

Esmaspäev 22.11		Teisipäev 23.11		Kolmapäev 24.11		Neljäpäev 25.11		Reede 26.11	
Hommiüksööök		Hommiüksööök		Hommiüksööök		Hommiüksööök		Hommiüksööök	
Hommiüksöögihe..	100 g	kaerahelbepuder marjadega	200 g	vaarika- mustsõstratoorm...	50 g	8 viljahelbepuder kliidega	200 g	Kakaojook, kakaopulbriga	200 g
Jogurt, marjade või puuviljaga,	100 g	võileib vorstiga	80 g	Viljakohv piimaga (piim R4,2)	200 g	Moos, keskmine	20 g	võileib vorstiga	80 g
Vesi	400 g	Viljakohv piimaga (piim R4,2)	200 g	võileib vorstiga	80 g	võileib vorstiga	80 g	Jõhvikad	10 g
				Riisipuder (võiga, piim R 2,5%)	150 g	Viljakohv piimaga (piim R4,2)	200 g		
				Vesi	200 g				
Lõunasööök		Lõunasööök		Lõunasööök		Lõunasööök		Lõunasööök	
Kana-nuudlisupp, õliga	350 g	Praetud kala	60 g	Külasupp	300 g	Guljašš	120 g	Kartulipüreesupp, seente ja peeko...	300 g
Kamakreem, pohlade ja bana...	120 g	Kartul, soolata	150 g	Leivavaht	100 g	Kartul, aurutatud, soolata	150 g	Kakaokissell (piim R 4,2%)	200 g
Marjad, keskmine	50 g	kaste	100 g	Piim, R 4,2%	150 g	Porgandi- õunasalat, mahl...	80 g	Moos, keskmine	30 g
Leib, keskmine	70 g	Porgandi-herne salat	80 g	Leib, keskmine	70 g	Apelsin, koorega	300 g	Leib, keskmine	35 g
Sepik, mitmeviljajahust	34 g	Banaan, koorega	190 g	Vesi	300 g	Piim, R 4,2%	100 g	Vesi	300 g
Vesi	300 g	Leib, keskmine	70 g	Hapukoor, R 20%	30 g	Maitsevesi kurgi ja sidruniga	200 g	Sepik, mitmeviljajahust	34 g
		Vesi	300 g	Sepik, mitmeviljajahust	34 g	Leib, keskmiselt, mitmeviljajahust	60 g		
						Sepik, mitmeviljajahust	50 g		
Õhtuode		Õhtuode		Õhtuode		Õhtuode		Õhtuode	
Kaerahelbe- porgandikook	125 g	Piima- makaronisupp, v...	300 g	Kodujuust, hapukoorega, R	150 g	Sepik, mitmeviljajahust	60 g		
tee	200 g	Sepik, mitmeviljajahust	35 g	Maapähklid	10 g	Viinamarjad	60 g		
Vesi	300 g	Kreeka pähklid	10 g	Sepik, mitmeviljajahust	60 g	Piima- kõogiviljasupp,	300 g		
Mandlid, kooritud	20 g			köömnetee	200 g				
Õhtusööök		Õhtusööök		Õhtusööök		Õhtusööök		Õhtusööök	
Hakkliharoog kõogiviljade ja	300 g	Tatrapuder (võiga, veega) seguhak...	300 g	Vormiroog, kanaliha ja riisiga	300 g	Kruubipuder praetud	200 g		
taimetee	200 g	Leib, keskmine	35 g	Leib, keskmine	35 g	tee	200 g		
Leib, keskmine	35 g	Hapukoor, R 20%	10 g	Keefirismuuti, marjade,	200 g	Leib, keskmine	60 g		
Hapukoor, R 20%	10 g	Piim, R 2,5%	100 g			Hapukoor, R 10%	20 g		
Sepik, täisteranisujahust..	26 g	Kurk	50 g						