

Esmaspäev 18.09

Õhtusöök	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Pasta hakklihaga	200,00	290,00	35,20	9,54	10,40
Tomatikaste	50,00	86,66	13,40	3,65	0,63
Kapsasalat	100,00	59,90	15,00	0,00	0,00
Toidukord kokku		436,56	63,60	13,19	11,03

Teisipäev 19.09

Õhtusöök	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Kartulivorm porgandi ja kanaga	200,00	228,00	37,30	5,58	9,29
Jogurti.hapukoorekaste	50,00	86,66	13,40	3,65	0,63
Punapeedisalat	100,00	95,00	9,00	2,50	1,90
Toidukord kokku		409,66	59,70	11,73	11,82

Kolmapäev 20.09

Õhtusöök	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Ühepajatoit lihaga	150,00	150,00	32,60	0,30	3,25
kartul	100,00	150,40	18,20	4,30	2,40
Hiina kapsasalat	50,00	59,90	15,00	0,00	0,00
Toidukord kokku		300,40	50,80	4,60	5,65

Neljapäev 21.09

Õhtusöök	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Riisiroog hakkliha ja suvikõrvitsaga	200,00	287,00	32,60	13,80	8,92
Toorsalat	100,00	86,66	13,40	3,65	0,63
Piim	100,00	57,80	5,30	2,60	3,30
Toidukord kokku		431,46	51,30	20,05	12,85

Menüü kaloraaz on arvestatud II vanuseastmele.