

04.12.17 KOOL.ERI/Esmaspäev	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	632	632
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	93.4	93.4
	Rasvad, g	24.1	24.1
	Valgud, g	20.7	20.7
05.12.17 KOOL.ERI/Teisipäev	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	638	638
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	95.9	95.9
	Rasvad, g	22.4	22.4
	Valgud, g	20.8	20.8
06.12.17 KOOL.ERI/Kolmapäev	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	650	650
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	98	98
	Rasvad, g	21.7	21.7
	Valgud, g	25.4	25.4
07.12.17 KOOL.ERI/Neljapäev	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	635	635
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	98.9	98.9
	Rasvad, g	24.1	24.1
	Valgud, g	15.3	15.3
08.12.17 KOOL.ERI/Reede	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	628	628
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	97.6	97.6
	Rasvad, g	24.8	24.8
	Valgud, g	26.5	26.5
04-08.12.17 KOOL.ERI/Keskmine	Energia (sh kiudained), kcal		637,4

	Süsivesikud, kokku, g		96,76
	Rasvad, g		23,42
	Valgud, g		21,74