

RETETA MODEL 2

nr: **TPL-002** din data: **30.01.2017**

Aici informatii privind continutul retetei MODEL 2 de test

LUNI

Ziua:	Masa:	Alimente:	Cantitatea(g):	Echivalente:
Luni	Mic dejun	Ardei Gras	100 g	
		Unt	30 g	
		Paine integrala	60 g	
Luni	Gustare I	Portocale	150 g	
Luni	Pranz	Supa de pui cu taitei	150 g	
		Cartofi natur	150 g	
		Carne de rata	100 g	
Luni	Gustare II	Pepene rosu	750 g	
Luni	Cina	Iaurt 1,5 %	150 g	
		Fulgi de porumb	250 g	