





## Koolilõuna 07.09-11.09.2020

Esmaspäev		Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, kokku, g	Rasvad, g	Valgud, g
Lõunasöök	Kalkunipada paprika ja tomatitega	160,00	237,49	24,57	15,84	14,51
	Tatar, aurutatud	100,00	79,86	16,57	0,50	2,97
	Pasta, keedetud(MAHE)	100,00	122,57	25,00	1,04	4,39
	Kapsa-porgandisalat päevalilleseemnetega	50,00	64,50	4,82	4,66	1,56
	Kaalika-mangosalat	50,00	36,00	6,41	0,06	0,56
	Ahjusuvikõrvits ürtidega	40,00	23,50	1,43	1,29	0,59
	PRIA Piimatooted (piim, keefir)	kuni 250				
	Leiva- ja sepikutoodete valik (5 sorti)	50,00	115,00	24,60	0,83	3,94
	Õun (PRIA)	100,00	47,20	13,10	0,00	0,00
	<b>Kokku:</b>		726,11	116,50	24,22	28,52

Teispäev		Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, kokku, g	Rasvad, g	Valgud, g
Lõunasöök	Sealihaguljašš	160,00	289,70	9,45	17,41	13,95
	Kartul, aurutatud	100,00	75,43	17,43	0,10	1,96
	Riis, aurutatud	100,00	128,71	29,57	0,27	2,50
	Kaalika-porgandisalat apelsiniga	50,00	34,12	9,07	0,14	0,25
	Kapsa-kurgi-paprikasalat	50,00	51,20	11,58	4,16	1,59
	PRIA Piimatooted (piim, keefir)	kuni 250				
	Leiva- ja sepikutoodete valik (5 sorti)	60,00	138,00	29,52	1,00	4,73
	Ploom (PRIA koolipuuvili)	100,00	41,70	10,10	0,30	0,50
	<b>Kokku:</b>		758,86	116,72	23,37	25,48

Kolmapäev		Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, kokku, g	Rasvad, g	Valgud, g
Lõunasöök	Kalaseljanka	320,00	247,04	24,82	15,31	13,82
	Hapukoore	20,00	43,80	0,76	4,24	0,66
	Maisimannakreem sõstrakisselliga	150,00	263,50	42,90	2,90	4,31
	PRIA Piimatooted (piim, keefir)	150,00	82,20	7,13	3,82	4,83
	Leiva- ja sepikutoodete valik (5 sorti)	50,00	115,00	24,60	0,83	3,94
	Porgand (PRIA)	100,00	32,40	8,50	0,20	0,60
	<b>Kokku:</b>		783,94	108,71	27,30	28,16

Neljapäev		Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, kokku, g	Rasvad, g	Valgud, g
Lõunasöök	Veiseliha(MAHE)-pikkpoiss	80,00	226,00	16,60	8,19	13,00
	Koorekaste	70,00	134,82	5,11	12,00	1,72
	Kartulipüree	100,00	70,86	15,00	0,49	2,16
	Riisisegu (must, punane, valge), aurutatud	100,00	155,71	32,57	1,36	4,26
	Hiiinakapsasalat idude ja linaseemnetega	50,00	39,10	3,69	2,30	1,78
	Peedi-küüslaugusalat	50,00	56,30	5,05	3,50	0,85
	PRIA Piimatooted (piim, keefir)	kuni 250				
	Leiva- ja sepikutoodete valik (5 sorti)	50,00	115,00	24,60	0,83	3,94
	Pirn (PRIA)	100,00	41,00	11,90	0,00	0,30
	<b>Kokku:</b>		838,79	114,52	28,66	28,00

Reede		Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, kokku, g	Rasvad, g	Valgud, g
Lõunasöök	Seahakkliha-hapukoorekaste	160,00	341,71	17,17	16,80	15,91
	Kartul, aurutatud	100,00	75,43	17,43	0,10	1,96
	Pasta, keedetud	100,00	122,57	25,00	1,04	4,39
	Värskekapsa-kurgisalat	50,00	10,50	2,36	2,07	0,43
	Porgandisalat kõrvitsaseemnetega	50,00	45,80	15,37	3,36	1,47
	Roheline tee puuviljadega	200,00	0,80	0,00	0,00	0,15
	PRIA Piimatooted (piim, keefir)	kuni 250				
	Leiva- ja sepikutoodete valik (5 sorti)	50,00	115,00	24,60	0,83	3,94
	Õun (PRIA)	100,00	47,20	13,10	0,00	0,00
	<b>Kokku:</b>		759,01	115,02	24,20	28,24

