

	04.cen	kogus g	energia	valgud	rasvad	süsivesikud
makaroni-hakkliharoog		250	375	13,6	14,7	46
ketšup		25	21,2	5	0,07	5,2
kapsa-tomatisalat		50	56,6	0,4	5,1	2,2
Leiburi Ruks		30	70,5	1,8	0,36	15
kaerasepik		20	47	1,2	0,8	7,5
tee		200	60			15
PRIA piim 2,5%		200	106	6	5	9,4
PRIA keefir 2,5%		50	26,8	1,7	1,25	2,1
Kokku:			763,1	29,7	27,28	102,4
	05.cen					
borš		280	185,9	8,2	10,3	14,7
hapukoor 20%		5	9,92	0,1	1	0,11
pannkoogid		95	181,6	5,7	6,6	25,7
keedis		20	41,1	0,06	0,02	10
Leiburi Ruks		40	94	2,4	0,36	20
kaerasepik		20	47	1,2	0,8	7,5
PRIA piim 2,5%		250	132,5	7,5	6,3	11,8
puuvili		100	46	0,5		11,3
Kokku:			738,02	25,66	25,38	101,11
	06.cen					
kanakaste tomati -ja ubadega		150	160	13,5	9,8	4
keedetud kartul		150	115,35	2,4	0,15	25,65
porgandi-õunasalat		50	50	0,4	3,2	4,8
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
PRIA piim 2,5%		200	106	6	5	9,4
Kokku:			643,55	25,3	19,31	90,05
	07.cen					
kalaburgerid		65	137,8	7,1	5,2	15,6
jogurti-majoneesikaste maitserohelisega		50	117,4	1,6	10,8	3,5
sõmer riis		150	183,3	3,3	1,5	40,8
peedisalat		50	50	0,8	3	4,7
leib		30	70,5	1,8	0,36	15
kaerasepik		20	47	1,2	0,8	7,5
tee		200	60			15
PRIA piim 2,5%		200	106	6	5	9,4
Kokku:			772	21,8	26,66	111,5
PRIA toetus: pirnid		1tk.				

Infot toidu koostise ja allergeenide kohta küsi kokalt