

	ponedeljek	torek	sreda	četrtek	petek	sobota	nedelja
ZAJTRK							
MALICA							
KOSILO							
MALICA							
VEČERJA							



sadje, zelenjava	meso, mesnine, ribe	kruh, pekovski izdelki	mleko, mlečni izdelki, mleko rastlinskega izvora	zamrznjeni izdelki
priloge	olje, kis, začimbe, dodatki k jedem	pijača	prigrizki	gospodinjski pripomočki, toaletni izdelki