PRIA KOOLIPIIMA JA PUUVILJA PAKUME IGA PÄEV



## Lihavaba toit 07.09-11.09.2020

Esmaspäev		Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, kokku, g	Rasvad, g	Valgud, g
Lõunasöök	Burgundiapada peediga	160,00	237,49	24,57	15,84	14,51
	Tatar, aurutatud	100,00	79,86	16,57	0,50	2,97
	Pasta, keedetud	100,00	122,57	25,00	1,04	4,39
	Kapsa-porgandisalat päevaliliseemnetega	50,00	64,50	4,82	4,66	1,56
	Kaaliika-mangosalat	50,00	36,00	6,41	0,06	0,56
	Ahjusuvikõrvits ürtidega	40,00	23,50	1,43	1,29	0,59
	PRIA Piimatooted (piim, keefir)	kuni 250				
	Leiva- ja sepikutoodete valik (5 sorti)	50,00	115,00	24,60	0,83	3,94
	Õun (PRIA)	100,00	47,20	13,10	0,00	0,00
	<b>Kokku:</b>		726,11	116,50	24,22	28,52

Teisipäev		Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, kokku, g	Rasvad, g	Valgud, g
Lõunasöök	Kikerhernekari	160,00	278,23	7,35	15,40	11,95
	Kartul, aurutatud	100,00	75,43	17,43	0,10	1,96
	Riis, aurutatud	100,00	128,71	29,57	0,27	2,50
	Kaaliika-porgandisalat apelsiniga	50,00	34,12	9,07	0,14	0,25
	Kapsa-kurgi-paprikasalat	50,00	51,20	11,58	4,16	1,59
	PRIA Piimatooted (piim, keefir)	kuni 250				
	Leiva- ja sepikutoodete valik (5 sorti)	60,00	138,00	29,52	1,00	4,73
	Ploom (PRIA koilpuuvili)	100,00	41,70	10,10	0,30	0,50
	<b>Kokku:</b>		747,39	114,62	21,36	23,48

Kolmapäev		Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, kokku, g	Rasvad, g	Valgud, g
Lõunasöök	Seeneseljanka	320,00	223,40	26,50	14,31	11,62
	Hapukoor	20,00	43,80	0,76	4,24	0,66
	Maisimannakreem sõstrakisselliga	150,00	263,50	42,90	2,90	4,31
	PRIA Piimatooted (piim, keefir)	150,00	82,20	7,13	3,82	4,83
	Leiva- ja sepikutoodete valik (5 sorti)	50,00	115,00	24,60	0,83	3,94
	Porgand (PRIA)	100,00	32,40	8,50	0,20	0,60
	<b>Kokku:</b>		760,30	110,39	26,30	25,96

Neljapäev		Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, kokku, g	Rasvad, g	Valgud, g
Lõunasöök	Läätsepikkpoiss	80,00	126,80	11,20	6,19	11,00
	Koorekaste	70,00	134,82	5,11	12,00	1,72
	Kartulipüree	100,00	70,86	15,00	0,49	2,16
	Riisisegu (must, punane, valge), aurutatud	100,00	155,71	32,57	1,36	4,26
	Hiinakapsasalat idude ja linaseemnetega	50,00	39,10	3,69	2,30	1,78
	Peedi-küüslaugusalat	50,00	56,30	5,05	3,50	0,85
	PRIA Piimatooted (piim, keefir)	kuni 250				
	Leiva- ja sepikutoodete valik (5 sorti)	50,00	115,00	24,60	0,83	3,94
	Pirn (PRIA)	100,00	41,00	11,90	0,00	0,30
	<b>Kokku:</b>		739,59	109,12	26,67	26,00

