



## BELUŠI

V 100 GRAMIH UŽITNEGA DELA:

VLAKNINE		VITAMINI		
VODA	A	C	E	
94 GRAMOV	1 GRAM	87 MIKROGRAMOV	20 MILIGRAMOV	2000 MIKROGRAMOV



## ZELENA SOLATA

V 100 GRAMIH UŽITNEGA DELA:

VLAKNINE		VITAMINI		
VODA	A	C	E	
95 GRAMOV	1 GRAM	187 MIKROGRAMOV	13 MILIGRAMOV	601 MIKROGRAMOV



## POR

V 100 GRAMIH UŽITNEGA DELA:

VLAKNINE		VITAMINI		
VODA	A	C	E	
88 GRAMOV	2 GRAMA	123 MIKROGRAMOV	26 MILIGRAMOV	529 MIKROGRAMOV



## STROČJI FIŽOL

V 100 GRAMIH UŽITNEGA DELA:

VLAKNINE		VITAMINI		
VODA	A	C	E	
90 GRAMOV	2 GRAMA	59 MIKROGRAMOV	19 MILIGRAMOV	132 MIKROGRAMOV



## ŠPINAČA

V 100 GRAMIH UŽITNEGA DELA:

VLAKNINE		VITAMINI		
VODA	A	C	E	
92 GRAMOV	3 GRAME	795 MIKROGRAMOV	51 MILIGRAMOV	1400 MIKROGRAMOV



## RDEČE ZELJE

V 100 GRAMIH UŽITNEGA DELA:

VLAKNINE		VITAMINI		
VODA	A	C	E	
91 GRAMOV	3 GRAME	3 MIKROGRAME	57 MILIGRAMOV	1700 MIKROGRAMOV



## ANANAS

V 100 GRAMIH UŽITNEGA DELA:

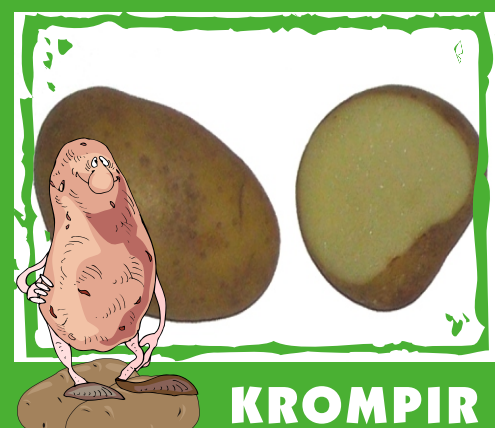
VITAMINI	
<b>VODA</b>	<b>VLAKNINE</b>
<b>85</b>	<b>1</b>
GRAMOV	GRAM
<b>A</b>	<b>C</b>
<b>10</b>	<b>19</b>
MIKROGRAMOV	MILIGRAMOV
<b>E</b>	<b>100</b>
	MIKROGRAMOV



## AVOKADO

V 100 GRAMIH UŽITNEGA DELA:

VITAMINI	
<b>VODA</b>	<b>VLAKNINE</b>
<b>67</b>	<b>6</b>
GRAMOV	GRAMOV
<b>A</b>	<b>C</b>
<b>12</b>	<b>13</b>
MIKROGRAMOV	MILIGRAMOV
<b>E</b>	<b>1</b>
	MIKROGRAM



## KROMPIR

V 100 GRAMIH UŽITNEGA DELA:

VITAMINI	
<b>VODA</b>	<b>VLAKNINE</b>
<b>78</b>	<b>2</b>
GRAMOV	GRAMA
<b>A</b>	<b>C</b>
<b>1</b>	<b>17</b>
MIKROGRAM	MILIGRAMOV
<b>E</b>	<b>53</b>
	MIKROGRAMOV



## PARADIŽNIK

V 100 GRAMIH UŽITNEGA DELA:

VITAMINI	
<b>VODA</b>	<b>VLAKNINE</b>
<b>94</b>	<b>1</b>
GRAMOV	GRAM
<b>A</b>	<b>C</b>
<b>97</b>	<b>19</b>
MIKROGRAMOV	MILIGRAMOV
<b>E</b>	<b>813</b>
	MIKROGRAMOV



## ZELENA PAPRIKA

V 100 GRAMIH UŽITNEGA DELA:

VITAMINI	
<b>VODA</b>	<b>VLAKNINE</b>
<b>92</b>	<b>4</b>
GRAMOV	GRAME
<b>A</b>	<b>C</b>
<b>179</b>	<b>121</b>
MIKROGRAMOV	MILIGRAMOV
<b>E</b>	<b>3</b>
	MIKROGRAME



