

**Esmaspäev 25.11**

<b>Hommikusöök</b>	<b>Kogus,</b>	<b>Energia,</b>	<b>Süsivesi</b>	<b>Rasvad,</b>	<b>Valgud,</b>
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 26.11**

<b>Hommikusöök</b>	<b>Kogus,</b>	<b>Energia,</b>	<b>Süsivesi</b>	<b>Rasvad,</b>	<b>Valgud,</b>
Hirsihelbepuder	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 27.11**

<b>Hommikusöök</b>	<b>Kogus,</b>	<b>Energia,</b>	<b>Süsivesi</b>	<b>Rasvad,</b>	<b>Valgud,</b>
Maisihelbed	40,00	187,50	40,75	0,38	4,06
Maitsestatud jogurt marjadega	250,00	313,00	36,80	10,10	8,45
Toidukord kokku		500,50	77,55	10,48	12,51

**Neljapäev 28.11**

<b>Hommikusöök</b>	<b>Kogus,</b>	<b>Energia,</b>	<b>Süsivesi</b>	<b>Rasvad,</b>	<b>Valgud,</b>
Kolmeviljapuder	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 29.11**

<b>Hommikusöök</b>	<b>Kogus,</b>	<b>Energia,</b>	<b>Süsivesi</b>	<b>Rasvad,</b>	<b>Valgud,</b>
Nisuhelbepuder	200,00	243,60	21,48	15,24	7,12
Pudrulisand*	200,00	183,00	24,40	4,40	7,20
Toidukord kokku		426,60	45,88	19,64	14,32

<b>Nädala keskmine</b>	<b>KOKKU</b>	<b>459,08</b>	<b>62,71</b>	<b>12,96</b>	<b>12,82</b>
------------------------	--------------	---------------	--------------	--------------	--------------

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

Menüü kaloraaž on arvestatud I vanuseastmele.