Reede		Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, kokku, g	Rasvad, g	Valgud, g
Lõunasöök	Koorene köögiviljapasta	280,00	514,23	57,12	21,04	19,90
	Värskekapsa-kurgisalat	50,00	40,46	2,69	2,84	1,55
	Porgandisalat kõrvitsaseemnetega	50,00	45,80	15,37	3,36	1,47
	Roheline tee puuviljadega	200,00	0,80	0,00	0,00	0,15
	PRIA Piimatooted (piim, keefir)	kuni 250				
	Leiva- ja sepikutoodete valik (5 sorti)	50,00	115,00	24,60	0,83	3,94
	Õun (PRIA)	100,00	47,20	13,10	0,00	0,00
	<b>Kokku:</b>		763,49	112,88	28,07	27,01

PRIA KOOLPIIMA JA PUUVILJA PAKUME IGA PÄEV

Menüü kaloraaž on arvestatud III vanuseastmele.

**Koolilõuna 14.09-18.09.2020**

<b>Esmaspäev</b>		<b>Kogus, g</b>	<b>Energia, kcal</b>	<b>Süsivesikud, kokku, g</b>	<b>Rasvad, g</b>	<b>Valgud, g</b>
Lõunasöök	Sealiha-hautis aedubadega	160,00	326,16	17,45	20,46	13,03
	Kartul, aurutatud	100,00	75,43	17,43	0,10	1,96
	Tatar, aurutatud	100,00	79,86	16,57	0,50	2,97
	Kapsa-kaalikasalat päevaliliseemnetega	50,00	60,10	13,62	4,64	1,67
	Porgandisalat granaatõunaseemnete ja virsikutega	50,00	46,90	15,92	0,36	2,38
	PRIA Piimatooted (piim, keefir)	kuni 250				
	Leiva- ja sepikutoodete valik (5 sorti)	50,00	115,00	24,60	0,83	3,94
	Ploom (PRIA)	100,00	41,70	10,10	0,30	0,30
	<b>Kokku:</b>		<b>745,15</b>	<b>115,69</b>	<b>27,19</b>	<b>26,25</b>

<b>Teisipäev</b>		<b>Kogus, g</b>	<b>Energia, kcal</b>	<b>Süsivesikud, kokku, g</b>	<b>Rasvad, g</b>	<b>Valgud, g</b>
Lõunasöök	Ahjukala röösa koore-munakastmes tilliga	160,00	344,00	19,54	18,51	17,94
	Riis, aurutatud(MAHE)	100,00	128,71	29,57	0,27	2,50
	Kartuli-porgandipüree	100,00	52,29	12,40	0,14	1,29
	Aurutatud brokoli-lillkapsasegu	40,00	30,90	2,23	2,11	1,26
	Hiinakapsasalat paprikaga	50,00	29,60	2,16	2,13	0,79
	Porgandisalat jõhvikatega	50,00	36,30	7,81	0,46	0,57
	PRIA Piimatooted (piim, keefir)	kuni 250				
	Leiva- ja sepikutoodete valik (5 sorti)	50,00	115,00	24,60	0,83	3,94
	Õun (PRIA)	100,00	47,20	13,10	0,00	0,00
	<b>Kokku:</b>		<b>784,00</b>	<b>111,41</b>	<b>24,45</b>	<b>28,30</b>

<b>Kolmapäev</b>		<b>Kogus, g</b>	<b>Energia, kcal</b>	<b>Süsivesikud, kokku, g</b>	<b>Rasvad, g</b>	<b>Valgud, g</b>
Lõunasöök	Punapeedisupp punase kapsa ja sealihaga	320,00	280,32	22,91	20,13	17,28
	Hapukoor	20,00	43,80	0,76	4,24	0,66
	Õuna-leivakreem piimaga	160,00	311,20	45,41	2,94	3,28
	PRIA Piimatooted (piim, keefir)	kuni 250				
	Leiva- ja sepikutoodete valik (5 sorti)	60,00	138,00	29,52	1,00	4,73
	Pirn (PRIA)	100,00	41,00	11,90	0,00	0,30
	<b>Kokku:</b>		<b>814,32</b>	<b>110,50</b>	<b>28,31</b>	<b>26,25</b>

