

### Esmaspäev 23.03

| Hommikusöök     | Kogus, | Energia, | Süsivesi | Rasvad, | Valgud, |
|-----------------|--------|----------|----------|---------|---------|
| Rukkihelbepuder | 200,00 | 358,00   | 44,40    | 4,69    | 10,20   |
| Pudrulisand*    | 50,00  | 86,66    | 13,40    | 3,65    | 0,63    |
| Puuviljatee     | 100,00 | 59,90    | 15,00    | 0,00    | 0,00    |
| Toidukord kokku |        | 504,56   | 72,80    | 8,34    | 10,83   |

### Teisipäev 24.03

| Hommikusöök     | Kogus, | Energia, | Süsivesi | Rasvad, | Valgud, |
|-----------------|--------|----------|----------|---------|---------|
| Kolmeviljapuder | 200,00 | 243,00   | 37,40    | 7,18    | 8,62    |
| Pudrulisand*    | 50,00  | 86,66    | 13,40    | 3,65    | 0,63    |
| Piim            | 150,00 | 86,70    | 7,95     | 3,90    | 4,95    |
| Toidukord kokku |        | 416,36   | 58,75    | 14,73   | 14,20   |

### Kolmapäev 25.03

| Hommikusöök     | Kogus, | Energia, | Süsivesi | Rasvad, | Valgud, |
|-----------------|--------|----------|----------|---------|---------|
| Pudrulisand*    | 40,00  | 187,50   | 40,75    | 0,38    | 4,06    |
| Tatrapuder      | 250,00 | 313,00   | 36,80    | 10,10   | 8,45    |
| Toidukord kokku |        | 500,50   | 77,55    | 10,48   | 12,51   |

### Neljapäev 26.03

| Hommikusöök     | Kogus, | Energia, | Süsivesi | Rasvad, | Valgud, |
|-----------------|--------|----------|----------|---------|---------|
| Riisipuder      | 200,00 | 274,00   | 37,20    | 4,04    | 6,68    |
| Pudrulisand*    | 50,00  | 86,66    | 13,40    | 3,65    | 0,63    |
| Piim            | 150,00 | 86,70    | 7,95     | 3,90    | 4,95    |
| Toidukord kokku |        | 447,36   | 58,55    | 11,59   | 12,26   |

### Reede 27.03

| Hommikusöök     | Kogus, | Energia, | Süsivesi | Rasvad, | Valgud, |
|-----------------|--------|----------|----------|---------|---------|
| Pudrulisand*    | 40,00  | 243,60   | 21,48    | 15,24   | 7,12    |
| Mannapuder      | 150,00 | 183,00   | 24,40    | 4,40    | 7,20    |
| Toidukord kokku |        | 426,60   | 45,88    | 19,64   | 14,32   |

Nädala keskmine

|       |        |       |       |       |
|-------|--------|-------|-------|-------|
| KOKKU | 459,08 | 62,71 | 12,96 | 12,82 |
|-------|--------|-------|-------|-------|

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

Menüü kaloraaž on arvestatud 1 vanuseastmele.