

11.12.17 KOOL.ERI/Esmaspäev	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	673	673
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	97.3	97.3
	Rasvad, g	23.3	23.3
	Valgud, g	19.9	19.9
12.12.17 KOOL.ERI/Teisipäev	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	686	686
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	102	102
	Rasvad, g	25.1	25.1
	Valgud, g	169.6	19.6
13.12.17 KOOL.ERI/Kolmapäev	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	665	665
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	100,1	100,1
	Rasvad, g	24.3	24.3
	Valgud, g	23.9	23.9
14.12.17 KOOL.ERI/Neljapäev	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	675	675
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	97.9	97.9
	Rasvad, g	21.8	21.8
	Valgud, g	18.8	18.8
15.10.17 KOOL.ERI/Reede	Toitaine	Lõunasöök	Kokku
	Energia (sh kiudained), kcal	690	690
	Energia (sh kiudained) (% päevast)	100	100
	Süsivesikud, kokku, g	98.6	98.6
	Rasvad, g	23.4	23.4
	Valgud, g	20.4	20.4

11-15.12.17 KOOL.ERI/Keskmine	Energia (sh kiudained), kcal		677,8
	Süsivesikud, kokku, g		99,46
	Rasvad, g		23,58
	Valgud, g		20,52