

**Esmaspäev 25.09**

Õhtusöök	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Kus kus aedviljade ja lihaga	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 26.09**

Õhtusöök	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Pastavorm sealiha ja munaga	200,00	243,00	37,40	7,18	8,62
Koorene ürdikaste	50,00	86,66	13,40	3,65	0,63
Kapsa-porgandisalat	100,00	59,90	15,00	0,00	0,00
Toidukord kokku		389,56	65,80	10,83	9,25

**Kolmapäev 27.09**

Õhtusöök	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Kartul kanakastmes	200,00	187,50	40,75	0,38	4,06
Porgandisalat	50,00	15,00	14,06	1,02	8,45
Toidukord kokku		202,50	54,81	1,40	12,51

**Neljapäev 28.09**

Õhtusöök	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, g	Rasvad, g	Valgud, g
Tatrahautis köögiviljade ja lihaga	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.