## KORENJE

V 100 GRAMIH UŽITNEGA DELA:

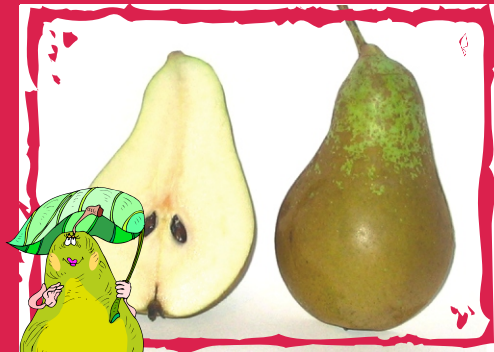
VITAMINI	
<b>VODA</b>	<b>VLAKNINE</b>
<b>88</b>	<b>4</b>
GRAMOV	GRAME
<b>A</b>	<b>C</b>
<b>1500</b>	<b>7</b>
MIKROGRAMOV	MILIGRAMOV
<b>E</b>	<b>465</b>
	MIKROGRAMOV



# JABOLKO

V 100 GRAMIH UŽITNEGA DELA:

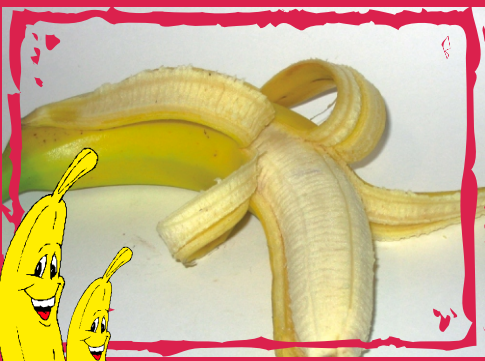
VODA		VITAMINI			
VODNE		A	C	E	
GRAMOV	GRAMA	MIKROGRAMOV	MILIGRAMOV	MIKROGRAMOV	MIKROGRAMOV
85	2	6	12	490	



# HRUŠKA

V 100 GRAMIH UŽITNEGA DELA:

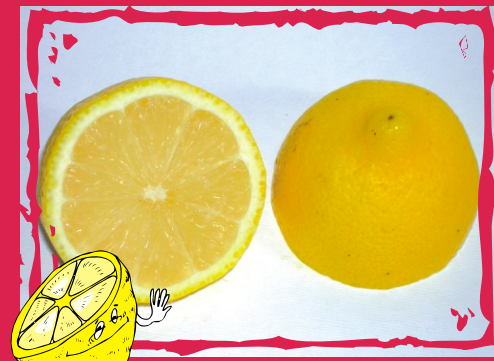
VODA		VITAMINI			
VODNE		A	C	E	
GRAMOV	GRAMA	MIKROGRAMOV	MILIGRAMOV	MIKROGRAMOV	MIKROGRAMOV
83	3	3	5	430	



# BANANA

V 100 GRAMIH UŽITNEGA DELA:

VODA		VITAMINI			
VODNE		A	C	E	
GRAMOV	GRAMA	MIKROGRAMOV	MILIGRAMOV	MIKROGRAMOV	MIKROGRAMOV
74	2	9	12	270	



# LIMONA

V 100 GRAMIH UŽITNEGA DELA:

VODA		VITAMINI			
VODNE		A	C	E	
GRAMOV	GRAMOV	MIKROGRAM	MILIGRAMOV	MIKROGRAMOV	MIKROGRAMOV
90	0	1	51	0	



# FIGA

V 100 GRAMIH UŽITNEGA DELA:

VODA		VITAMINI			
VODNE		A	C	E	
GRAMOV	GRAMA	MIKROGRAMOV	MILIGRAMA	MIKROGRAMOV	MIKROGRAMOV
80	2	8	3	0	



# BRESKEV

V 100 GRAMIH UŽITNEGA DELA:

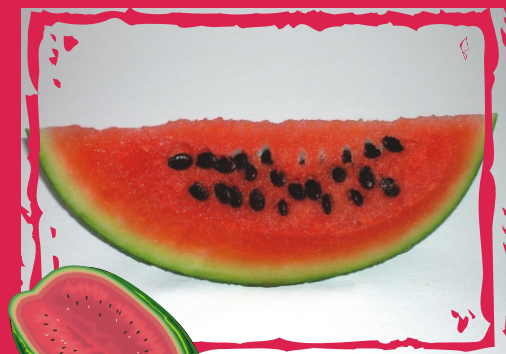
VODA		VITAMINI			
VODNE		A	C	E	
GRAMOV	GRAMA	MIKROGRAMOV	MILIGRAMOV	MIKROGRAMOV	MIKROGRAMOV
87	2	16	10	965	



