

ŚREDNIA WAŻONA GRUPY WYNOSI ok. 2365 kcal

Zgodnie z zaleceniami prawidłowego żywienia, rozdział energii (%) na poszczególne posiłki powinien wyglądać następująco:

Przy 4 posiłkach w ciągu dnia :

- śniadanie	25%	ok. 591,25	kcal
- II śniadanie	20%	ok. 473	kcal (w szkole)
- obiad	30%	ok. 709,5	kcal
- kolacja	25%	ok. 591,25	kcal

Średnią ważoną grupy wyliczono na podstawie norm dla dzieci i młodzieży z 2017 r.
wg Instytutu Żywności i Żywienia w Warszawie.

FIRMA USŁUGOWA
Wioletta Cierluk
ul. Wrzosowa 16, 58-573 Piechowice
NIP 6111234520 REGON 021217996

DIETETYCZKA

Wioletta Cierluk
tel. 600 625 382

29.10.2019r.