

Esmaspäev 13.01

| Hommikusöök | Kogus, | Energia, | Süsivesi | Rasvad, | Valgud, |
|--------------------|---------------|-----------------|-----------------|----------------|----------------|
| Rukkihelbepuder | 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 14.01

| Hommikusöök | Kogus, | Energia, | Süsivesi | Rasvad, | Valgud, |
|--------------------|---------------|-----------------|-----------------|----------------|----------------|
| Kolmeviljapuder | 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 15.01

| Hommikusöök | Kogus, | Energia, | Süsivesi | Rasvad, | Valgud, |
|--------------------|---------------|-----------------|-----------------|----------------|----------------|
| Pudrulisand* | 40,00 | 150,00 | 32,60 | 0,30 | 3,25 |
| Riisihelbepuder | 200,00 | 250,40 | 29,44 | 8,08 | 6,76 |
| Toidukord kokku | | 400,40 | 62,04 | 8,38 | 10,01 |

Neljapäev 16.01

| Hommikusöök | Kogus, | Energia, | Süsivesi | Rasvad, | Valgud, |
|--------------------|---------------|-----------------|-----------------|----------------|----------------|
| Maisimannapuder | 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 17.01

| Hommikusöök | Kogus, | Energia, | Süsivesi | Rasvad, | Valgud, |
|----------------------------------|---------------|-----------------|-----------------|----------------|----------------|
| Krõbe marjamüsli | 40,00 | 184,32 | 31,68 | 4,98 | 5,85 |
| Maitsestatud jogurt puuviljadega | 180,00 | 270,00 | 31,68 | 11,70 | 8,89 |
| Toidukord kokku | | 454,32 | 63,36 | 16,68 | 14,74 |

Nädala keskmine KOKKU 418,34 62,53 13,29 11,17

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

Menüü kaloraaž on arvestatud I vanuseastmele.