

2023	<i>Esmaspäev</i> 27.nov	<i>Teisipäev</i> 28.nov	<i>Kolmapäev</i> 29.nov	<i>Neljapäev</i> 30.nov	<i>Reede</i> 01.dets
<b>HOMMIK</b>	4-viljapuder, maasika toormoos, piim* <i>150/20/150</i> <i>200/20/175</i>	Piima-kruubisupp, leib munavõiga, tomat* <i>150/1tk/20</i> <i>200/1tk/20</i>	8-viljapuder, mustsõstrad, piim* <i>150/20/150</i> <i>200/20/175</i>	Piima-rukkihelbesupp, sepik keeduvorstiga, paprika* <i>150/1tk/20</i> <i>200/1tk/20</i>	Tatrahelbepuder, või, kakaojook <i>150/5/150</i> <i>200/5/175</i>
<b>VAHEPALA</b>	Kirsid* <i>50</i>	Pirn* <i>75</i>	Tomat* <i>50</i>	Lillkapsas* <i>50</i>	Õun* <i>75</i>
<b>LÖUNA</b>	Makaronid veisehakkliha ja lillkapsaga, kiudainete rikas salat, pett* <i>200/60/150</i> <i>250/60/175</i>	Kartuli-klilmbisupp kanaga, leib, kõrvitsa-kikerhernepesto basiilikuga, kakao-kohupiimavaht <i>200/35/10/120</i> <i>250/35/10/150</i>	Värskekapsa-hakkliha hautis, kartul, leib, marineeritud peedisalat, konserveeritud kurk, keefir* <i>100/120/35/30/30/150</i> <i>130/150/35/30/30/175</i>	Kalaseljanka, hapukoor, leib, rullbiskviit pohlakisselliga <i>200/10/35/40/80</i> <i>250/10/35/60/100</i>	Kurzeme strooganov, riis, porgandi-hapukapsasalat, piim* <i>100/100/60/150</i> <i>130/130/60/175</i>
<b>OODE</b>	Soe ahjusepik juustuga, paprika*, piparmündilaimi jäätée <i>1tk/20/150</i> <i>1tk/20/175</i>	Tatratotletid, jogurti-keefirikaste maitserohelisega, maitsevesi, kurk*, india pähklid <i>80/30/150/20/10</i> <i>100/40/175/20/10</i>	Kartuli-läätsepuder, kurgisalat hapukoorega, banaan, mahlajook <i>120/30/100/150</i> <i>150/40/100/175</i>	Kartulisalat kodujuustuga, maitsevesi, pirn* <i>120/150/75</i> <i>150/175/75</i>	Oatfiti kaerasüda lehtsalati ja kanasingiga, kibuvitsatee, viinamarjad <i>1tk/150/80</i> <i>1tk/175/80</i>
*PRIA koolikava					
<i>Energia</i>	<i>1145</i>	<i>1149</i>	<i>1141</i>	<i>1132</i>	<i>1145</i>
<i>Süsiv</i>	<i>157</i>	<i>146</i>	<i>169</i>	<i>139</i>	<i>152</i>
<i>Rasvad</i>	<i>36,6</i>	<i>39,5</i>	<i>36,4</i>	<i>47,5</i>	<i>43,5</i>
<i>Valgud</i>	<i>54,5</i>	<i>62,1</i>	<i>43,3</i>	<i>46</i>	<i>43,2</i>