## ČEŠNJE

V 100 GRAMIH UŽITNEGA DELA:

VITAMINI	
<b>VODA</b>	<b>VLAKNINE</b>
<b>83</b>	<b>1</b>
GRAMOV	GRAM
<b>A</b>	<b>C</b>
<b>6</b>	<b>15</b>
MIKROGRAMOV	MILIGRAMOV
<b>E</b>	<b>130</b>
MIKROGRAMOV	MIKROGRAMOV



## LUBENICA

V 100 GRAMIH UŽITNEGA DELA:

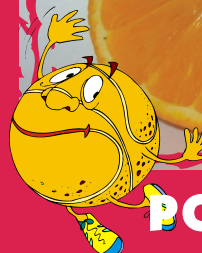
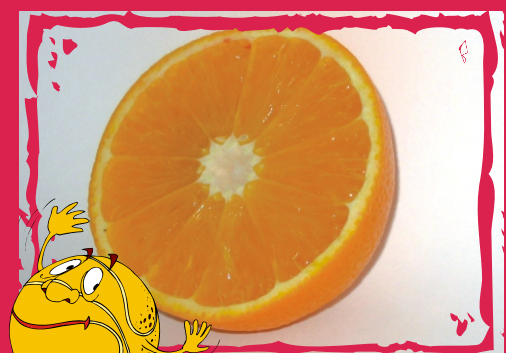
VITAMINI	
<b>VODA</b>	<b>VLAKNINE</b>
<b>90</b>	<b>0</b>
GRAMOV	GRAMOV
<b>A</b>	<b>C</b>
<b>87</b>	<b>6</b>
MIKROGRAM	MILIGRAMOV
<b>E</b>	<b>0</b>
MIKROGRAMOV	MIKROGRAMOV



## GROZDJE

V 100 GRAMIH UŽITNEGA DELA:

VITAMINI	
<b>VODA</b>	<b>VLAKNINE</b>
<b>81</b>	<b>2</b>
GRAMOV	GRAMA
<b>A</b>	<b>C</b>
<b>6</b>	<b>4</b>
MIKROGRAMOV	MILIGRAME
<b>E</b>	<b>666</b>
MIKROGRAMOV	MIKROGRAMOV



## POMARANČA

V 100 GRAMIH UŽITNEGA DELA:

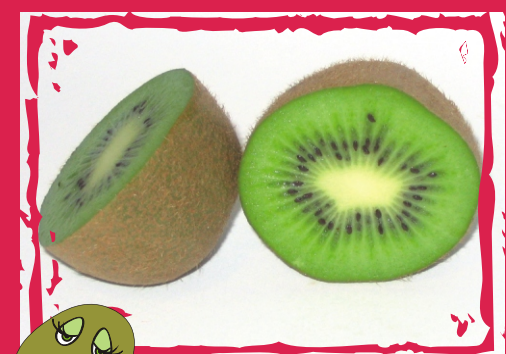
VITAMINI	
<b>VODA</b>	<b>VLAKNINE</b>
<b>86</b>	<b>2</b>
GRAMOV	GRAMA
<b>A</b>	<b>C</b>
<b>13</b>	<b>49</b>
MIKROGRAMOV	MILIGRAMOV
<b>E</b>	<b>320</b>
MIKROGRAMOV	MIKROGRAMOV



## SLIVE

V 100 GRAMIH UŽITNEGA DELA:

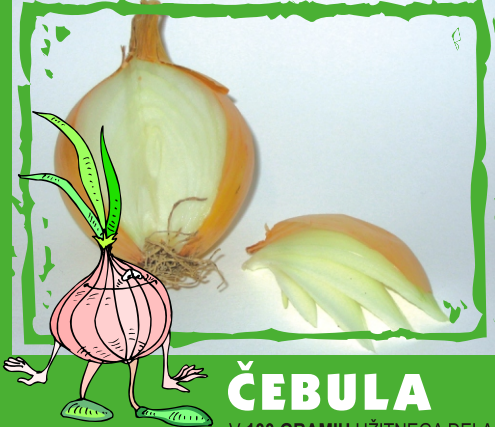
VITAMINI	
<b>VODA</b>	<b>VLAKNINE</b>
<b>84</b>	<b>2</b>
GRAMOV	GRAMA
<b>A</b>	<b>C</b>
<b>65</b>	<b>6</b>
MIKROGRAMOV	MILIGRAMOV
<b>E</b>	<b>862</b>
MIKROGRAMOV	MIKROGRAMOV



