

Esmaspäev 8.12

Õhtusöök	Kogus,	Energia,	Süsivesi	Rasvad,	Valgud,
Tatar peekoniga	200,00	324,00	41,90	13,51	10,42
Porgandi-maisisalat	40,00	69,33	10,72	2,92	0,50
Keefir	100,00	40,30	15,00	0,00	0,09
Toidukord kokku		433,63	67,62	16,43	11,01

Teisipäev 9.12

Õhtusöök	Kogus,	Energia,	Süsivesi	Rasvad,	Valgud,
Koorene lõhepasta	200,00	308,00	33,30	8,22	9,40
Kapsasalat	40,00	69,33	10,72	2,92	0,50
Puuvili	50,00	59,90	15,00	0,00	0,00
Toidukord kokku		437,23	59,02	11,14	9,90

Kolmapäev 10.12

Õhtusöök	Kogus,	Energia,	Süsivesi	Rasvad,	Valgud,
Kartuli hakklihavorm	200,00	184,32	31,68	4,98	5,85
Jogurtikaste kurgiga	50,00	70,00	1,68	1,70	4,89
Kaalikasalat mahlaga	50,00	30,00	2,60	2,40	3,10
Toidukord kokku		254,32	33,36	6,68	10,74

Neljapäev 11.12

Õhtusöök	Kogus,	Energia,	Süsivesi	Rasvad,	Valgud,
Kus kus aedviljade ja kanaga	200,00	239,00	44,60	8,32	6,39
Keefir	100,00	69,33	10,72	2,92	0,50
Kõrvitsasalat	40,00	57,80	5,30	2,60	3,30
Toidukord kokku		366,13	60,62	13,84	10,19

Menüü kaloraaž on arvestatud II vanuseastmele.