

Esmaspäev 8.09

Hommikusöök	Kogus,	Energia,	Süsivesi	Rasvad,	Valgud,
Kaerahelbepuder	200,00	324,00	41,90	13,51	10,42
Pudrulisand*	40,00	69,33	10,72	2,92	0,50
Kummelitee	100,00	40,30	15,00	0,00	0,09
Toidukord kokku		433,63	67,62	16,43	11,01

Teisipäev 9.09

Hommikusöök	Kogus,	Energia,	Süsivesi	Rasvad,	Valgud,
Nisuhelbepuder	200,00	308,00	33,30	8,22	9,40
Pudrulisand*	40,00	69,33	10,72	2,92	0,50
Puuviljatee	100,00	59,90	15,00	0,00	0,00
Toidukord kokku		437,23	59,02	11,14	9,90

Kolmapäev 10.09

Hommikusöök	Kogus,	Energia,	Süsivesi	Rasvad,	Valgud,
Pudrulisand*	40,00	184,32	31,68	4,98	5,85
Hirsi-kõrvitsapuder	180,00	270,00	31,68	11,70	8,89
Toidukord kokku		454,32	63,36	16,68	14,74

Neljapäev 11.09

Hommikusöök	Kogus,	Energia,	Süsivesi	Rasvad,	Valgud,
Kolmeviljapuder	200,00	239,00	44,60	8,32	6,39
Pudrulisand*	40,00	69,33	10,72	2,92	0,50
Piim	100,00	57,80	5,30	2,60	3,30
Toidukord kokku		366,13	60,62	13,84	10,19

Reede 12.09

Hommikusöök	Kogus,	Energia,	Süsivesi	Rasvad,	Valgud,
Maisihelbed	40,00	150,00	32,60	0,30	3,25
Maitsestatud jogurt marjadega	200,00	250,40	29,44	8,08	6,76
Toidukord kokku		400,40	62,04	8,38	10,01

Nädala keskmine

KOKKU	418,34	62,53	13,29	11,17
--------------	---------------	--------------	--------------	--------------

*Pudrulisandisse kuulub- või, hapukoor, moos, marjad ja seemned.
Menüü kaloraaž on arvestatud I vanuseastmele.