## KIVI

V 100 GRAMIH UŽITNEGA DELA:

VITAMINI	
<b>VODA</b>	<b>VLAKNINE</b>
<b>83</b>	<b>2</b>
GRAMOV	GRAMA
<b>A</b>	<b>C</b>
<b>8</b>	<b>46</b>
MIKROGRAM	MILIGRAMOV
<b>E</b>	<b>0</b>
MIKROGRAMOV	MIKROGRAMOV



**ČEBULA**  
V 100 GRAMIH UŽITNEGA DELA:

		VITAMINI		
VLAKNINE		A	C	E
<b>VODA</b>				
<b>89</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>7</b>	<b>74</b>
GRAMOV	GRAMA	MIKROGRAM	MILIGRAMOV	MIKROGRAMOV

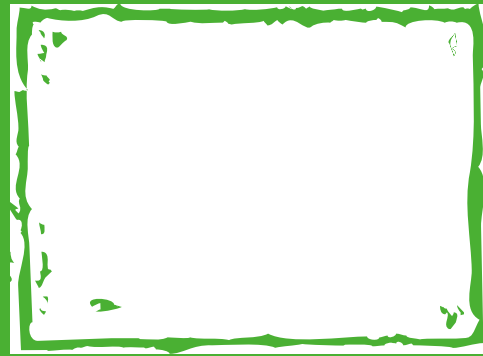


**JAJČEVEC**  
V 100 GRAMIH UŽITNEGA DELA:

		VITAMINI		
VLAKNINE		A	C	E
<b>VODA</b>				
<b>92</b>	<b>3</b>	<b>7</b>	<b>5</b>	<b>30</b>
GRAMOV	GRAME	MIKROGRAMOV	MILIGRAMOV	MIKROGRAMOV



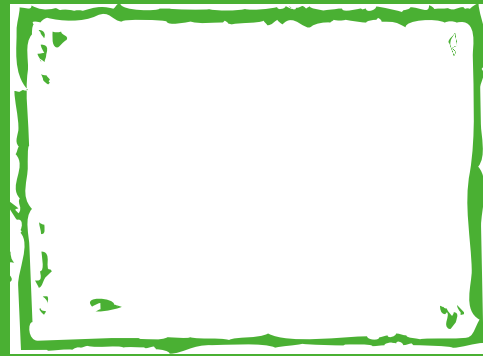
VITAMINI				
<b>VODA</b>	<b>VLAKNINE</b>	<b>A</b>	<b>C</b>	<b>E</b>
GRAMOV	GRAM	MIKROGRAMOV	MILIGRAMOV	MIKROGRAMOV



VITAMINI				
<b>VODA</b>	<b>VLAKNINE</b>	<b>A</b>	<b>C</b>	<b>E</b>
GRAMOV	GRAME	MIKROGRAMOV	MILIGRAMOV	MIKROGRAMOV



VITAMINI				
<b>VODA</b>	<b>VLAKNINE</b>	<b>A</b>	<b>C</b>	<b>E</b>
GRAMOV	GRAM	MIKROGRAMOV	MILIGRAMOV	MIKROGRAMOV



VITAMINI				
<b>VODA</b>	<b>VLAKNINE</b>	<b>A</b>	<b>C</b>	<b>E</b>
GRAMOV	GRAME	MIKROGRAMOV	MILIGRAMOV	MIKROGRAMOV



VITAMINI				
<b>VODA</b>	<b>VLAKNINE</b>	<b>A</b>	<b>C</b>	<b>E</b>
GRAMOV	GRAM	MIKROGRAMOV	MILIGRAMOV	MIKROGRAMOV



VITAMINI				
<b>VODA</b>	<b>VLAKNINE</b>	<b>A</b>	<b>C</b>	<b>E</b>
GRAMOV	GRAME	MIKROGRAMOV	MILIGRAMOV	MIKROGRAMOV

zadnja stran kart

# SADJE IN ZELENJAVA



# SADJE IN ZELENJAVA



zadnja stran kart

# SADJE IN ZELENJAVA



# SADJE IN ZELENJAVA



zadnja stran kart

# SADJE IN ZELENJAVA



# SADJE IN ZELENJAVA

