

VENDIM
Nr. 741, datë 12.12.2025

**PËR PËRCAKTIMIN E KRITEREVE DHE TË PROCEDURAVE TË TRAJTIMIT
ME USHQIM GJATË QËNDRIMIT NË PUNË TË PUNONJËSIT TË POLICISË SË
SHTETIT**

Në mbështetje të nenit 100 të Kushtetutës dhe të pikave 2, shkronja “c”, e 4, të nenit 104, të ligjit nr. 82/2024, “Për Policinë e Shtetit”, me propozimin e ministrit të Punëve të Brendshme, Këshilli i Ministrave

VENDOSI:

1. Të drejtën e trajtimit me ushqim, pa pagesë, e përfitojnë:
 - a) punonjësit e Policisë së Shtetit:
 - i. me normën e ushqimit “një vakt drekë”, kur kohëzgjatja e punës është 8 (tetë) orë;
 - ii. me normën e ushqimit “tri vakte”, kur punonjësi është i angazhuar në gatishmëri, në shërbime për ruajtjen e rendit, sigurimin dhe mbarëvajtjen e procesit zgjedhor, për përballimin e situatave emergjente dhe të fatkeqësive natyrore, aktivitete të ndryshme apo tubime, kur kohëzgjatja e punës është më shumë se koha normale e punës prej 8 (tetë) orësh.
 - b) punonjësit e Qendrës së Edukimit Fizik dhe Sporteve Elitare, në Akademinë e Sigurisë, që trajtohen me normën e ushqimit “tri vakte”;
 - c) studentët dhe kursantët, që kryejnë trajnim të detyrueshëm sipas programit mësimor në institucionet arsimore të Policisë së Shtetit:
 - i. me normën e ushqimit “një vakt drekë”, kur kohëzgjatja e trajnimit është 1 (një) ditë pune, 8 (tetë) orë;
 - ii. me normën e ushqimit “tri vakte”, kur kohëzgjatja e trajnimit është më shumë se një ditë pune. Për ditën e parë të trajnimit, trajtimi me ushqim bëhet për vaktet “drekë” dhe “darkë”, ndërsa për ditën e fundit të trajnimit bëhet për vaktet “mëngjes” dhe “drekë”;
 - ç) edhe kategoritë e mëposhtme, që trajtohen me normën e ushqimit “tri vakte”, pa pagesë:
 - i. shtetasit e huaj, të cilët hyjnë ilegalisht në territorin e Republikës së Shqipërisë, të cilët u nënshtrohen procedurave verifikuese deri në sqarimin e pozitës së tyre;
 - ii. shtetasit shqiptarë të kthyer nga vendet e tjera, deri në sqarimin e pozitës së tyre;
 - iii. shtetasit e ndaluar ose të arrestuar, të cilët u nënshtrohen procedurave verifikuese deri në sqarimin e pozitës së tyre ose deri në transferimin e tyre në institucionet e ekzekutimit të vendimeve penale.
2. Shërbimi i ushqimit realizohet me ushqim të gatuar në mensa, si dhe nëpërmjet shërbimit të gatimit e të shpërndarjes së ushqimit (*catering*), i cili u nënshtrohet të gjitha procedurave të prokurimit publik, sipas legjislacionit në fuqi.
3. Kur trajtimi me ushqim, sipas shkronjave “a” dhe “b”, të pikës 1, të këtij vendimi, nuk është i mundur të realizohet me ushqim të gatuar apo nëpërmjet shërbimit të shpërndarjes së ushqimit (*catering*), bëhet trajtimi financiar për ditët efektive të punës, sipas përcaktimeve të pikës 5 të këtij vendimi. Vlera e trajtimit financiar (në lekë) të ushqimit i transferohet punonjësit të policisë në llogarinë e tij bankare.
4. Normat e ushqimit ditore të k/kalorive për të gjitha kategoritë përfituese, sipas këtij vendimi, përcaktohen në lidhjen nr. 1, që i bashkëlidhet këtij vendimi dhe është pjesë përbërëse e tij.
5. Masa e kompensimit financiar për çdo normë të trajtimit me ushqim përcaktohet, si më poshtë vijon:
 - a) Normë ditore “një vakt drekë”, në vlerën 500 (pesëqind) lekë;

b) Normë ditore “tri vakte”, në vlerën 900 (nëntëqind) lekë.

