

	11.nov	kogus g	energia	valgud	rasvad	süsivesikud
hakklihakaste köögiviljadega		150	215,5	7,8	16,7	8,6
makaronid		150	212	6,3	4	37,4
kapsa-redise-paprikasalat		50	43	0,5	3,3	2,7
Leiburi Ruks		30	70,5	1,8	0,36	15
kaerasepik		20	47	1,2	0,8	7,5
tee		200	60			15
PRIA piimatooted 2,5%		200	106	6	5	9,4
<b>Kokku:</b>			<b>754</b>	<b>23,6</b>	<b>30,16</b>	<b>95,6</b>
	<b>12.nov</b>					
peedisupp munaga		280	186	8,2	10	14,7
hapukoor 20%		5	9,92	0,1	1	0,11
kohupiimakreem banaanidega		160	203	14	6,5	22
keedis		20	41,1	0,06	0,02	10
Leiburi Ruks		40	94	2,4	0,36	20
sai		20	52	1,8	0,48	10
PRIA piimatooted 2,5%		250	132,5	7,5	6,3	11,8
<b>Kokku:</b>			<b>718,52</b>	<b>34,06</b>	<b>24,66</b>	<b>88,61</b>
	<b>13.nov</b>					
guljašš		125	196,8	10,7	15,4	4,6
keedetud tatar		150	187	5,3	4	32
kapsa-tomati-kurgisalat		50	40	0,4	3,3	2,1
mahlajook		200	94,7			23,7
Leiburi Ruks		30	70,5	1,8	0,36	15
kaerasepik		20	47	1,2	0,8	7,5
õunad		80	36,8	0,4		9
PRIA jogurt 2,5%		200	104	6,4	5	8,4
<b>Kokku:</b>			<b>776,8</b>	<b>26,2</b>	<b>28,86</b>	<b>102,3</b>
	<b>14.nov</b>					
köögiviljasupp		280	165	8,1	8,4	14
hapukoor 20%		5	9,92	0,1	1	0,11
karamellkissell		150	192	3	2,5	39
keedis		20	41,1	0,06	0,02	10
Leiburi Ruks		30	70,5	1,8	0,36	15
kaerasepik		20	47	1,2	0,8	7,5
pirnid		100	48,3	0,4		10,6
PRIA piimatooted 2,5%		200	106	6	5	9,4
<b>Kokku:</b>			<b>679,82</b>	<b>20,66</b>	<b>18,08</b>	<b>105,61</b>
	<b>15.nov</b>					
paneeritud kala		80	169,6	8,8	11,2	19,2
jogurtikaste maitserohelisega		50	26,3	1,6	1,1	2,5
kartulipüree		150	148,5	2,9	4,7	23,1
porgandisalat		50	23	0,5	0,1	4,8
kakao		200	180,1	6,9	4,9	27,1
Leiburi Ruks		30	70,5	1,8	0,36	15
sai		20	47	1,2	0,8	7,5
PRIA piimatooted 2,5%		200	106	6	5	9,4
värske kurk		50	7	0,3	0,05	1,3
<b>Kokku:</b>			<b>778</b>	<b>30</b>	<b>28,21</b>	<b>109,9</b>

Infot toidu koostise ja allergeenide kohta küsi kokalt