

8.01.18 Kool/Esmaspäev	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	691	691
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	98.9	98.9
	Rasvad, g	22.4	22.4
	Valgud, g	26.1	26.1
9.01.18 Kool/Teisipäev	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	691	691
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	102	102
	Rasvad, g	25.9	25.9
	Valgud, g	14.7	14.7
10.01.18 Kool/Kolmapäev	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	713	713
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	108	108
	Rasvad, g	23.1	23.1
	Valgud, g	20.6	20.6
11.01.18 Kool/Neljapäev	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	685	685
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	102	102
	Rasvad, g	22.1	22.1
	Valgud, g	22.5	22.5
12.01.18 Kool/Reede	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	705	705
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	96.9	96.9
	Rasvad, g	23.9	23.9
	Valgud, g	26.9	26.9

8.01-12.01.18 Kool/Keskmine	Energia (sh kiudained), kcal		697
	Süsivesikud, kokku, g		101,56
	Rasvad, g		23,48
	Valgud, g		22,16
8.01.18 Günnaasium/Esmapäev	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	863	863
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	125	125
	Rasvad, g	28	28
	Valgud, g	30.1	30.1
9.01.18 Günnaasium/Teispäev	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	851	851
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	122	122
	Rasvad, g	31.4	31.4
	Valgud, g	22.8	22.8
10.01.18 Günnaasium/Kolmapäev	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	855	855
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	125	125
	Rasvad, g	29.4	29.4
	Valgud, g	25.3	25.3
11.01.18 Günnaasium/Neljapäev	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	838	838
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	128	128
	Rasvad, g	25.8	25.8
	Valgud, g	26.5	26.5
12.01.18 Günnaasium/Reede	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	864	864
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100

	Süsivesikud, kokku, g	121	121
	Rasvad, g	29.4	29.4
	Valgud, g	30.5	30.5
8.01-12.01.18 Gümnaasium/Keskmine	Energia (sh kiudained), kcal		854,2
	Süsivesikud, kokku, g		124,2
	Rasvad, g		29,34
	Valgud, g		27,04