

		esmaspäev 29.01.2024 Allergeen		teisipäev 30.01.2024 Allergeen	
Homnikusöök					
	Nisuhelbepuder	1;2	Maisimannapuder	2	
	Või	2	Või	2	
	Mustsõstar		Aedmarjamoos		
	Pria piimatoode	2	Pria piimatoode	2	
	Pria lillkapsas		Pria kaalikas		
Lõuna					
	Kana-koorekaste	1;2	Talupojasupp sealihaga	1;9	
	Keedetud riis		Hapukoor, R 20 %	2	
	Peedi - küüslaugusalat		Mango-riisi puding	2	
	Marja- jogurtikokteil	2	Maasikasupp		
	Leivatoode	1;11;2	Leivatoode	1;11;2	
Õhtusöök					
	Kaalikapüreesupp	2	Küpsetatud kartulid tomati ja juustuga	2	
	Rõstitud sepikukuubikud	1;2	Mahlajook		
	Leivatoode	1;11;2	Leivatoode	1;11;2	
	Pria pirn		Pria õun		
Terve päev					
vanus 1-2(3)					
Energia kcal		931.49		929.41	
Valgud ,g	30.27 13%		34.48 14.84%		
Rasvad,g	34.17 33.01%		30.24 29.28%		
Süsivesikud,g	127.33 54.68%		130.77 56.28%		
vanus 3-5					
Energia kcal		1204.52		1156.45	
Valgud ,g	39.21 13.02%		42.09 14.56%		
Rasvad,g	40.92 30.57%		35.02 27.25%		
Süsivesikud,g	171.84 57.07%		168.75 58.37%		
vanus 5-6					
Energia kcal		1387.8		1411.49	
Valgud ,g	44.7 12.88%		50.52 14.32%		
Rasvad,g	46.4 30.09%		45.47 28.99%		
Süsivesikud,g	200.66 57.84%		201.32 57.05%		
vanus 6-7					
Energia kcal		1519.77		1550.46	
Valgud ,g	48.07 12.65%		55.47 14.31%		
Rasvad,g	49.77 29.47%		49.33 28.63%		
Süsivesikud,g	222.46 58.55%		222.45 57.39%		

	kolmapäev 31.01.2024 Allergeen		neljapäev 01.02.2024 Allergeen		reede 02.02.2024
Odrahelbepuder	1;2	Rukkihelbepuder	1;2	Piima-riisisupp	
Või	2	Või	2	Või	
Aedmaasikamoos		Õunapüree		Rukkivõileib sulatatud juustuga	
Pria piimatoode	2	Pria piimatoode	2	Pria kapsas	
Pria kurk		Pria porgand			
Pikkpoiss veiselihast	1;3	Kala - köögiviljasupp	4	Hautatud kartulid kanalihaga	
Hapukoore - mädarõikakaste	1;2	Kohupiimavorm	1;2;3	Kõrvitsasalat jõhvikatega	
Keedetud tatar		Marjapüree		Aroonia - õuna kompott	
Jääkapsasalat tilliga		Leivatoode	1;11;2	Leivatoode	
Seemnesegu	11				
Kakao	2				
Leivatoode	1;11;2				
Kanasupp		Makaronid sealihaga	1	Kookosesaiake	
Leivatoode	1;11;2	Külm jogurtikaste	2	Pria piimatoode	
Pria pirn		Mahlajook		Apelsin	
		Leivatoode	1;11;2		
		Pria õun			
	947.04		936.11		934.59
38.17 16.12%		35.09 14.99%		25.77 11.03%	
31.89 30.31%		30.78 29.59%		38.47 37.05%	
129.23 54.58%		127.73 54.58%		123.71 52.95%	
	1182.74		1196.99		1158.62
47.35 16.01%		44.3 14.8%		30.87 10.66%	
37.73 28.71%		36.56 27.49%		48.72 37.85%	
166.06 56.16%		169.52 56.65%		151.77 52.4%	
	1402.62		1400.73		1383.7
55.77 15.9%		52.28 14.93%		37.02 10.7%	
44.22 28.37%		43.05 27.66%		57.7 37.53%	
198.79 56.69%		198.02 56.55%		182.36 52.72%	
	1556.43		1537.41		1540.25
61.24 15.74%		56.96 14.82%		40.99 10.65%	
49.27 28.49%		46.16 27.02%		63.18 36.92%	
220.14 56.58%		220.09 57.26%		205.13 53.27%	

Allergeen Nädala keskmine

2
2
1;2

1;11;2

1;2;3
2

935.728
32.756 14%
33.11 31.85%
127.754 54.61%

1179.864
40.764 13.82%
39.79 30.35%
165.588 56.14%

1397.268
48.058 13.76%
47.368 30.51%
196.23 56.18%

1540.864
52.546 13.64%
51.542 30.11%
218.054 56.61%