

	27.май	kogus g	energia	valgud	rasvad	süsivesikud
makaronid singi ja juustuga		260	404	20	17,2	42,1
kapsa-redise-tillisalat		50	31	0,5	1,9	3
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
<b>Kokku:</b>			<b>745,3</b>	<b>31,2</b>	<b>26,51</b>	<b>94,1</b>
	<b>28.май</b>					
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
sai		20	52	1,8	0,48	10
PRIA piim 2,5%		250	132,5	7,5	6,3	11,8
pirn		100	48,3	0,4		10,6
<b>Kokku:</b>			<b>745,32</b>	<b>26,16</b>	<b>25,06</b>	<b>102,91</b>
	<b>29.май</b>					
maksastrooganov		125	175	12,8	10,3	6,9
kartulipüree		150	148,5	2,9	4,7	23,1
hiinakapsa-kurgi-porgandisalat		50	48	0,5	4	2,4
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
piim 2,5%		200	106	6	5	9,4
<b>Kokku:</b>			<b>689,7</b>	<b>25,2</b>	<b>25,16</b>	<b>88</b>
	<b>30.май</b>					
kana hautatud köögiviljadega		300	301	21,4	11,7	26,5
värske tomat		30	6	0,2	0,06	1,2
kakao		200	180,1	6,9	4,9	27,1
Leiburi Ruks		40	94	2,4	0,36	20
kaerasepik		20	47	1,2	0,8	7,5
piim 2,5%		150	79,5	4,5	3,7	7,05
õun		100	46	0,5		11,3
<b>Kokku:</b>			<b>753,6</b>	<b>37,1</b>	<b>21,52</b>	<b>100,65</b>
	<b>31.май</b>					
kalapulgad		75	143,3	9,7	6,7	10,9
jogurtikaste maitserohelisega		50	26,3	1,6	1,1	2,5
sõmer riis		150	183,3	3,3	1,5	40,8
peedi-õunasalat		50	45,3	0,5	3,1	5,3
tee		200	60			15
Leiburi Ruks		30	70,5	1,8	0,36	15
sai		15	39	1,2	0,45	7,26
piim 2,5%		200	106	6	5	9,4
porgandisnäk		50	19,5	0,5	0,2	3,9
<b>Kokku:</b>			<b>693,2</b>	<b>24,6</b>	<b>18,41</b>	<b>110,06</b>

Infot toidu koostise ja allergeenide kohta küsi kokalt