

Esmaspäev 27.11

Õhtusöök	Kogus, g	Energia , kcal	Süsivesik ud, g	Rasvad , g	Valgud, g
Kartuli-kõrvitsavorm kanaga	200,00	358,00	44,40	4,69	10,20
Tomatisalat	50,00	86,66	13,40	3,65	0,63
Maitsestatud jogurt	100,00	59,90	15,00	0,00	0,00
Toidukord kokku		504,56	72,80	8,34	10,83

Teisipäev 28.11

Õhtusöök	Kogus, g	Energia , kcal	Süsivesik ud, g	Rasvad , g	Valgud, g
Koorene kanapasta	200,00	243,00	37,40	7,18	8,62
Toorsalat	100,00	59,90	15,00	0,00	0,00
Toidukord kokku		302,90	52,40	7,18	8,62

Kolmapäev 29.11

Õhtusöök	Kogus, g	Energia , kcal	Süsivesik ud, g	Rasvad , g	Valgud, g
Tatrahautis köögiviljade ja sealihaga	200,00	187,50	40,75	0,38	4,06
Kapsa-maisisalat	50,00	15,00	14,06	1,02	8,45
Toidukord kokku		202,50	54,81	1,40	12,51

Neljapäev 30.11

Õhtusöök	Kogus, g	Energia , kcal	Süsivesik ud, g	Rasvad , g	Valgud, g
Koorene risotto peekoniga	200,00	274,00	37,20	4,04	6,68
Kapsasalat kurgiga	50,00	86,66	13,40	3,65	0,63
Banaani keefir	150,00	86,70	7,95	3,90	4,95
Toidukord kokku		447,36	58,55	11,59	12,26

Menüü kaloraaž on arvestatud II vanuseastmele.