

PRIMER JELOVNIKA

MENI		
DORUČAK	RUČAK	VEČERA
• Grejpfrut – ½ šolje	• Beli hleb – 2 parčeta	• Pileće grudi – 80 g
• Bareno jaje – 1 komad	• Junetina – 60 g	• Pirinač – ½ šolje
• Tost od belog hleba – 1 parče	• Salata od 2 paradajza i pola luka (so po ukusu)	• Grašak – ½ šolje (so po ukusu)
• Posni sir – 1 supena kašika	• Varivo od šargarepe	• Beli hleb – 1 parče
• Paprika – 1 komad	• Breskva	• Marmelada – 1 supena kašika
• Punomasno mleko – 1 šolja		• Jabuka – 1 komad
• So po ukusu		• Limunada – 1 šolja

Sadržaj bakra: 0,68 mg