

	8.jaanuar	kogus g	energia	valgud	rasvad	süsivesikud
<b>makaronid vorstiga</b>		250	374	12,8	16	43,8
<b>kapsa-porgandisalat</b>		50	60	0,5	5,1	2,8
<b>tee</b>		200	60			15
<b>Leiburi Ruks</b>		30	70,5	1,8	0,36	15
<b>kaerasepik</b>		20	47	1,2	0,8	7,5
<b>PRIA piim 2,5%</b>		200	106	6	5	9,4
<b>PRIA keefir 2,5%</b>		50	26,8	1,7	1,25	2,1
<b>Kokku:</b>			<b>744,3</b>	<b>24</b>	<b>28,51</b>	<b>95,6</b>
	<b>9.jaanuar</b>					
<b>frikadellisupp</b>		280	190,3	7,6	6,7	24,1
<b>kamakreem banaanidega</b>		200	264,8	7,5	11,2	33,9
<b>Leiburi Ruks</b>		40	94	2,4	0,36	20
<b>kaerasepik</b>		30	70,5	1,8	1,2	11,3
<b>PRIA piim 2,5%</b>		200	106	6	5	9,4
<b>Kokku:</b>			<b>725,6</b>	<b>24,8</b>	<b>24,46</b>	<b>98,7</b>
	<b>10.jaanuar</b>					
<b>pilaff</b>		250	384,6	15,1	11,3	54,4
<b>hiinakapsa-tomatisalat</b>		50	54,6	0,4	5,1	1,7
<b>mahlajook</b>		200	94,7			23,7
<b>Leiburi Ruks</b>		30	70,5	1,8	0,36	15
<b>kaerasepik</b>		20	47	1,2	0,8	7,5
<b>PRIA piim 2,5%</b>		200	106	6	5	9,4
<b>Kokku:</b>			<b>757,4</b>	<b>24,5</b>	<b>22,56</b>	<b>111,7</b>
	<b>11.jaanuar</b>					
<b>borš</b>		300	234,2	9,2	6,6	24,1
<b>hapukoor 20%</b>		5	9,92	0,1	1	0,11
<b>maasikakissell</b>		150	99,7	0,3	0,15	24,2
<b>vahukoor</b>		20	70	0,4	6	3,6
<b>Leiburi Ruks</b>		40	94	2,4	0,36	20
<b>kaerasepik</b>		30	70,5	1,8	1,2	11,3
<b>õun</b>		100	46	0,4		11,3
<b>PRIA piim 2,5%</b>		200	106	6	5	9,4
<b>Kokku:</b>			<b>730,32</b>	<b>20,6</b>	<b>20,31</b>	<b>104,01</b>
	<b>12.jaanuar</b>					
<b>kalaburgerid</b>		65	137,8	7,1	5,2	15,6
<b>jogurti-majoneesikaste maitserohelisega</b>		50	117,4	1,6	10,8	3,5
<b>kartulipüree</b>		150	148,5	2,9	4,7	23,1
<b>peedi-õunasalatsalat</b>		50	45,3	0,5	3	5,3
<b>Leiburi Ruks</b>		30	70,5	1,8	0,36	15
<b>kaerasepik</b>		20	47	1,2	0,8	7,5
<b>tee</b>		200	60			15
<b>PRIA piim 2,5%</b>		200	106	6	5	9,4
<b>PRIA toetus: värsked beebiporgand</b>		100				
<b>Kokku:</b>			<b>732,5</b>	<b>21,1</b>	<b>29,86</b>	<b>94,4</b>

Infot toidu koostise ja allergeenide kohta saab küsida kokalt