

Esmaspäev 08.11		Teisipäev 09.11		Kolmapäev 10.11		Neljapäev 11.11		Reede 12.11	
Hommiikusöök		Hommiikusöök		Hommiikusöök		Hommiikusöök		Hommiikusöök	
Hommiikusöögihe...	100 g	4viljahelbepuder	150 g	Mannapuder (võiga, piim R 2,...	150 g	kaerahelbepuder marjadega	250 g	kakao	300 g
Joogijogurt, marjade või	100 g	Moos, keskmiselt	50 g	Moos, keskmiselt	50 g	võileib vorstiga	85 g	võileib sea seljafileega	80 g
Vesi	300 g	võileib vorstiga	80 g	võileib vorstiga	80 g	Viljakohv piimaga (piim R4,2)	300 g		
		Viljakohv piimaga (piim R4,2)	300 g	Viljakohv piimaga (piim R4,2)	300 g	Jõhvikad	10 g		
Lõunasöök		Lõunasöök		Lõunasöök		Lõunasöök		Lõunasöök	
kalasupp krabinuudlitega	300 g	Hautis, segahakkliha ja ...	300 g	Borš, hapukapsa ja kartuliga,	300 g	Kanakints ahjus	60 g	Pajaroog, köögiviljade ja	400 g
Kakako-kohupiimavaht	100 g	Kartul, aurutatud, soolata	150 g	rukkivaht marjadega ja pii...	300 g	Kartul, aurutatud, soolata	100 g	Õun	200 g
Moos, keskmiselt	50 g	Banaan, koorega	190 g	Leib, keskmiselt, mitmeviljajahust	35 g	kaste	75 g	Leib, keskmiselt	50 g
Leib, keskmiselt, mitmeviljajahust	70 g	Piim, R 2,5%	200 g	Sepik, mitmeviljajahust	17 g	Kapsa- kurgisalat	50 g	Piim, R 4,2%	200 g
Vesi	300 g	Leib, keskmiselt, mitmeviljajahust	35 g	Vesi	300 g	Mandariin, koorega	105 g	Vesi	300 g
Sepik, mitmeviljajahust	60 g	Maitsevesi marjadega	300 g	Hapukoor, R 20%	50 g	Leib, keskmiselt	90 g	Sepik, mitmeviljajahust	34 g
Maapähklid	15 g					Piim, R 2,5%	150 g		
						maitsevesi sidruniga	300 g		
						Sepik, mitmeviljajahust	70 g		
Õhtuode		Õhtuode		Õhtuode		Õhtuode		Õhtuode	
Marjakook	120 g	Piima-makaronisupp	300 g	Kodujuust, maitsestamata, ...	120 g	Piima-maisimannasupp	300 g		
tee	300 g	Leib, keskmiselt, mitmeviljajahust	70 g	Sepik, mitmeviljajahust	50 g	Melon, erinevad liigid, koorega	60 g		
Sarapuupähklid	10 g	Maapähklid	10 g	Vesi	300 g	Leib, keskmiselt	70 g		
Vesi	300 g	Vesi	300 g	Rosinad	20 g	Vesi	300 g		
				Leib, keskmiselt	70 g				
Õhtusöök		Õhtusöök		Õhtusöök		Õhtusöök		Õhtusöök	
Makaronid hakklihaga	200 g	Tatrapuder (võiga, veega) seguhak...	250 g	Koorene Kartulipada	250 g	Leib, keskmiselt	70 g		
Tomati-kurgisalat	60 g	Hapukoor, R 20%	10 g	Leib, keskmiselt	70 g	Vesi	300 g		
Taimetee, valmis jook, suhkruta	200 g	Leib, keskmiselt	35 g	Piim, R 3,9%	200 g	Linaseemned	20 g		
Leib, keskmiselt	35 g	tee	300 g	Vesi	300 g	Kruubipuder praetud	300 g		
		Vesi	300 g			Sepik, mitmeviljajahust	70 g		

