

3. Produkty mięsne

Kategoria 3: Produkty mięsne: wszystkie rodzaje przetworzonego mięsa/drobiu i produkty mięsne zawierające co najmniej 70 g mięsa na 100g gotowego produktu					
Przykłady	Wartość kaloryczna (kcal/100g lub 100ml)	Sód (mg/100g lub 100ml)	Tłuszcze nasycone (g/100g lub 100ml)	Cukry ogółem (g/100g lub 100ml)	Składniki, których obecność należy promować
Klopsiki, szynka z grilla, filet z kurczaka, parówki...	≤ 556	≤ 675	≤ 6	(≤ 5)	≥ 12% wartości energetycznej z białka