

Esmaspäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, kokku, g	Rasvad, g	Valgud, g
Mannapuder keedisega	180,00	277,50	40,50	6,62	7,74
Sepik suitsuvorstivõidega	30,00	82,30	10,80	3,15	2,99
Piim	100,00	57,80	5,30	2,60	3,30
Õun	30,00	14,50	4,06	0,00	0,00
Toidukord kokku	340,00	432,10	60,66	12,37	14,03
Teisipäev					
Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, kokku, g	Rasvad, g	Valgud, g
Munapuder peekoni ja porruga	180,00	292,00	47,30	10,00	11,00
Kodujuustukaste tomatiga	30,00	15,00	1,46	0,63	0,94
Piim	200,00	116,00	10,60	5,20	6,60
Pirn	30,00	13,90	4,24	0,00	0,09
Toidukord kokku	440,00	436,90	63,60	15,83	18,63

Kolmapäev

Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, kokku, g	Rasvad, g	Valgud, g
Lasanje	180,00	410,00	54,90	14,20	11,30
Kapsas	30,00	8,18	1,90	0,06	0,34
Mahlajook	180,00	87,30	21,20	0,09	0,65
Toidukord kokku	390,00	505,48	78,00	14,35	12,29
Neljapäev					
Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, kokku, g	Rasvad, g	Valgud, g
Riisiroog aedviljade ja kanalihaga	180,00	201,00	38,00	5,65	4,20
Hapukoorekaste kurgiga	30,00	27,20	2,58	1,52	0,61
Kakaojook	100,00	77,60	12,00	2,30	2,64
Toidukord kokku	310,00	305,80	52,58	9,47	7,45
Reede					
Koolieine	Kogus, g	Energia, kcal	Süsivesikud, kokku, g	Rasvad, g	Valgud, g
Tatrapuder sealihaga	160,00	341,00	31,00	9,00	8,70
Leib	20,00	42,10	9,66	0,24	1,40
Keefir	130,00	68,80	5,46	3,25	4,29
Kapsas	40,00	10,90	2,54	0,08	0,45
Toidukord kokku	350,00	462,80	48,66	12,57	14,84

Nädala keskmine 428,62 60,70 12,92 13,45

Menüü kaloraaz on arvestatud I vanuseastmele.