

8.01.18 KOOL.ERI/Esmaspäev	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	642	642
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	93.3	93.3
	Rasvad, g	24.1	24.1
	Valgud, g	23.8	23.8
9.01.18 KOOL.ERI/Teisipäev	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	630	630
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	94.3	94.3
	Rasvad, g	20.3	20.3
	Valgud, g	21.4	21.4
10.01.18 KOOL.ERI/Kolmapäev	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	627	627
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	97.8	97.8
	Rasvad, g	19.7	19.7
	Valgud, g	18.3	18.3
11.01.18 KOOL.ERI/Neljapäev	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	644	644
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	99.4	99.4
	Rasvad, g	19.7	19.7
	Valgud, g	17.9	17.9
12.01.18 KOOL.ERI/Reede	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	630	630
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	92.8	92.8
	Rasvad, g	18.6	18.6
	Valgud, g	28.8	28.8

8.01-12.01.18 KOOL.ERI/Keskmine	Energia (sh kiudained), kcal		634,6
	Süsivesikud, kokku, g		95,52
	Rasvad, g		22,48
	Valgud, g		21,64