

04.фев	kogus g	energia	valgud	rasvad	süsivesikud
pasta singi-juustukastmes	260	346	15,4	13,4	40,3
kapsa-porgandi-maisisalat	50	48	0,7	3,2	4
Leiburi Ruks	30	70,5	1,8	0,36	15
kaerasepik	20	47	1,2	0,8	7,5
tee	200	60			15
piim 2,5%	200	106	6	5	9,4
keefir 2,5%	50	26,8	1,7	1,25	2,1
Kokku:		704,3	26,8	24,01	93,3
05.фев					
kartuli-riisisupp	280	179	8	6,1	22,6
kirsikissell vahukoorega	150/20	178	0,6	6,6	29,3
Leiburi Ruks	40	94	2,4	0,36	20
sai	20	52	1,8	0,48	10
piim 2,5%	250	132,5	7,5	6,3	11,8
õun	120	55,2	0,6		13,6
Kokku:		690,7	20,9	19,84	107,3
06.фев					
guljašš	125	196,8	10,7	15,4	4,6
keedetud tatar	150	163	6,7	0,9	32
porgandi-paprikasaklat päevalilleseemnetega	50	52	0,7	3,6	4
Leiburi Ruks	30	70,5	1,8	0,36	15
kaerasepik	20	47	1,2	0,8	7,5
mahlajook	200	94,7			23,7
piim 2,5%	200	106	6	5	9,4
Kokku:		730	27,1	26,06	96,2
07.фев					
kuldne kalasupp	280	139	8	6	13,1
jogurti-mangokreem banaanitükkidega	170	182,4	5	6,05	26,7
Leiburi Ruks	40	94	2,4	0,36	20
sai	20	52	1,8	0,48	10
piim 2,5%	250	132,5	7,5	6,3	11,8
porgandisnäk	50	19,5	0,5	0,2	3,9
Kokku:		619,4	25,2	19,39	85,5
08.фев					
kanakaste porgandi ja ubadega	150	159	15,3	7,3	7,6
keedetud kartul	150	115,35	2,4	0,15	25,65
peedisalat	50	50	0,8	3	4,7
Leiburi Ruks	30	70,5	1,8	0,36	15
kaerasepik	20	47	1,2	0,8	7,5
õun	120	55,2	0,6		13,6
kakao	200	180,1	6,9	4,9	27,1
piim 2,5%	150	79,5	4,5	3,7	7,05
pirn	100	48,3	0,4		10,6
Kokku:		677,15	29	16,51	101,15