

20.11.17 KOOL.ERI/Esmaspäev	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	620	620
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	84.2	94.2
	Rasvad, g	21.9	21.9
	Valgud, g	20.9	20.9
21.11.17 KOOL.ERI/Teisipäev	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	668	648
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	95.3	95.3
	Rasvad, g	22	22
	Valgud, g	22.6	22.6
22.11.17 KOOL.ERI/Kolmapäev	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	677	637
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	94.7	94.7
	Rasvad, g	26.1	26.1
	Valgud, g	20.2	20.2
23.11.17 KOOL.ERI/Neljapäev	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	639	639
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	95	95
	Rasvad, g	20.9	20.9
	Valgud, g	17.1	17.1
24.11.17 KOOL.ERI/Reede	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	625	625
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	95.7	95.7
	Rasvad, g	24.1	24.1
	Valgud, g	29.4	29.4
<b>20-24.11.17 KOOL.ERI/Keskmine</b>	<b>Energia (sh kiudained), kcal</b>		<b>633,8</b>

	Süsivesikud, kokku, g		94,98
	Rasvad, g		23
	Valgud, g		22,04