

# Koolilõuna nädalamenüü



Grupp vanus 7-9

esmaspäev, 12.vebruar	Kogus, g	Kcal	Valgud, g	Rasvad, g	Süsivesikud, g	Allergeen
<b>Lõuna</b>						
Bolognesekaste	120	132	8.84	6.46	9.70	
Aurutatud lillkapsas	40	10	0.77	0.10	2.21	
Keedetud kartulid	40	42	1.06	0.06	9.46	
Keedetud makaronid	40	28	0.91	0.43	4.91	1
Porgandi - porrulaugusalat	40	21	0.45	0.96	3.03	
Kapsas, oad, redis, peet	40	11	0.54	0.06	2.40	
Kastmevalik salatitele	10	56	0.10	6.06	0.47	10;2
Seemnesegu	5	27	1.14	2.19	1.24	11
Hibiskuse tee	130	16	0	0	3.89	
Pria piimatooted	Kuni 250					2
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	65	187	5.33	2.19	34.60	1;11;2
Pirn ja kaalika snäkid	150	55	1.05	0.52	13.42	
Kokku :	584	20.19	19.03	85.33		

<b>Lisaroad</b>						
Kana - paprikakaste	120	126	7.14	8.77	5.16	1;2
Sealiha-köögiviljakaste	120	115	7.46	6.79	6.42	1;2

<b>Taimetoit</b>						
Taimne bolognesekaste (hakitud sojaga)	120	95	5.13	3.87	10.22	

teisipäev, 13.vebruar	Kogus, g	Kcal	Valgud, g	Rasvad, g	Süsivesikud, g	Allergeen
<b>Lõuna</b>						
Hernesupp sealihaga	230	227	12.18	9.58	24.92	1
Vastlakukkel vahukoorega	60	196	3.52	9.95	23.13	1;2;3
Pria piimatooted	Kuni 250					2
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	50	144	4.10	1.68	26.62	1;11;2
Õun ja lillkapsa snäkid	150	47	1.35	0.42	10.88	
Kokku :	612	21.15	21.63	85.55		

<b>Lisaroad</b>						
Talupojasupp sealihaga	230	198	15.28	9.21	13.83	1;9
Kana - nuudlisupp kartulitega	230	185	7.51	10.89	15.03	1
Seemnesegu	15	82	3.42	6.56	3.72	11

<b>Taimetoit</b>						
Hernesupp lihata	230	205	5.43	9.85	25.86	1

kolmapäev, 14.vebruar	Kogus, g	Kcal	Valgud, g	Rasvad, g	Süsivesikud, g	Allergeen
<b>Lõuna</b>						
Kanahakklihast pikkpoiss	40	82	5.82	4.62	4.40	1;11;3
Piimakaste	80	70	1.61	5.07	4.66	1;2
Küpsetatud kaalikapulgad	40	22	0.49	0.95	3.55	
Keedetud päri kuskuss	40	50	1.54	1.04	8.75	1
Keedetud kartulid	40	42	1.06	0.06	9.46	
Hiinakapsasalat tilliga	40	15	0.64	0.92	1.32	
Jääsalat, peet, mais, porru	40	18	0.77	0.16	3.69	
Kastmevalik salatitele	5	28	0.05	3.03	0.23	10;2
Seemnesegu	5	27	1.14	2.19	1.24	11
Jõhvikamorss	130	30	0.13	0.23	7.40	
Pria piimatooted	Kuni 250					2
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	50	144	4.10	1.68	26.62	1;11;2
Apelsin ja porgandi snäkid	150	58	1.58	0.38	13.42	
Kokku :	587	18.93	20.33	84.74		

<b>Lisaroad</b>						
Kodune hakklihakaste	120	92	6.86	5.25	4.59	1;2
Sealihakaste ürtidega	120	133	7.22	9.15	5.79	1;2

<b>Taimetoit</b>						
Köögivilja -nuudlivokk	230	180	5.63	6.03	21.71	1

neljapäev, 15.vebruar	Kogus, g	Kcal	Valgud, g	Rasvad, g	Süsivesikud, g	Allergeen
<b>Lõuna</b>						
Uhaa	230	159	7.37	8.30	14.51	4
Kuldne sepikuvorm	80	188	4.01	5.24	31.66	1;2;3
Pria piimatooted	150	84	5.47	3.98	6.79	2
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	50	144	4.10	1.68	26.62	1;11;2
Õun ja redise snäkid	150	53	0.54	0.46	12.93	
Kokku :	628	21.49	19.66	92.51		