<b>Neljapäev</b>		<b>Kogus, g</b>	<b>Energia, kcal</b>	<b>Süsivesikud, kokku, g</b>	<b>Rasvad, g</b>	<b>Valgud, g</b>
Lõunasöök	Bolgnese kaste veisehakklihast	160,00	301,23	8,40	21,80	14,68
	Pasta, keedetud(MAHE)	100,00	122,57	25,00	1,04	4,39
	Riis, aurutatud	100,00	128,71	29,57	0,27	2,50
	Kaalikasalat rosinatega	50,00	34,10	9,07	0,14	0,25
	Punasekapsasalat porruga	50,00	36,36	6,86	2,95	1,45
	PRIA Piimatooted (piim, keefir)	kuni 250				
	Leiva- ja sepikutoodete valik (5 sorti)	60,00	138,00	29,52	1,00	4,73
	Porgand (PRIA)	100,00	32,40	8,50	0,20	0,60
	<b>Kokku:</b>		<b>793,38</b>	<b>116,92</b>	<b>27,39</b>	<b>28,59</b>

<b>Reede</b>		<b>Kogus, g</b>	<b>Energia, kcal</b>	<b>Süsivesikud, kokku, g</b>	<b>Rasvad, g</b>	<b>Valgud, g</b>
Lõunasöök	Kanakintsulihahautis tomatite ja küüslauguga	160,00	251,43	8,75	17,57	12,46
	Kartul, aurutatud	100,00	75,43	17,43	0,10	1,96
	Tatar, aurutatud	100,00	79,86	16,57	0,50	2,97
	Porgandisalat ananassidega	50,00	38,20	6,59	1,85	0,22
	Värskekapsa-sellerisalat hernevõrsetega	50,00	138,00	21,30	3,67	6,17
	PRIA Piimatooted (piim, keefir)	kuni 250				
	Leiva- ja sepikutoodete valik (5 sorti)	50,00	115,00	24,60	0,83	3,94
	Õun (PRIA)	100,00	47,20	13,10	0,00	0,00
	<b>Kokku:</b>		<b>745,11</b>	<b>108,34</b>	<b>24,52</b>	<b>27,71</b>

PRIA KOOLIPIIMA JA PUUVILJA PAKUME IGA PÄEV

Menüü kaloraaz on arvestatud III vanuseastmele.



## Lihavaba toit 14.09-18.09.2020

Esmaspäev		Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, kokku, g	Rasvad, g	Valgud, g
Lõunasöök	Hautis erinevate ubadega	160,00	316,25	14,20	18,46	10,30
	Kartul, aurutatud	100,00	75,43	17,43	0,10	1,96
	Tatar, aurutatud	100,00	79,86	16,57	0,50	2,97
	Kapsa-kaalikasalat päevalilleseemnetega	50,00	60,10	13,62	4,64	1,67
	Porgandisalat granaatõunaseemnete ja virsikutega	50,00	46,90	15,92	0,36	2,38
	PRIA Piimatooted (piim, keefir)	kuni 250				
	Leiva- ja sepikutoodete valik (5 sorti)	50,00	115,00	24,60	0,83	3,94
	Ploom (PRIA)	100,00	41,70	10,10	0,30	0,30
	<b>Kokku:</b>		735,24	112,44	25,19	23,52

Teisipäev		Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, kokku, g	Rasvad, g	Valgud, g
Lõunasöök	Muna-kurgikaste tilliga	160,00	324,00	17,23	19,51	16,84
	Riis, aurutatud	100,00	128,71	29,57	0,27	2,50
	Kartuli-porgandipüree	100,00	52,29	12,40	0,14	1,29
	Aurutatud brokkoli-illikapsasegu	40,00	30,90	2,23	2,11	1,26
	Hiinakapsasalat paprikaga	50,00	29,60	2,16	2,13	0,79
	Porgandisalat jõhvikatega	50,00	36,30	7,81	0,46	0,57
	PRIA Piimatooted (piim, keefir)	kuni 250				
	Leiva- ja sepikutoodete valik (5 sorti)	50,00	115,00	24,60	0,83	3,94
	Õun (PRIA)	100,00	47,20	13,10	0,00	0,00
	<b>Kokku:</b>		764,00	109,10	25,44	27,19

