

Esmaspäev 04.04		Teisipäev 05.04		Kolmapäev 06.04		Neljäpäev 07.04		Reede 08.04	
Hommiikusöök		Hommiikusöök		Hommiikusöök		Hommiikusöök		Hommiikusöök	
Hommiikusöögihe...	100 g	Riisipuder, lisatud rasvaineta (piim	200 g	Kaerahelbepuder, lisatud rasvainet...	150 g	Mannapuder, lisatud rasvainet...	200 g	Kakaojook, kakaopulbriga	200 g
Jogurt, marjade või puuviljaga,	100 g	Marjad, keskmiselt	50 g	Moos, keskmiselt	10 g	Moos, keskmiselt	20 g	võileib vorstiga	80 g
		täistera sepik juustuga	80 g	võileib vorstiga	80 g	võileib vorstiga	80 g	Sepik, mitmeviljajahust	34 g
		Viljakohvijook (piim R 2,5%,	200 g	Viljakohvijook (piim R 2,5%,	200 g	Viljakohvijook (piim R 2,5%,	200 g		
		Sepik, mitmeviljajahust	34 g	Sepik, mitmeviljajahust	34 g	Sepik, mitmeviljajahust	34 g		
Lõunasöök		Lõunasöök		Lõunasöök		Lõunasöök		Lõunasöök	
Värskekapsasupp, sealihaga (õliga)	300 g	Böfstrooganov, veiselihast	100 g	Külasupp	300 g	Kartul, aurutatud, soolata	200 g	Ühepajatoit, seali...	350 g
Leib, keskmiselt	70 g	Kartul, aurutatud, soolata	150 g	Hapukoor, R 20%	40 g	Piim, R 3,5%	100 g	Õun	200 g
Kissell, kuivatatud aprikoosidest	200 g	Leib, keskmiselt, täisterarukkijahust	70 g	kanepiseemne leib	40 g	maitsevesi sidruniga	300 g	Leib, keskmiselt	70 g
Sepik, täisteranisujahust..	35 g	Piim, R 2,5%	100 g	Sepik, nisujahust, nisukliidega, Õn...	80 g	Õuna-porgandi-kaalikalalat	80 g	Vesi	300 g
Kohupiimakreem, vanilje, R 4%, E...	150 g	Maitsevesi astelpaju	200 g	Vesi	300 g	Pirn	180 g	Või, keskmiselt, R 82% (küllastunu...	10 g
		Suvine porgandisalat	80 g	Aprikoosi-mannavaht	150 g	kanepiseemne leib	60 g		
		Banaan, koorega	190 g	Piim, R 2,5%	200 g	Tilaapia, tomatikastmega	100 g		
		Sepik, mitmeviljajahust	50 g						
Õhtuoode		Õhtuoode		Õhtuoode		Õhtuoode		Õhtuoode	
Kaerahelbekook	80 g	Piima-kõrvitsa-mannasupp	300 g	Kodujuust, maitsestamata, ...	100 g	Piima-makaronisupp, li...	300 g		
tee	300 g	Sepik, mitmeviljajahust	34 g	Sepik, mitmeviljajahust	60 g	Sepik, mitmeviljajahust	34 g		
Vesi	400 g	Vesi	300 g	tee	400 g	Mandlid	10 g		
				Leib, keskmiselt	70 g				
				Vesi	300 g				
Õhtusöök		Õhtusöök		Õhtusöök		Õhtusöök		Õhtusöök	
Hapukoor, R 20%	20 g	Pilaff, sealihaga (õliga)	250 g	Tomati-sibulasalat	50 g	Tatrapuder (võiga, veega) seguhak...	200 g		
köömnetee	300 g	Hapukoor, R 20%	10 g	Makaronid vorstiga	300 g	Hapukoor, R 10%	20 g		
Või, R 80%	20 g	Kõrvits, marineeritud, ve...	50 g	Leib, keskmiselt, täisterarukkijahust	70 g	Leib, keskmiselt	70 g		
Mulgipuder, lihaga	170 g	Leib, keskmiselt	70 g	tee	200 g	Piim, R 4,2%	200 g		
Vesi	400 g	Keefir, R 2,5%	100 g			Vesi	300 g		