<b>Lisaroad</b>						
Kala - köögiviljasupp	230	178	9.31	10.85	11.98	4
Lihne kalasupp	230	163	6.67	9.40	13.75	4
Seemnesegu	15	82	3.42	6.56	3.72	11

<b>Taimetoit</b>						
Karrine lillkapsapüreesupp kikerhernestega	230	141	5.72	4.49	19.57	1

reede, 16.vebruar	Kogus, g	Kcal	Valgud, g	Rasvad, g	Süsivesikud, g	Allergeen
<b>Lõuna</b>						
Kalkunipada köögiviljadega	120	120	8.42	7.59	5.04	2
Ahjukõrvitsakuubikud	40	20	0.38	1.26	2.23	
Keedetud tatar	40	48	1.67	0.56	9.28	
Kartulipuder	40	55	1.16	1.89	8.51	2
Peedisalat õliga	40	25	0.67	0.88	3.65	
Punane peakapsas, porgand, kaalikas, he	40	16	0.88	0.13	3.40	
Kastmevalik salatitele	5	28	0.05	3.03	0.23	10;2
Seemnesegu	5	27	1.14	2.19	1.24	11
Mahlajook	130	31	0.02	0.02	7.47	
Pria piimatooted	Kuni 250					2
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	60	172	4.92	2.02	31.94	1;11;2
Pirn ja salatilehe snäkid	150	46	1.26	1.66	11.19	
Kokku :	589	20.57	21.23	84.18		

<b>Lisaroad</b>						
Kana-lillkapsahautis	120	122	10.45	6.87	5.57	
Sealihakaste ürtidega	120	133	7.22	9.15	5.79	1;2

<b>Taimetoit</b>						
Köögivilja-kikerhernekarr	120	125	3.90	8.01	9.41	

Nädala keskmine : **600 20.47 20.38 86.46**

# Koolilõuna nädalamenüü



Grupp

vanus 10-12

esmaspäev, 12.vebruar	Kogus, g	Energia kcal	Valgud, g	Rasvad, g	Süsivesik ud, g	Allergeen
<b>Lõuna</b>						
Bolognesekaste	150	165	11.05	8.08	12.12	
Aurutatud lillkapsas	50	13	0.96	0.12	2.76	
Keedetud kartulid	50	52	1.33	0.07	11.83	
Keedetud makaronid	50	34	1.14	0.53	6.14	1
Porgandi - porrulaugusalat	50	26	0.56	1.20	3.78	
Kapsas, oad, redis, peet	50	14	0.68	0.08	3.00	
Kastmevalik salatitele	10	56	0.10	6.06	0.47	10;2
Seemnesegu	10	55	2.28	4.37	2.48	11
Hibiskuse tee	150	18	0	0	4.49	
Pria piimatooted	Kuni 250					2
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	70	201	5.74	2.35	37.27	1;11;2
Pirm ja kaalika snäkid	150	55	1.05	0.52	13.42	
Kokku :	689	24.89	23.38	97.76		

<b>Lisaroad</b>						
Kana - paprikakaste	150	157	8.92	10.96	6.45	1;2
Sealiha-köögiviljakaste	150	143	9.33	8.48	8.02	1;2

<b>Taimetoit</b>						
Taimne bolognesekaste (hakitud sojaga)	150	119	6.41	4.83	12.78	

teisipäev, 13.vebruar	Kogus, g	Energia kcal	Valgud, g	Rasvad, g	Süsivesik ud, g	Allergeen
<b>Lõuna</b>						
Hernesupp sealihaga	250	246	13.24	10.42	27.09	1
Vastlakukkel vahukoorega	60	196	3.52	9.95	23.13	1;2;3
Pria piimatooted	Kuni 250					2
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	65	187	5.33	2.19	34.60	1;11;2
Õun ja lillkapsa snäkid	150	47	1.35	0.42	10.88	
Kokku :	675	23.44	22.98	95.70		

