

2024	<i>Esmaspäev</i> <i>10.juuni</i>	<i>Teisipäev</i> <i>11.juuni</i>	<i>Kolmapäev</i> <i>12.juuni</i>	<i>Neljapäev</i> <i>13.juuni</i>	<i>Reede</i> <i>14.juuni</i>
HOMMIK	4-viljapuder, moos, piim, kõrvitsaseemned <i>150/15/120/10</i> <i>200/20/150/10</i>	Keedetud muna, leib, või, tomat, kibuvitsatee <i>60/35/10/20/150</i> <i>60/35/10/20/175</i>	Kaerahelbepuder, marjad, piim*, pähklid <i>150/20/120/15</i> <i>200/20/150/15</i>	Tatrahelbepuder, toormoos, kakaojook <i>150/20/120</i> <i>200/20/150</i>	Nisuhelbepuder, või, piim*, päevalilleseemned <i>150/5/120/5</i> <i>200/5/150/5</i>

VAHEPALA	Külmutatud mustikad* <i>50</i>	Pirn* <i>75</i>	Paprika* <i>50</i>	Porgand* <i>75</i>	Õun* <i>75</i>
-----------------	-----------------------------------	--------------------	-----------------------	-----------------------	-------------------

LÕUNA	Hautis sealiha, progandi ja paprikaga, tatar, peedisalat hapukoore ja jogurti majoneesiga, keedetud herned, keefir* <i>100/100/60/30/120</i> <i>130/130/60/30/150</i>	Kana-köögiviljasupp, leib, karulaugupesto, rukkijahuvaht, piim <i>200/55/10/60/80</i> <i>250/55/10/80/100</i>	Koorene kalakaste, kartuli-kaalikapüree, leib, marineeritud kõrvits, smuuti banaani ja maasikatega <i>100/120/18/60/150</i> <i>130/150/18/60/175</i>	Borš lihata, ubadega, hapukoor, leib, jogurti täisteraküpsise maius halvaaga <i>200/10/35/120</i> <i>250/10/35/150</i>	Pilaff kalkunilihast, porgandi porrusalat hapukoorega, aurutatud lillkapsas, keefir* <i>200/60/30/120</i> <i>250/60/30/150</i>
--------------	---	---	--	--	--

OODE	Piima-klimbisupp, sepik, sulatatud juust, kurk <i>120/26/20/20</i> <i>150/26/20/20</i>	Kohupiimavorm, jõhvikakissell, viinamarjad <i>80/120/50</i> <i>100/150/50</i>	Ahjukartulid, külm kaste marineeritud kurgiga, pett <i>120/20/120</i> <i>150/30/150</i>	Köögiviljasalat, leib, mahlajook <i>120/35/150</i> <i>150/35/175</i>	Koorikleib, või, veisesink, kurk, kummeli-sidrundi jäätee, pirn <i>30/15/25/20/150/75</i> <i>30/15/25/20/175/75</i>
-------------	--	---	---	--	---

**PRIA koolikava*

<i>Energia</i>	<i>1163</i>	<i>1139</i>	<i>1146</i>	<i>1154</i>	<i>1157</i>
<i>Süsiv</i>	<i>127</i>	<i>155</i>	<i>143</i>	<i>173</i>	<i>151</i>
<i>Rasvad</i>	<i>51,5</i>	<i>43,6</i>	<i>47,1</i>	<i>41,1</i>	<i>44,2</i>
<i>Valgud</i>	<i>55,4</i>	<i>40,9</i>	<i>43,7</i>	<i>32,0</i>	<i>47,7</i>