

	esmaspäev 30.09.2024 Allergeen		teisipäev 01.10.2024 Allergeen	
Homnikusöök				
	Hirsipuder	2	Piima- odrahelbesupp	1;2
	Või	2	Või	2
	Maasikas		Rukkileib ürdikohupiimaga	1;2
	Pria piim, R 2.5 %	2	Pria nuikapsas	
	Pria kaalikas			
Lõuna				
	Kanasupp		Saidafilee koorekastmes	1;2;4
	Kirsi - jogurtidessert	2	Ahjukartulid ürtidega	
	Leivatoode	1;11;2	Porgandisalat suvikõrvitsaga	
			Seemnesegu	11
			Mahlakissell	
			Pria piim, R 2.5 %	2
			Leivatoode	1;11;2
Õhtusöök				
	Makaroniroog juustuga	1;2;3	Koorene sealihasupp	2
	Mahlajook		Leivatoode	1;11;2
	Leivatoode	1;11;2	Pria ploom	
	Pria õun			

Terve päev  
vanus 1-2(3)

Energia kcal		923.9		916.92
Valgud ,g	35.39	15.32%	33.35	14.55%
Rasvad,g	30.79	29.99%	26.39	25.9%
Süsivesikud,g	126.48	54.76%	139.09	60.68%

vanus 3-5

Energia kcal		1182.44		1166.25
Valgud ,g	43.16	14.6%	42.32	14.51%
Rasvad,g	40.27	30.65%	32.83	25.34%
Süsivesikud,g	161.68	54.69%	178.36	61.17%

vanus 5-6

Energia kcal		1373.19		1372.63
Valgud ,g	51.64	15.04%	50.25	14.64%
Rasvad,g	44.25	29%	38.83	25.46%
Süsivesikud,g	192.11	55.96%	208.92	60.88%

vanus 6-7

Energia kcal		1525.53		1508.13
Valgud ,g	56.74	14.88%	55.55	14.73%
Rasvad,g	48.34	28.52%	41.91	25.01%
Süsivesikud,g	215.37	56.47%	230.46	61.12%

		kolmapäev 02.10.2024 Allergeen			neljapäev 03.10.2024 Allergeen
Neljaviiljapuder		1;2	Piima-maisimannasupp		2
Või		2	Või		2
Jõhvikapüree			Sepik lõhe-muna-toorjuustukreemiga		1;2;3;4
Pria piim, R 2.5 %		2	Pria porgand		
Pria kurk					
Kodune seljanka			Koorene kana-aedviljapasta		1;2
Hapukoor, R 20 %		2	Hiinakapsasalat tilliga		
Keefiritarretis		2	Marja smuuti		
Mustsõstra toormoos			Pria keefir, R 2.5 %		2
Leivatoode		1;11;2	Leivatoode		1;11;2
Tatar kalkuni ja köögiviljadega			Hernesupp lihata		1
Mahlajook			Leivatoode		1;11;2
Leivatoode		1;11;2	Banaan		
Pria pirn					
		935.28			918.84
33.79	14.45%		36.14	15.73%	
28.44	27.37%		35.32	34.6%	
137.65	58.87%		115.24	50.17%	
		1163.25			1181.63
41.12	14.14%		43.16	14.61%	
33.45	25.88%		48.49	36.93%	
176.12	60.56%		144.07	48.77%	
		1403.45			1392.64
50.13	14.29%		54.03	15.52%	
40.65	26.07%		47.94	30.98%	
211.58	60.3%		186.98	53.71%	
		1564.43			1511.93
55.93	14.3%		58.66	15.52%	
44.72	25.73%		48.53	28.89%	
236.65	60.51%		210.98	55.82%	

reede  
04.10.2024 Allergeen Nädala keskmine

Nisuhelbepuder	1;2
Või	2
Aedmarjamoos	
Pria piim, R 2.5 %	2
Pria valge redis	
Hapukapsasupp sealihaga	1
Kõrvitsa - õunakreem riivleivaga	1;2
Leivatoode	1;11;2

Pirniaia kook	1;2;3
Mahlajook	
Pria õun	

	954.97		929.982
28.55 11.96%		33.444 14.38%	
36.92 34.79%		31.572 30.55%	
129.5 54.24%		129.592 55.74%	

	1191.33		1176.98
35.41 11.89%		41.034 13.95%	
43.81 33.1%		39.77 30.41%	
166.79 56%		165.404 56.21%	

	1401.1		1388.602
42.04 12%		49.618 14.29%	
48.44 31.12%		44.022 28.53%	
202.39 57.78%		200.396 57.73%	

	1506.47		1523.298
44.48 11.81%		54.272 14.25%	
51.63 30.84%		47.026 27.78%	
219.14 58.19%		222.52 58.43%	