<b>Lisaroad</b>						
Talupojasupp sealihaga	250	215	16.61	10.02	15.04	1;9
Kana - nuudlisupp kartulitega	250	201	8.16	11.84	16.34	1
Seemnesegu	15	82	3.42	6.56	3.72	11

<b>Taimetoit</b>						
Hernesupp lihata	250	223	5.90	10.71	28.11	1

kolmapäev, 14.vebruar	Kogus, g	Energia kcal	Valgud, g	Rasvad, g	Süsivesik ud, g	Allergeen
<b>Lõuna</b>						
Kanahakklihast pikkpoiss	50	103	7.28	5.78	5.50	1;11;3
Piimakaste	100	87	2.01	6.33	5.83	1;2
Küpsetatud kaalikapulgad	50	28	0.62	1.18	4.44	
Keedetud päri kuskuss	50	63	1.92	1.30	10.94	1
Keedetud kartulid	50	52	1.33	0.07	11.83	
Hiinakapsasalat tilliga	50	19	0.81	1.15	1.65	
Jääsalat, peet, mais, porru	50	23	0.96	0.20	4.61	
Kastmevalik salatitele	5	28	0.05	3.03	0.23	10;2
Seemnesegu	5	27	1.14	2.19	1.24	11
Jõhvikamorss	150	35	0.15	0.26	8.54	
Pria piimatooted	Kuni 250					2
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	50	144	4.10	1.68	26.62	1;11;2
Apelsin ja porgandi snäkid	150	58	1.58	0.38	13.42	
Kokku :	666	21.95	23.55	94.85		

<b>Lisaroad</b>						
Kodune hakklihakaste	150	115	8.57	6.56	5.73	1;2
Sealihakaste ürtidega	150	166	9.03	11.44	7.24	1;2

<b>Taimetoit</b>						
Köögivilja -nuudlivokk	250	195	6.12	6.55	23.60	1

neljapäev, 15.vebruar	Kogus, g	Energia kcal	Valgud, g	Rasvad, g	Süsivesik ud, g	Allergeen
<b>Lõuna</b>						
Uhaa	250	172	8.01	9.02	15.78	4
Kuldne sepikuvorm	80	188	4.01	5.24	31.66	1;2;3
Pria piimatooted	150	84	5.47	3.98	6.79	2
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	60	172	4.92	2.02	31.94	1;11;2
Õun ja redise snäkid	150	53	0.54	0.46	12.93	
Kokku :	670	22.95	20.72	99.10		

<b>Lisaroad</b>						
Kala - köögiviljasupp	250	194	10.12	11.80	13.02	4
Lihne kalasupp	250	177	7.25	10.22	14.94	4
Seemnesegu	15	82	3.42	6.56	3.72	11

<b>Taimetoit</b>						
Karrine lillkapsapüreesupp kikerhernestega	250	153	6.22	4.88	21.28	1

reede, 16.vebruar	Kogus, g	Energia kcal	Valgud, g	Rasvad, g	Süsivesik ud, g	Allergeen
<b>Lõuna</b>						
Kalkunipada köögiviljadega	150	150	10.52	9.49	6.30	2
Ahjukõrvitsakuubikud	50	25	0.47	1.57	2.78	
Keedetud tatar	50	60	2.08	0.70	11.60	
Kartulipuder	50	69	1.46	2.36	10.64	2
Peedisalat õliga	50	31	0.84	1.10	4.57	
Punane peakapsas, porgand, kaalikas, he	50	20	1.10	0.16	4.25	
Kastmevalik salatitele	5	28	0.05	3.03	0.23	10;2
Seemnesegu	5	27	1.14	2.19	1.24	11
Mahlajook	150	36	0.02	0.02	8.62	
Pria piimatooted	Kuni 250					2
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	65	187	5.33	2.19	34.60	1;11;2
Pirm ja salatitehe snäkid	150	46	1.26	1.66	11.19	
Kokku :	680	24.27	24.47	96.02		

<b>Lisaroad</b>						
Kana-lillkapsahautis	150	152	13.06	8.59	6.96	
Sealihakaste ürtidega	150	166	9.03	11.44	7.24	1;2

