	Daudzums 1 bērnam dienā, g		Uzturvielas, g			Enerģija, kcal		Uzturvērtība 100 g produkta				Daudzums (bruto), kg 5 dienām
Produkta nosaukums	**Bruto**	**Neto**	**Olb.v.,g**	**Tauki, g**	**Ogļh., g**	**Enerģija**		**olb.v**	**Tauki**	**ogļ.h.**	**Enerģija**	
Mandarīni	100	100	12.00	3.30	63.88	353.00		12.00	3.30	63.88	353.00	0.50
Rīsi klas. *fasēti*	100	100	10.00	1.30	66.30	317.00		10.00	1.30	66.30	317.00	0.50
Sula 200	40	40	1.12	0.60	3.72	24.80		2.80	1.50	9.30	62.00	0.20
Kausētais siers	40	40	4.40	10.40	0.64	114.80		11.00	26.00	1.60	287.00	0.20
Zaļie zirn. *konservētas*	83	50	3.70	0.25	7.40	55.00		7.40	0.50	14.80	110.00	0.42
Olas 10 gb	67	60	7.20	5.64	0.48	81.60		12.00	9.40	0.80	139.00	0.60
Auzu cepumi	200	160	1.28	0.64	14.40	60.80		0.80	0.40	9.00	38.00	1.00
KOPĀ			**39.70**	**22.13**	**156.82**	**1007.00**						**3.42**
MK not. Nr.172 komplekso pusdienu "norma" (1 dienai) 1.-12. kl.			***12-37***	***16-38***	***55-147***	***490-960***						kg