

	esmaspäev 31.03.2025 Allergeen		teisipäev 01.04.2025 Allergeen	
Hommikusöök				
	Maisimannapuder	2	Piima - viieviljahelbesupp	1;2
	Või	2	Või	2
	Marjasegu		Rukkileib lõhevõidega	1;2;4
	Pria piim, R 2.5 %	2	Pria porgand	
	Pria kapsas			
Lõuna				
	Kalkuni- köögiviljasupp		Hautatud kartulid kanalihaga	
	Maasika-jogurtidessert	2	Peedisalat jogurtiga	2
	Leivatoode	1;11;2	Maasikakissell	
			Leivatoode	1;11;2
Õhtusöök				
	Riisiroog hakklihaga		Köögiviljapüreesupp	2
	Mahlajook		Röstitud sepikukuubikud	1;2
	Leivatoode	1;11;2	Leivatoode	1;11;2
	Pria õun		Värske melon	
Terve päev				
vanus 1-2(3)				
Energia kcal		951.61		933.18
Valgud ,g	27.96	11.75%	26	11.14%
Rasvad,g	34.56	32.69%	36.09	34.81%
Süsivesikud,g	132.76	55.8%	124.63	53.42%
vanus 3-5				
Energia kcal		1164.93		1174.58
Valgud ,g	33.98	11.67%	33.36	11.36%
Rasvad,g	40.75	31.48%	40.65	31.15%
Süsivesikud,g	165.91	56.97%	166.01	56.53%
vanus 5-6				
Energia kcal		1406.84		1374.05
Valgud ,g	41.38	11.77%	40.52	11.8%
Rasvad,g	50.62	32.38%	45.69	29.93%
Süsivesikud,g	196.87	55.98%	197.02	57.35%
vanus 6-7				
Energia kcal		1532.15		1511.69
Valgud ,g	45.25	11.81%	44.59	11.8%
Rasvad,g	54.41	31.96%	49.61	29.54%
Süsivesikud,g	215.63	56.29%	218.37	57.78%

kolmapäev
02.04.2025 Allergeen

neljapäev
03.04.2025 Allergeen

Odrahelbepuder	1;2	Piima - hirsisupp	2
Või	2	Või	2
Aedmarjamoos		Sepik ürdivõiga	1;2
Pria piim, R 2.5 %	2	Pria valge redis	
Pria nuikapsas			
Frikadellisupp	1;3	Kalapasta	1;4
Kaerahelbe - õunakrõbedik	1;2	Porgandisalat hernestega	
Vaniljekaste	2	Rabarberikompott	
Leivatoode	1;11;2	Leivatoode	1;11;2
Täisterapasta aedviljadega	1;3	Kanasupp	
Mahlajook		Leivatoode	1;11;2
Leivatoode	1;11;2	Banaan	
Pria õun			

954.69

907.68

31.53 13.21%
28.76 27.11%
142.85 59.85%

29.05 12.8%
32.62 32.34%
124.73 54.97%

1181.99

1178.65

38.28 12.95%
33.98 25.87%
180.92 61.23%

36.2 12.29%
43.19 32.98%
161 54.64%

1408.07

1398.78

45.83 13.02%
40.12 25.64%
216.06 61.38%

45.63 13.05%
47.96 30.86%
196.03 56.06%

1578.44

1561.74

49.66 12.58%
45.51 25.95%
242.38 61.42%

50.42 12.91%
56.12 32.34%
213.61 54.71%

reede
04.04.2025 Allergeen Nädala keskmine

Nisuhelbepuder 1;2
Või 2
Aedmarjamoos
Pria piim, R 2.5 % 2
Pria kaalikas

Ukraina Borš sealihaga
Hapukoor, R 20 % 2
Jõhvika-mannavaht 1
Piim, R 2,5% 2

Ahjupirukas tomati-juustukattega 1;2;3
Mahlajook
Pria õun

	917.89	933.01
27.14 11.83%		28.336 12.15%
40.62 39.83%		34.53 33.31%
113.14 49.3%		127.622 54.71%

	1150.73	1170.176
34.54 12.01%		35.272 12.06%
49.77 38.93%		41.668 32.05%
143.97 50.04%		163.562 55.91%

	1381.1	1393.768
41.81 12.11%		43.034 12.35%
56.53 36.84%		48.184 31.11%
179.46 51.98%		197.088 56.56%

	1533.79	1543.562
43.03 11.22%		46.59 12.07%
65.18 38.25%		54.166 31.58%
196.78 51.32%		217.354 56.33%