<b>Taimetoit</b>						
Köögivilja-kikerhernekarr	150	156	4.88	10.01	11.77	

Nädala keskmine : **676 23.5 23.02 96.69**

# Koolilõuna nädalamenüü



Grupp

vanus 13-15

esmaspäev, 12.vebruar	Kogus, g	Energia kcal	Valgud, g	Rasvad, g	Süsivesik ud, g	Allergeen
<b>Lõuna</b>						
Bolognesekaste	150	165	11.05	8.08	12.12	
Aurutatud lillkapsas	60	16	1.15	0.14	3.31	
Keedetud kartulid	60	62	1.60	0.08	14.20	
Keedetud makaronid	60	41	1.37	0.64	7.36	1
Porgandi - porrulaugusalat	60	31	0.68	1.43	4.54	
Kapsas, oad, redis, peet	60	16	0.81	0.09	3.60	
Kastmevalik salatitele	10	56	0.10	6.06	0.47	10;2
Seemnesegu	15	82	3.42	6.56	3.72	11
Hibiskuse tee	180	22	0	0	5.39	
Pria piimatooted	Kuni 250					2
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	80	230	6.56	2.69	42.59	1;11;2
Pirn ja kaalika snäkid	150	55	1.05	0.52	13.42	
Kokku :	776	27.79	26.29	110.72		

<b>Lisaroad</b>						
Kana - paprikakaste	150	157	8.92	10.96	6.45	1;2
Sealiha-köögiviljakaste	150	143	9.33	8.48	8.02	1;2

<b>Taimetoit</b>						
Taimne bolognesekaste (hakitud sojaga)	150	119	6.41	4.83	12.78	

teisipäev, 13.vebruar	Kogus, g	Energia kcal	Valgud, g	Rasvad, g	Süsivesik ud, g	Allergeen
<b>Lõuna</b>						
Hernesupp sealihaga	280	276	14.83	11.67	30.34	1
Vastlakukkel vahukoorega	60	196	3.52	9.95	23.13	1;2;3
Pria piimatooted	Kuni 250					2
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	85	244	6.98	2.86	45.25	1;11;2
Õun ja lillkapsa snäkid	150	47	1.35	0.42	10.88	
Kokku :	762	26.68	24.90	109.60		

<b>Lisaroad</b>						
Talupojasupp sealihaga	280	241	18.61	11.22	16.84	1;9
Kana - nuudlisupp kartulitega	280	225	9.14	13.26	18.30	1
Seemnesegu	15	82	3.42	6.56	3.72	11

<b>Taimetoit</b>						
Hernesupp lihata	280	250	6.61	11.99	31.49	1

kolmapäev, 14.vebruar	Kogus, g	Energia kcal	Valgud, g	Rasvad, g	Süsivesik ud, g	Allergeen
<b>Lõuna</b>						
Kanahakkliihast pikkpoiss	60	124	8.73	6.93	6.60	1;11;3
Piimakaste	100	87	2.01	6.33	5.83	1;2
Küpsetatud kaalikapulgad	60	33	0.74	1.42	5.33	
Keedetud päri kuskuss	60	75	2.30	1.56	13.12	1
Keedetud kartulid	60	62	1.60	0.08	14.20	
Hiinakapsasalat tilliga	60	23	0.97	1.38	1.98	
Jääsalat, peet, mais, porru	60	28	1.16	0.24	5.54	
Kastmevalik salatitele	5	28	0.05	3.03	0.23	10;2
Seemnesegu	5	27	1.14	2.19	1.24	11
Jõhvikamorss	180	42	0.18	0.32	10.25	
Pria piimatooted	Kuni 250					2
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	60	172	4.92	2.02	31.94	1;11;2
Apelsin ja porgandi snäkid	150	58	1.58	0.38	13.42	
Kokku :	759	25.38	25.88	109.68		

<b>Lisaroad</b>						
Kodune hakklihakaste	150	115	8.57	6.56	5.73	1;2
Sealihakaste ürtidega	150	166	9.03	11.44	7.24	1;2

