

DENNÍ MENU č. 3

				GDA (%)							
	1 porce (g)	Pozn.	energie(kJ)	energie	energie (kcal)	tuky (g)	tuky	bílkoviny (g)	bílkoviny	sacharidy (g)	sacharidy
Snídaně	Grahamový rohlík	2 ks	830	10	197	2,36	3	4,79	10	28,7	11
	Máslo Flora light		296	4	70	8	11	0,02	< 0,1	0,06	< 0,1
	Džem Jahůdka	Hamé - džemy	489	6	116	0,05	< 0,5	0,1	< 0,5	29,65	11
	Celkem snídaně			20	383	10,41	14	4,91	10	58,41	22
Oběd	Rizoto sypané sýrem	Veselá pastýřka - chlazený sortiment	2298	27	548	22,42	32	20,36	41	66,58	25
	Okurky sterilované	Znojmia - jednodruhová zelenina	73	1	18	0,1	< 0,5	0,5	1	4	2
	Celkem oběd			28	566	22,52	32	20,86	42	70,58	27
Večeře	Bageta tuňák a vejce	Hamé Life Style - bagety	2273	14	541	18,83	18	20,76	22	71,48	12
	Celkem večeře			14	541	18,83	18	20,76	22	71,48	12
Celkem denní menu				62	1490	51,76	64	46,53	74	200,47	61