

Esmaspäev 02.02

Hommikusöök	Kogus,	Energia,	Süsivesik	Rasva	Valgud,
Seitsmeviljapuder	200,00	228,00	37,30	5,58	9,29
Pudrulisad*	50,00	86,66	13,40	3,65	0,63
Piim	150,00	86,70	7,95	3,90	4,95
Toidukord kokku		401,36	58,65	13,13	14,87

Teisipäev 03.02

Hommikusöök	Kogus,	Energia,	Süsivesik	Rasva	Valgud,
Kolmeviljapuder	200,00	274,00	37,20	4,04	6,68
Pudrulisand*	50,00	86,66	13,40	3,65	0,63
Puuviljatee	100,00	59,90	15,00	0,00	0,00
Toidukord kokku		420,56	65,60	7,69	7,31

Kolmapäev 04.02

Hommikusöök	Kogus,	Energia,	Süsivesik	Rasva	Valgud,
Võileib	50,00	206,00	30,90	7,29	5,18
Munapuder	100,00	250,40	29,44	8,08	6,76
Toidukord kokku		456,40	60,34	15,37	11,94

Neljapäev 05.02

Hommikusöök	Kogus,	Energia,	Süsivesik	Rasva	Valgud,
Mannapuder	200,00	285,00	35,20	13,80	11,70
Pudrulisand*	50,00	86,66	13,40	3,65	0,63
Piim	150,00	86,70	7,95	3,90	4,95
Toidukord kokku		458,36	56,55	21,35	17,28

Reede 06.02

Hommikusöök	Kogus,	Energia,	Süsivesik	Rasva	Valgud,
Pudrulisand*	40,00	150,00	32,60	0,30	3,25
Tatrapuder	200,00	300,00	35,20	13,00	9,88
Toidukord kokku		450,00	67,80	13,30	13,13

Nädala keskmine KOKKU 446,33 62,57 14,43 12,42

*Pudrulisandisse kuulub- või, hapukoor, moos, marjad ja seemned.

Menüü kaloraaž on arvestatud I vanuseastmele.