<b>Taimetoit</b>						
Köögivilja -nuudlivokk	280	219	6.85	7.34	26.43	1

neljapäev, 15.vebruar	Kogus, g	Energia kcal	Valgud, g	Rasvad, g	Süsivesik ud, g	Allergeen
<b>Lõuna</b>						
Uhaa	280	193	8.98	10.11	17.67	4
Kuldne sepikuvorm	80	188	4.01	5.24	31.66	1;2;3
Pria piimatooted	150	84	5.47	3.98	6.79	2
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	80	230	6.56	2.69	42.59	1;11;2
Õun ja redise snäkid	150	53	0.54	0.46	12.93	
Kokku :	749	25.56	22.48	111.64		

<b>Lisaroad</b>						
Kala - köögiviljasupp	280	217	11.33	13.21	14.59	4
Lihne kalasupp	280	198	8.12	11.44	16.74	4
Seemnesegu	15	82	3.42	6.56	3.72	11

<b>Taimetoit</b>						
Karrine lillkapsapüreesupp kikerhernestega	280	171	6.97	5.47	23.83	1

reede, 16.vebruar	Kogus, g	Energia kcal	Valgud, g	Rasvad, g	Süsivesik ud, g	Allergeen
<b>Lõuna</b>						
Kalkunipada köögiviljadega	150	150	10.52	9.49	6.30	2
Ahjukõrvitsakuubikud	60	30	0.57	1.89	3.34	
Keedetud tatar	60	72	2.50	0.84	13.92	
Kartulipuder	60	82	1.75	2.83	12.77	2
Peedisalat õliga	60	38	1.01	1.32	5.48	
Punane peakapsas, porgand, kaalikas, he	60	24	1.32	0.20	5.10	
Kastmevalik salatitele	5	28	0.05	3.03	0.23	10;2
Seemnesegu	5	27	1.14	2.19	1.24	11
Mahlajook	180	43	0.02	0.02	10.35	
Pria piimatooted	Kuni 250					2
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	80	230	6.56	2.69	42.59	1;11;2
Pirn ja salatitehe snäkid	150	46	1.26	1.66	11.19	
Kokku :	771	26.70	26.16	112.51		

<b>Lisaroad</b>						
Kana-lillkapsahautis	150	152	13.06	8.59	6.96	
Sealihakaste ürtidega	150	166	9.03	11.44	7.24	1;2

<b>Taimetoit</b>						
Köögivilja-kikerhernekarr	150	156	4.88	10.01	11.77	

Nädala keskmine : **763 26.42 25.14 110.83**

# Koolilõuna nädalamenüü



Grupp vanus 16–19 ja enam

esmaspäev, 12.vebruar	Kogus, g	Energia kcal	Valgud, g	Rasvad, g	Süsivesik ud, g	Allergeen
<b>Lõuna</b>						
Bolognesekaste	150	165	11.05	8.08	12.12	
Aurutatud lillkapsas	60	16	1.15	0.14	3.31	
Keedetud kartulid	60	62	1.60	0.08	14.20	
Keedetud makaronid	60	41	1.37	0.64	7.36	1
Porgandi - porrulaugusalat	60	31	0.68	1.43	4.54	
Kapsas, oad, redis, peet	60	16	0.81	0.09	3.60	
Kastmevalik salatitele	10	56	0.10	6.06	0.47	10;2
Seemnesegu	15	82	3.42	6.56	3.72	11
Hibiskuse tee	180	22	0	0	5.39	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	100	287	8.21	3.36	53.24	1;11;2
Pirn ja kaalika snäkid	150	55	1.05	0.52	13.42	
Kokku :	834	29.44	26.96	121.37		

<b>Lisaroad</b>						
Kana - paprikakaste	150	157	8.92	10.96	6.45	1;2
Sealiha-köögiviljakaste	150	143	9.33	8.48	8.02	1;2

<b>Taimetoit</b>						
Taimne bolognesekaste (hakitud sojaga)	150	119	6.41	4.83	12.78	

teisipäev, 13.vebruar	Kogus, g	Energia kcal	Valgud, g	Rasvad, g	Süsivesik ud, g	Allergeen
<b>Lõuna</b>						
Hernesupp sealihaga	300	296	15.89	12.50	32.50	1
Vastlakukkel vahukoorega	60	196	3.52	9.95	23.13	1;2;3
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	100	287	8.21	3.36	53.24	1;11;2
Õun ja lillkapsa snäkid	150	47	1.35	0.42	10.88	
Kokku :	825	28.97	26.23	119.75		

