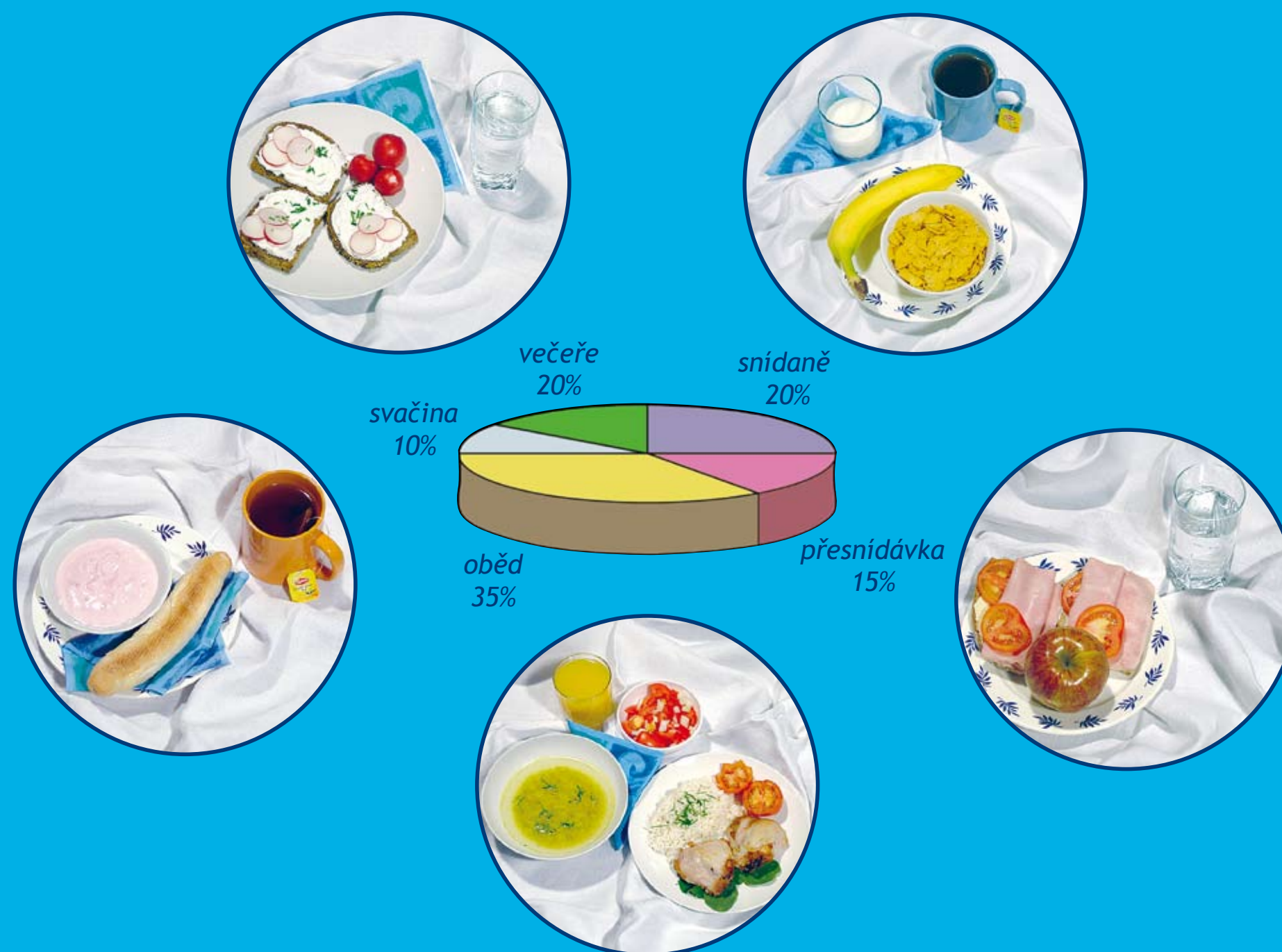


Rozložení denního energetického příjmu



Jídelníček pro děti 7 - 10 let

Snídaně: Cornflakes s mlékem, banán, čaj

Přesnídávka: Chléb s Ramou máslovou a šunkou, jablko

Oběd: Polévka zeleninová, kuře na česneku s rýží, rajčatový salát, sklenice 100% pomerančového džusu ředěného vodou

Svačina: Ovocný jogurt s rohlíkem, čaj

Večeře: Plátek slunečnicového chleba s Ramou a tvarohem obložený ředkvičkami