

	esmaspäev 24.10.2022		Allergeen	teisipäev 25.10.2022		Allergeen
Homnikusöök						
	Täisterakaerahelbepuder	1,2	Maisimannapuder		2	
	Või	2	Või		2	
	Mustsõstar		Aedmarjamoos			
	Pria piimatoode	2	Pria piimatoode		2	
	Pria lillkapsas		Pria salatilehed			
Lõuna						
	Maksastrooganov	1,2	Köögiviljapüreesupp kanaga		2	
	Keedetud kartulid		Rõstitud sepikukuubikud		1,2	
	Kaalika - õunasalat		Keefiritarretis		2	
	Seemnesegu	11	Marjapüree			
	Kamajook	1,2	Leivatoode		1,2,3,7	
	Leivatoode	1,2,3,7				
Õhtusöök						
	Tomati - sealihasupp		Pasta punaste ubade ja suvikõrvitsaga		1	
	Leivatoode	1,2,3,7	Külm hapukoorekaste		2	
	Pria ploom		Mahlajook			
			Leivatoode		1,2,3,7	
			Pria pirn			
Terve päev vanus 1-2(3)						
Energia kcal		939.7			935.03	
Valgud ,g	33.21 14.14%		29.55 12.64%			
Rasvad,g	36.33 34.8%		22.51 21.67%			
Süsivesikud,g	124.19 52.86%		155.18 66.39%			
vanus 3-5						
Energia kcal		1192.5			1188.14	
Valgud ,g	42.05 14.1%		37.15 12.51%			
Rasvad,g	42.3 31.92%		27.94 21.16%			
Süsivesikud,g	165.99 55.68%		198.7 66.89%			
vanus 5-6						
Energia kcal		1406.9			1403.39	
Valgud ,g	49.52 14.08%		43.6 12.43%			
Rasvad,g	48.14 30.8%		32.91 21.11%			
Süsivesikud,g	199.7 56.78%		235.78 67.2%			
vanus 6-7						
Energia kcal		1523.11			1545.52	
Valgud ,g	53.49 14.05%		48.22 12.48%			
Rasvad,g	51.71 30.56%		35.78 20.84%			
Süsivesikud,g	216.84 56.95%		260.61 67.45%			

kolmapäev 26.10.2022		Allergeen	neljapäev 27.10.2022		Allergeen	reede 28.10.2022
Nisuhelbepuder	1,2	Omlett	2,3	Viieviljapuder		
Või	2	Rukkivõileib värske kurgiga	1,2	Või		
Jõhvikapüree		Pria piimatoode	2	Õunapüree		
Pria piimatoode	2	Pria porgand		Pria piimatoode		
Pria valge redis				Pria kaalikas		
Kala-koorekaste	1,2,4	Talupojasupp sealihaga	1,9	Kanarisoto		
Keedetud riis		Hapukoor, R 20 %	2	Külm jogurtikaste		
Hapukapsa - peedisalat		Riisipuding	2	Porgandisalat hernestega		
Kakao	2	Aedmaasikamoos		Marjakissell		
Leivatoode	1,2,3,7	Leivatoode	1,2,3,7	Leivatoode		
Kartuli-klimbisupp	1,2,3	Kartuliroog hakklihaga		Õuna-kõrvitsakook		
Leivatoode	1,2,3,7	Maitsevesi		Piparmündi tee		
Pria õun		Leivatoode	1,2,3,7	Pria pirn		
		Banaan				
	915.71		922.59		935.24	
34.08	14.89%	30.81	13.36%	24.45	10.46%	
27.75	27.27%	37.46	36.54%	33.32	32.06%	
134.03	58.55%	116.44	50.48%	134.09	57.35%	
	1198.69		1172.42		1201.24	
44.17	14.74%	37.49	12.79%	30.64	10.2%	
35.05	26.32%	44.89	34.46%	43.98	32.95%	
178.53	59.58%	155.16	52.94%	170.06	56.63%	
	1407.38		1376.6		1416.99	
51.04	14.51%	44.59	12.96%	37.36	10.55%	
40.9	26.15%	53.15	34.75%	49.86	31.67%	
211.36	60.07%	180.77	52.53%	203.76	57.52%	
	1530.45		1548.06		1526.15	
54.14	14.15%	49.7	12.84%	39.04	10.23%	
44.12	25.95%	57.54	33.45%	56.34	33.22%	
231.79	60.58%	208.61	53.9%	214.94	56.34%	

Allergeen Nädala keskmine

1,2
2

2

2

1,2,3,7

1,2,3

929.654
30.42 13.09%
31.474 30.47%
132.786 57.13%

1190.598
38.3 12.87%
38.832 29.35%
173.688 58.35%

1402.252
45.222 12.9%
44.992 28.88%
206.274 58.84%

1534.658
48.918 12.75%
49.098 28.79%
226.558 59.05%