

2023	<i>Esmaspäev</i> 18.dets	<i>Teisipäev</i> 19.dets	<i>Kolmapäev</i> 20.dets	<i>Neljapäev</i> 21.dets	<i>Reede</i> 22.dets
HOMMIK	Joogijogurt müsliiga, banaan <i>150/20/100</i> <i>180/30/100</i>	Rukkihelbepuder, külm. mustikad, piim*, mandlid <i>150/20/150/10</i> <i>200/20/175/10</i>	Piima-hirsisupp, leib, või, tomat* <i>150/35/10/20</i> <i>200/35/10/20</i>	Keedumuna, sulajuustusepik, kurk*, kakaojook <i>1tk/1tk/20/150</i> <i>1tk/1tk/20/175</i>	Kaerahelbepuder kaneeli ja õunaga, piim*, rosinad <i>150/150/10</i> <i>200/175/10</i>
VAHEPALA	Külmutatud maasikad* <i>50</i>	Nuikapsas <i>75</i>	Õun* <i>75</i>	Porgand* <i>75</i>	Paprika* <i>75</i>
LÕUNA	Läätsesupp veisehakkliha ja punaste ubadega, hapukoor, leib, rukkijahuvaht, piim* <i>200/10/35/60/80</i> <i>250/10/35/80/100</i>	Hakkpall porgandiga, kaalika- kartulipuder, valge kaste, marineeritud peedisalat, kurk, pett* <i>1tk/120/40/30/30/150</i> <i>1tk/150/60/30/30/175</i>	Kalasupp munaga, leib, maitsevõi tilliga, kohupiimakreem pohlakisseliga <i>200/35/10/60/80</i> <i>250/35/10/80/100</i>	Riis, kalkuniguljašš, leib, kaalika-hapukooresalat, keedetud herned, keefir* <i>100/100/35/30/30/150</i> <i>130/130/35/30/30/175</i>	Borš sealihaga, hapukoor, leib, või, maasikajogurt <i>200/10/35/10/120</i> <i>250/10/35/10/150</i>
OODE	Sepik pitsakattega, mahlajook <i>1tk/150</i> <i>1tk/150</i>	Kodujuustuvaht, marjasegu, maitsevesi <i>120/15/150</i> <i>150/20/175</i>	Keefiri-banaanismuuti, piparkook, maitsevesi <i>150/30/150</i> <i>180/30/175</i>	Makaronisalat singiga, mandariin, kibuvitsatee <i>120/80/150</i> <i>150/80/175</i>	Purukook pohladega, kibuvitsatee <i>1tk/150</i> <i>1tk/175</i>
<i>*PRIA koolikava</i>					
<i>Energia</i>	<i>1180</i>	<i>1146</i>	<i>1137</i>	<i>1121</i>	<i>1144</i>
<i>Süsiv</i>	<i>169</i>	<i>120</i>	<i>152</i>	<i>154</i>	<i>168</i>
<i>Rasvad</i>	<i>38,7</i>	<i>54,3</i>	<i>46,3</i>	<i>41,1</i>	<i>41,9</i>
<i>Valgud</i>	<i>47,1</i>	<i>50,1</i>	<i>34,3</i>	<i>50,5</i>	<i>32,8</i>