

17.09.2018 KOOL/Esmaspäev	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	704	704
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	95.1	95.1
	Rasvad, g	26.8	26.8
	Valgud, g	23.8	23.8
18.09.2018 KOOL/Teisipäev	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	678	678
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	101	101
	Rasvad, g	23,4	23,4
	Valgud, g	21.4	21.4
19.09.2018 KOOL/Kolmapäev	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	704	704
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	97.5	97.5
	Rasvad, g	23.9	23.9
	Valgud, g	26.3	26.3
20.09.2018 KOOL/Neljapäev	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	705	705
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	97.9	97.9
	Rasvad, g	26.8	26.8
	Valgud, g	19.1	19.1
21.09.2018 KOOL/Reede	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	707	707
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	101,1	101,1
	Rasvad, g	21.3	21.3
	Valgud, g	23,6	23,6

17-21.09.2018 KOOL/Keskmine	Energia (sh kiudained), kcal		705,33
	Süsivesikud, kokku, g		98,83
	Rasvad, g		24,5
	Valgud, g		23
17.09.2018 GÜMN./Esmaspäev	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	887	887
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	120	120
	Rasvad, g	31.2	31.2
	Valgud, g	28	28
18.09.2018 GÜMN./Teisipäev	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	863	863
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	121	121
	Rasvad, g	29.1	29.1
	Valgud, g	30.5	30.5
19.09.2018./Kolmapäev	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	861	861
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	121	121
	Rasvad, g	28.5	28.5
	Valgud, g	32.5	32.5
20.09.2018 GÜMN./Neljapäev	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	869	869
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	123	123
	Rasvad, g	31.2	31.2
	Valgud, g	24.8	24.8
21.09.2018 GÜMN./Reede	Toitaine	Lõunasöök	Kokku

	Energia (sh kiudained), kcal	852	852
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	121,1	121,1
	Rasvad, g	26.2	26.2
	Valgud, g	33.7	33.7
17-21.09.2018 GÜMN./Keskmine	Energia (sh kiudained), kcal		866,4
	Süsivesikud, kokku, g		121,7
	Rasvad, g		28,63
	Valgud, g		30,33