Kolmapäev		Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, kokku, g	Rasvad, g	Valgud, g
Lõunasöök	Punapeedisupp punasekapsaga	320,00	250,32	20,91	18,20	15,40
	Hapukoor	20,00	43,80	0,76	4,24	0,66
	Õuna-leivakreem piimaga	160,00	311,20	45,41	2,94	3,28
	PRIA Piimatooted (piim, keefir)	kuni 250				
	Leiva- ja sepikutoodete valik (5 sorti)	60,00	138,00	29,52	1,00	4,73
	Pirn (PRIA)	100,00	41,00	11,90	0,00	0,30
	<b>Kokku:</b>		784,32	108,50	26,38	24,37

Neljapäev		Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, kokku, g	Rasvad, g	Valgud, g
Lõunasöök	Läätsebolognese	160,00	241,45	5,48	18,97	13,24
	Pasta, keedetud	100,00	122,57	25,00	1,04	4,39
	Riis, aurutatud	100,00	128,71	29,57	0,27	2,50
	Kaalikasalat rosinatega	50,00	34,10	9,07	0,14	0,25
	Punasekapsasalat porruga	50,00	36,36	6,86	2,95	1,45
	PRIA Piimatooted (piim, keefir)	kuni 250				
	Leiva- ja sepikutoodete valik (5 sorti)	60,00	138,00	29,52	1,00	4,73
	Porgand (PRIA)	100,00	32,40	8,50	0,20	0,60
	<b>Kokku:</b>		733,60	114,00	24,56	27,15

Reede		Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, kokku, g	Rasvad, g	Valgud, g
Lõunasöök	Tomati-nuikapsahautis selleriga	160,00	231,20	8,75	17,57	10,46
	Kartul, aurutatud	100,00	75,43	17,43	0,10	1,96
	Tatar, aurutatud	100,00	79,86	16,57	0,50	2,97
	Porgandisalat ananassidega	50,00	38,20	6,59	1,85	0,22
	Värskekapsa-sellerisalat hernevõrsetega	50,00	138,00	21,30	3,67	6,17
	PRIA Piimatooted (piim, keefir)	kuni 250				
	Leiva- ja sepikutoodete valik (5 sorti)	50,00	115,00	24,60	0,83	3,94
	Õun (PRIA)	100,00	47,20	13,10	0,00	0,00
	<b>Kokku:</b>		724,89	108,34	24,52	25,72

PRIA KOOLPIIMA JA PUUVILJA PAKUME IGA PÄEV

Menüü kaloraal on arvestatud III vanuseastmele.

**Koolilõuna 21.09-25.09.2020**

<b>Esmaspäev</b>		<b>Kogus, g</b>	<b>Energia, kcal</b>	<b>Süsivesikud, kokku, g</b>	<b>Rasvad, g</b>	<b>Valgud, g</b>
Lõunasöök	Kurseme strogonov	160,00	318,86	21,91	18,11	14,00
	Pasta, keedetud	100,00	122,57	25,00	1,04	4,39
	Kartul, aurutatud	100,00	75,43	17,43	0,10	1,96
	Kapsa-tomatisalat	50,00	54,80	5,65	2,24	0,36
	Punapeedisalat	50,00	51,50	8,36	2,06	0,50
	PRIA Piimatooted (piim, keefir)	kuni 250				
	Leiva- ja sepikutoodete valik (5 sorti)	50,00	115,00	24,60	0,83	3,94
	Ploom (PRIA)	100,00	41,70	10,10	0,30	0,00
	<b>Kokku:</b>		779,86	113,05	24,69	25,14

<b>Teisipäev</b>		<b>Kogus, g</b>	<b>Energia, kcal</b>	<b>Süsivesikud, kokku, g</b>	<b>Rasvad, g</b>	<b>Valgud, g</b>
Lõunasöök	Kalkuniguljašš	160,00	321,70	27,56	22,40	15,41
	Kartulipüree	100,00	70,86	15,00	0,49	2,16
	Tatar, aurutatud	100,00	79,86	16,57	0,50	2,97
	Porgandi-redisesalat pähklitega	50,00	32,70	5,37	0,64	0,54
	Kapsasalat tilli ja kikerhernestega	50,00	29,30	3,60	1,36	0,78
	Aurutatud herne-porgandisegu	40,00	34,10	4,01	2,09	0,45
	PRIA Piimatooted (piim, keefir)	kuni 250				
	Leiva- ja sepikutoodete valik (5 sorti)	50,00	115,00	24,60	0,83	3,94
	Pirn (PRIA)	100,00	41,00	11,90	0,00	0,30
	<b>Kokku:</b>		724,52	108,61	28,31	26,54

