

Esmaspäev	Kogus, g	Rasvad, g	Valgud, g	Süsivesikud, g	Kcal
Karrikaste kanalihaga	100	15	15	73	488
Keedetud riis	150				
Värske juurviljasalat	50				
Leib, sepik	35				
Marjajook	200				

Teisipäev	Kogus, g	Rasvad, g	Valgud, g	Süsivesikud, g	Kcal
Pasta hakklihaga	200	12	14	63	413
Värske juurviljasalat	50				
Leib, sepik	35				
Mahlajook	200				

Kolmapäev	Kogus, g	Rasvad, g	Valgud, g	Süsivesikud, g	Kcal
Köögiviljasupp maitserohelisega	200	17	15	63	467
Magustoit	150				
Leib, sepik	50				

Neljapäev	Kogus, g	Rasvad, g	Valgud, g	Süsivesikud, g	Kcal
Riisiroog hakkliha ja juurviljadega	200	14	12	72	468
Värske juurviljasalat	50				
Leib, sepik	35				
Apelsinijook	200				

Reede	Kogus, g	Rasvad, g	Valgud, g	Süsivesikud, g	Kcal
Guljašš sealihaga	100	15	15	62	446
Keedetud kartul	150				
Värske juurviljasalat	50				
Leib, sepik	35				
Mahlajook	200				