

# Hranilna vrednost živil



Živilo	Količina (g)
Banane	10
Čokolada, mlečna	25
Jogurt, 3,2 % m. m.	5
Borovnice	30
Moka, pšenična, bela	100
Grah	55
Lubenica	75
Marmelada, mešana	5
Solata, zelena	50
Meso, telečje	120

Prikaži graf



- 29 % proteinov
- 52 % ogljikovih hidratov
- 10 % maščob
- 7 % vlaknin