.11.2022 Allergeen		neljapäev 24.11.2022 Allergeen	
Täisterakaerahelbepuder	1,2	Munapuder	1,2,3
Või	2	Võisepik värske tomatiga	1,2
Marja toormoos		Pria piimatoode	2
Pria piimatoode	2	Pria kaalikas	
Pria lillkapsas			
Sealihapilaff		Värviline kalasupp kinoaga	4
Valge redise - hapukooresalat	2	Kakao - jogurtidessert	2
Mustsõstrakissell		Aedmaasikamoos	
Leivatoode	1,2,7	Leivatoode	1,2,7
Kanasupp		Tatar hakklihaga	
Leivatoode	1,2,7	Külm hapukoorekaste	2
Pria õun		Mahlajook	
		Leivatoode	1,2,7
		Apelsin	
	910.09		903.11
29.04 12.76%		36.39 16.12%	
32.5 32.14%		37.11 36.98%	
128.83 56.62%		106.66 47.24%	
	1189.37		1181.47
37.56 12.63%		46.19 15.64%	
38.91 29.44%		45.98 35.03%	
175.83 59.13%		145.91 49.4%	
	1393.38		1384.2
44.79 12.86%		53.83 15.56%	
46.92 30.31%		52.96 34.43%	
202.72 58.2%		173.5 50.14%	
	1547.68		1533.53
49.53 12.8%		58.78 15.33%	
52.16 30.33%		57.74 33.89%	
224.66 58.06%		195.47 50.99%	

reede  
25.11.2022 Allergeen Nädala keskmine

Nisuhelbepuder	1,2
Või	2
Aedmarjamoos	
Pria piimatoode	2
Pria hiinakapsas	
Kana - kartuliroog	
Hapukapsa - peedisalat	
Seemnesegu	11
Õuna - kaneeli kompott	
Leivatoode	1,2,7
Ahjupirukas köögivilja-juustukattega	1,2,3
Kummeli tee	
Pria õun	

		918.83		916.796
31.81	13.85%		31.768	13.86%
38.95	38.15%		34.776	34.14%
115.08	50.1%		121.542	53.03%

		1168.3		1183.926
40.77	13.96%		40.74	13.76%
47.75	36.78%		41.936	31.88%
149.95	51.34%		163.326	55.18%

		1368.78		1390.206
48.19	14.08%		47.71	13.73%
53.01	34.86%		49.234	31.87%
182.02	53.19%		192.272	55.32%

		1508.31		1538.336
50.34	13.35%		51.76	13.46%
63.62	37.96%		55.048	32.21%
191.19	50.7%		212.182	55.17%