<b>Kolmapäev</b>		<b>Kogus, g</b>	<b>Energia, kcal</b>	<b>Süsivesikud, kokku, g</b>	<b>Rasvad, g</b>	<b>Valgud, g</b>
Lõunasöök	Lõhesupp riisi ja spinatiga	300,00	372,10	30,69	17,09	15,74
	Tikrikissell kohupiimavahuga	160,00	302,14	51,20	7,25	7,23
	PRIA Piimatooted (piim, keefir)	kuni 250				
	Leiva- ja sepikutoodete valik (5 sorti)	60,00	138,00	29,52	1,00	4,73
	Peakapsas, valge / lillkapsas (PRIA)	100,00	24,40	5,40	0,20	1,36
	<b>Kokku:</b>		836,64	116,81	25,53	29,06

<b>Neljapäev</b>		<b>Kogus, g</b>	<b>Energia, kcal</b>	<b>Süsivesikud, kokku, g</b>	<b>Rasvad, g</b>	<b>Valgud, g</b>
Lõunasöök	Veiseliharoog köögiviljadega	160,00	321,40	24,50	24,80	18,60
	Kartul, aurutatud	100,00	75,43	17,43	0,10	1,96
	Riis, aurutatud	100,00	128,71	29,57	0,27	2,50
	Kapsa-porgandisalat paprikaga	50,00	36,90	6,14	2,04	0,60
	Hiiinakapsasalat maisi ja hernestega	50,00	26,90	4,26	0,14	1,01
	PRIA Piimatooted (piim, keefir)	kuni 250				
	Leiva- ja sepikutoodete valik (5 sorti)	50,00	115,00	24,60	0,83	3,94
	Porgand (PRIA)	100,00	32,40	8,50	0,20	0,60
	<b>Kokku:</b>		736,74	115,00	28,38	29,21

<b>Reede</b>		<b>Kogus, g</b>	<b>Energia, kcal</b>	<b>Süsivesikud, kokku, g</b>	<b>Rasvad, g</b>	<b>Valgud, g</b>
Lõunasöök	Kartuli-suvikõrvitsavorm seahakklihaga	280,00	427,84	34,38	21,95	13,44
	Kodujuustu-tomatisalat	50,00	32,80	1,87	1,08	4,07
	Kaalikasalat apelsinidega	50,00	29,10	4,70	0,03	0,62
	Rukkikama-keefirjook vaarikatega	200,00	183,33	31,77	4,13	6,03
	PRIA Piimatooted (piim, keefir)	kuni 250				
	Leiva- ja sepikutoodete valik (5 sorti)	50,00	115,00	24,60	0,83	3,94
	Õun (PRIA)	100,00	47,20	13,10	0,00	0,00
	<b>Kokku:</b>		835,27	110,43	28,03	28,10

PRIA KOOLIPIIMA JA PUUVILJA PAKUME IGA PÄEV

Menüü kaloraaz on arvestatud III vanuseastmele.

**Lihavaba toit 21.09-25.09.2020**

<b>Esmaspäev</b>		<b>Kogus, g</b>	<b>Energia, kcal</b>	<b>Süsivesikud, kokku, g</b>	<b>Rasvad, g</b>	<b>Valgud, g</b>
Lõunasöök	Köögilviljaorsoto	280,00	358,20	53,46	10,23	22,31
	Koorekaste	70,00	134,82	5,11	12,00	1,72
	Kapsa-tomatisalat	50,00	54,80	5,65	2,24	0,36
	Punapeedisalat	50,00	51,50	8,36	2,06	0,50
	PRIA Piimatooted (piim, keefir)	kuni 250				
	Leiva- ja sepikutoodete valik (5 sorti)	50,00	115,00	24,60	0,83	3,94
	Ploom (PRIA)	100,00	41,70	10,10	0,30	0,00
	<b>Kokku:</b>		756,02	107,28	27,66	28,83

