

Esmaspäev 15.05 2023 2163 kcal Hommiüksööök 273 kcal		Teisipäev 16.05 2023 2250 kcal Hommiüksööök 621 kcal		Kolmapäev 17.05 2023 2348 kcal Hommiüksööök 511 kcal		Neljapäev 18.05 2023 2236 kcal Hommiüksööök 554 kcal		Reede 19.05 2023 1225 kcal Hommiüksööök 452 kcal	
Riisipuder (võiga, piim R 2,5%)	200 g 273 kcal	Kaerahelbepuder	200 g 187 kcal	7 viljapuder linaseemnetega	200 g 188 kcal	Moos, keskmiselt	50 g 84 kcal	Kakaojook, kakaopulbriga (piim R 4,2%,	300 g 223 kcal
		Moos, keskmiselt	50 g 84 kcal	Moos, keskmiselt	30 g 50 kcal	võileib vorstiga	80 g 226 kcal	võileib sea seljafileega	80 g 229 kcal
		Viljakohvijook (piim R 2,5%, vesi)	300 g 74 kcal	võileib vorstiga	80 g 226 kcal	Viljakohv piimaga (piim R4,2)	300 g 96 kcal	Vesi	300 g 0 kcal
		Vesi	300 g 0 kcal	münditee	200 g 47 kcal	Vesi	300 g 0 kcal		
		täistera sepik juustuga	75 g 277 kcal			Rukkihelbepuder, võiga (piim R 4,2 %)	150 g 147 kcal		
Lõunaode 0 kcal		Lõunaode 0 kcal		Lõunaode 0 kcal		Lõunaode 0 kcal		Lõunaode 0 kcal	
Paprika amps	30 g 0 kcal	Kaalika amps	40 g 0 kcal	Kurgi amps	30 g 0 kcal	Nuikapsa amps	40 g 0 kcal	Vesi	0 g 0 kcal
Lõunasööök 833 kcal		Lõunasööök 751 kcal		Lõunasööök 769 kcal		Lõunasööök 798 kcal		Lõunasööök 773 kcal	
Kana-nuudlisupp, õliga	250 g 182 kcal	Maksakaste, veisemaksast, tomatikastmega	200 g 247 kcal	Külasupp	300 g 232 kcal	Kartul, keedetud, soolata	120 g 90 kcal	Ühepajatoit, seali...	300 g 299 kcal
Leib, keskmiselt	70 g 147 kcal	Kartul, aurutatud, soolata	200 g 148 kcal	Hapukoor, R 20%	40 g 89 kcal	kaste	100 g 116 kcal	Leib, keskmiselt	70 g 147 kcal
Sepik, mitmeviljajahust	68 g 174 kcal	Piim, R 2,5%	200 g 116 kcal	Leib, keskmiselt	70 g 147 kcal	Porgandi-herne salat	80 g 151 kcal	Maitsevesi marjadega	400 g 16 kcal
Kakaokreem (koor R 35%, piim R 2,5%)	100 g 246 kcal	Banaan, koorega	220 g 149 kcal	Karamellkissell (piim R 4,2%)	150 g 140 kcal	Leib, keskmiselt	70 g 147 kcal	Piim, R 4,2%	50 g 35 kcal
Vesi	300 g 0 kcal	Maitsevesi marjadega	300 g 12 kcal	Vesi	300 g 0 kcal	Pirn	180 g 83 kcal	Sepik, mitmeviljajahust	70 g 179 kcal
Moos, keskmiselt	50 g 84 kcal	Peedi-õunasalat, õlikastmega	100 g 79 kcal	Sepik, mitmeviljajahust	50 g 128 kcal	Keefir, R 2,5%	100 g 55 kcal	Õun	200 g 97 kcal
				Moos, keskmiselt	20 g 34 kcal	Ahjukala, tilliga	80 g 108 kcal		
						Sepik, mitmeviljajahust	17 g 44 kcal		
						maitsevesi sidruniga	300 g 5 kcal		
Õhtuode 511 kcal		Õhtuode 344 kcal		Õhtuode 485 kcal		Õhtuode 420 kcal			

Rosinad	10 g 28 kcal	Leib, keskmiselt, mitmeviljajahust	70 g 144 kca	Kodujuust, maitsestatamata, R 4% - 5%	100 g 103 kca	Piima-tatrasupp, lisatud rasvaineta (piim R 4,2%)	300 g 259 kca
Piim, R 2,5%	200 g 116 kca	Piima-mannasupp (võiga, piim R 2,5%)	300 g 200 kca	Sepik, mitmeviljajahust	60 g 154 kca	Sepik, mitmeviljajahust	34 g 87 kcal
Õuna purukook	80 g 367 kca			tee	400 g 81 kcal	Leib, keskmiselt	35 g 74 kcal
				Leib, keskmiselt	70 g 147 kca		
Õhtusöök 545 kcal		Õhtusöök 534 kcal		Õhtusöök 582 kcal		Õhtusöök 463 kcal	
tee	300 g 61 kcal	Pilaff, kanalihast, õliga	200 g 264 kca	Vormiroog, segahakkliha ja kartuliga	200 g 302 kca	Kruubipuder praetud hakkliha ja sibulaga	200 g 230 kca
Leib, keskmiselt	35 g 74 kcal	Hapukoor, R 10%	20 g 24 kcal	kanepiseemne leib	60 g 173 kca	Hapukoor, R 20%	30 g 67 kcal
Makaronid vorstiga	200 g 392 kca	Sepik, mitmeviljajahust	34 g 87 kcal	Keefiri- marjajook	200 g 107 kca	tee	300 g 61 kcal
Ketšup	20 g 18 kcal	Maitsevesi marjadega	300 g 12 kcal			Leib, keskmiselt	50 g 105 kca
		Leib, keskmiselt	70 g 147 kca				