<b>Lisaroad</b>						
Talupojasupp sealihaga	300	258	19.94	12.02	18.05	1;9
Kana - nuudlisupp kartulitega	300	241	9.79	14.21	19.61	1
Seemnesegu	15	82	3.42	6.56	3.72	11

<b>Taimetoit</b>						
Hernesupp lihata	300	267	7.08	12.85	33.74	1

kolmapäev, 14.vebruar	Kogus, g	Energia kcal	Valgud, g	Rasvad, g	Süsivesik ud, g	Allergeen
<b>Lõuna</b>						
Kanahakklihist pikkpoiss	60	124	8.73	6.93	6.60	1;11;3
Piimakaste	100	87	2.01	6.33	5.83	1;2
Küpsetatud kaalikapulgad	60	33	0.74	1.42	5.33	
Keedetud päri kuskuss	60	75	2.30	1.56	13.12	1
Keedetud kartulid	60	62	1.60	0.08	14.20	
Hiinakapsasalat tilliga	60	23	0.97	1.38	1.98	
Jääsalat, peet, mais, porru	60	28	1.16	0.24	5.54	
Kastmevalik salatitele	5	28	0.05	3.03	0.23	10;2
Seemnesegu	5	27	1.14	2.19	1.24	11
Jõhvikamorss	180	42	0.18	0.32	10.25	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	80	230	6.56	2.69	42.59	1;11;2
Apelsin ja porgandi snäkid	150	58	1.58	0.38	13.42	
Kokku :	817	27.02	26.55	120.33		

<b>Lisaroad</b>						
Kodune hakklihakaste	150	115	8.57	6.56	5.73	1;2
Sealihakaste ürtidega	150	166	9.03	11.44	7.24	1;2

<b>Taimetoit</b>						
Köögivilja -nuudlivokk	300	234	7.34	7.86	28.32	1

neljapäev, 15.vebruar	Kogus, g	Energia kcal	Valgud, g	Rasvad, g	Süsivesik ud, g	Allergeen
<b>Lõuna</b>						
Uhaa	300	207	9.62	10.83	18.93	4
Kuldne sepikuvorm	100	235	5.02	6.55	39.57	1;2;3
Piim r2,5%	50	28	1.82	1.33	2.26	2
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	100	287	8.21	3.36	53.24	1;11;2
Õun ja redise snäkid	150	53	0.54	0.46	12.93	
Kokku :	811	25.21	22.53	126.93		

<b>Lisaroad</b>						
Kala - köögiviljasupp	300	232	12.14	14.16	15.63	4
Lihne kalasupp	300	212	8.70	12.26	17.93	4
Seemnesegu	15	82	3.42	6.56	3.72	11

<b>Taimetoit</b>						
Karrine lillkapsapüreesupp kikerhernestega	300	183	7.47	5.86	25.53	1

reede, 16.vebruar	Kogus, g	Energia kcal	Valgud, g	Rasvad, g	Süsivesik ud, g	Allergeen
<b>Lõuna</b>						
Kalkunipada köögiviljadega	150	150	10.52	9.49	6.30	2
Ahjukõrvitsakuubikud	60	30	0.57	1.89	3.34	
Keedetud tatar	60	72	2.50	0.84	13.92	
Kartulipuder	60	82	1.75	2.83	12.77	2
Peedisalat õliga	60	38	1.01	1.32	5.48	
Punane peakapsas, porgand, kaalikas, he	60	24	1.32	0.20	5.10	
Kastmevalik salatitele	10	56	0.10	6.06	0.47	10;2
Seemnesegu	5	27	1.14	2.19	1.24	11
Mahlajook	180	43	0.02	0.02	10.35	
Leivatoodete valik sh rukkileib (5 sorti)	90	259	7.39	3.03	47.91	1;11;2
Pirn ja salatilehe snäkid	150	46	1.26	1.66	11.19	
Kokku :	828	27.58	29.53	118.07		

<b>Lisaroad</b>						
Kana-lillkapsahautis	150	152	13.06	8.59	6.96	
Sealihakaste ürtidega	150	166	9.03	11.44	7.24	1;2

<b>Taimetoit</b>						
Köögivilja-kikerhernekarr	150	156	4.88	10.01	11.77	

Nädala keskmine : **823 27.64 26.36 121.29**