<b>Teisipäev</b>		<b>Kogus, g</b>	<b>Energia, kcal</b>	<b>Süsivesikud, kokku, g</b>	<b>Rasvad, g</b>	<b>Valgud, g</b>
Lõunasöök	Valged oad tomatikastmes	160,00	321,40	26,50	22,02	16,17
	Kartulipüree	100,00	70,86	15,00	0,49	2,16
	Tatar,aurutatud	100,00	79,86	16,57	0,50	2,97
	Porgandi-redisesalat pähklitega	50,00	32,70	5,37	0,64	0,54
	Kapsasalat tilli ja kikerhernestega	50,00	29,30	3,60	1,36	0,78
	Aurutatud herne-porgandiseegu	40,00	34,10	4,01	2,09	0,45
	PRIA Piimatooted (piim, keefir)	kuni 250				
	Leiva- ja sepikutoodete valik (5 sorti)	50,00	115,00	24,60	0,83	3,94
	Pirn (PRIA)	100,00	41,00	11,90	0,00	0,30
	<b>Kokku:</b>		724,22	107,55	27,93	27,30

<b>Kolmapäev</b>		<b>Kogus, g</b>	<b>Energia, kcal</b>	<b>Süsivesikud, kokku, g</b>	<b>Rasvad, g</b>	<b>Valgud, g</b>
Lõunasöök	Köögilviljapüreesupp	300,00	287,00	22,67	16,62	15,31
	Tikrikissell kohupiimavahuga	160,00	307,90	51,20	7,25	7,23
	PRIA Piimatooted (piim, keefir)	kuni 250				
	Leiva- ja sepikutoodete valik (5 sorti)	60,00	138,00	29,52	1,00	4,73
	Peakapsas, valge / liilkapsas (PRIA)	100,00	24,40	5,40	0,20	1,36
	<b>Kokku:</b>		757,30	108,79	25,07	28,63

<b>Neljapäev</b>		<b>Kogus, g</b>	<b>Energia, kcal</b>	<b>Süsivesikud, kokku, g</b>	<b>Rasvad, g</b>	<b>Valgud, g</b>
Lõunasöök	Porgandi kotlet	80,00	179,00	15,07	10,71	10,07
	Kartul, aurutatud	100,00	75,43	17,43	0,10	1,96
	Riis, aurutatud	100,00	128,71	29,57	0,27	2,50
	Koorekaste	70,00	134,82	5,11	12,00	1,72
	Kapsa-porgandisalat paprikaga	50,00	36,90	6,14	2,04	0,60
	Hiinakapsasalat maisi ja hernestega	50,00	26,90	4,26	0,14	1,01
	PRIA Piimatooted (piim, keefir)	kuni 250				
	Leiva- ja sepikutoodete valik (5 sorti)	50,00	115,00	24,60	0,83	3,94
	Porgand (PRIA)	100,00	32,40	8,50	0,20	0,60
	<b>Kokku:</b>		729,16	110,68	26,29	22,40

<b>Reede</b>		<b>Kogus, g</b>	<b>Energia, kcal</b>	<b>Süsivesikud, kokku, g</b>	<b>Rasvad, g</b>	<b>Valgud, g</b>
Lõunasöök	Kartuli-suvikõrvitsavorm	280,00	398,00	31,99	20,42	12,50
	Kodujuustu-tomatisalat	50,00	32,80	1,87	1,08	4,07
	Kaalikasalat apelsinidega	50,00	29,10	4,70	0,03	0,62
	Rukkikama-keefirjook vaarikatega	200,00	183,33	31,77	4,13	6,03
	PRIA Piimatooted (piim, keefir)	kuni 250				
	Leiva- ja sepikutoodete valik (5 sorti)	50,00	115,00	24,60	0,83	3,94
	Õun (PRIA)	100,00	47,20	13,10	0,00	0,00
	<b>Kokku:</b>		805,43	108,03	26,50	27,16

**PRIA KOOLIPIIMA JA PUUVILJA PAKUME IGA PÄEV**

Menüü kaloraaž on arvestatud III vanuseastmele.