

Saptamina I Joi

Denumirea produselor	Gramaj, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea energetica, Kcal
Dejun					
Mere coapte	1/120			22.00	168.00
Terci ovas cu lapte, unt, zahar	1/130/5/10	8.90	9.90	12.30	267.50
Tartina cu unt Taranesc si cascaval	1/10/10/34	6.30	15.50	18.60	212.90
Ceai cu zahar si lamaie	1/200/7	0.10		15.00	59.00
		15.30	25.00	67.90	707.40

Saptamina I Vineti

Denumirea produselor	Gramaj, g	Proteine, g	Lipide, g	Glucide, g	Valoarea energetica, Kcal
Dejun					
Fruite proaspete (mere, citrice, structuri, banane)	1/100	0.40		15.80	62.00
Budinca din brinza (brinza-9% grasime)	1/70	12.04	8.70	10.80	169.20
Terci din mei pe lapte natural, unt (82,5% grasime)	1/100/10	3.13	7.67	21.33	157.00
Tartina cu cascaval (paine din faina integrala/gru, fortificata cu acid folic, cascaval-45% grasime)	1/15/35	6.00	4.70	15.50	135.10
Ceai cu zahar si lamaie	1/200/7	0.10		15.00	59.00
		21.67	21.07	78.43	582.30