6. Vlerat e kompensimit në lekë të normave ditore të ushqimit, të përcaktuara në shkronjat “a” dhe “b”, të pikës 5, të këtij vendimi, indeksohen çdo vit, sipas inflacionit të publikuar nga INSTAT-i.

7. Efektet financiare, që rrjedhin nga zbatimi i këtij vendimi, përballohen nga buxheti i miratuar për Ministrinë e Punëve të Brendshme, programi buxhetor “Policia e Shtetit”.

8. Vendimi nr. 189, datë 15.3.2017, i Këshillit të Ministrave, “Për trajtimin me ushqim të punonjësve të Policisë së Shtetit, të studentëve dhe kursantëve në institucionet arsimore të Policisë së Shtetit, si dhe të shtetasve të ndaluar ose të arrestuar, deri në sqarimin e pozitës së tyre”, i ndryshuar, shfuqizohet.

9. Ngarkohen Ministria e Punëve të Brendshme dhe Drejtoria e Përgjithshme e Policisë së Shtetit për zbatimin e këtij vendimi.

Ky vendim hyn në fuqi pas botimit në Fletoren Zyrtare dhe i shtrin efektet financiare shtesë nga 1 janari 2026.

KRYEMINISTËR
Edi Rama

LIDHJA NR. 1

NORMAT E USHQIMIT DITOR TË K/KALORIVE PËR PUNONJËSIT E POLICISË SË SHTETIT, STUDENTEVE DHE KURSANTEVE NË INSTITUCIONET ARSIMORE TË POLICISË SË SHTETIT, SHTETASVE TË NDALUAR OSE TË ARRESTUAR SI DHE SHTETAS TË HUAJT QË HYJNË ILEGALISHT NË TERRITORIN E REPUBLIKËS SË SHQIPËRISË, SHTETASIT SHQIPTARË TË KTHYER NGA VENDET E TJERA, DERI NË SQARIMIN E POZITËS SË TYRE.

Aneksi nr. 1

Norma Ushqimore							
për një vakt "Drekë" për punonjësit e Policisë së Shtetit							
Nr.	Artikulli	Nj/m	Sasia	Energjia k/Cal	Proreinat /gr	Yndyrna / gr	Glucide / gr
1	Bukë gruri masive	gr	200	490.0	20.2	4.6	98.20
2	Oriz / Makarona	gr	50	359	8.9	0.45	85.20
3	Fasule	gr	0	0	0	0	0
4	Mish	gr	120	172.8	24.36	8.4	0.00
5	Vaj ushqimor	gr	25	225.0	0.0	25	0.00
6	Gjalpë i freskët	gr	10	75.8	0.08	8.3	0.11
7	Vezë (1kokërr)	gr	60	93.6	7.8	6.66	0.6
8	Patate	gr	0	0.0	0.0	0.0	0.0
9	Perime për gatim + sallate	gr	350	66.5	6.3	1.4	7.7
10	Fruta të freskëta	gr	300	135.0	0.6	0.9	33.0
11	Salcë për gjellë	gr	6	3.0	0.1	0.024	0.684
12	Kripë	gr	5	0.0	0.0	0.0	0.0
13	Sheqer	gr	20	78.4	0.0	0.0	20.9
14	Miell tip "00"	gr	15	51.45	1.65	0.105	11.7
15	Ujë i pijshëm	litra/8 ore	0.5	Për rastet e tubimeve dhe aktivitete të tjera çdo punonjës policie i jepet 1 litër ujë i paketuar/ në ditë			
16	Erëza	gr	3	1.98	0.066	0.06	0.291
	TOTALI			1752.53	70.01	55.939	258.385

Aneksi nr. 2

Norma Ushqimore - Ditore							
me "Tri Vakte" për punonjësit e Policisë së Shtetit							
Nr	Artikulli	Nj/m	Sasia	Energjia k/Cal	Proreinat /gr	Yndyrna / gr	Glucide / gr
1	Bukë gruri masive	gr	450	1102.5	45.45	10.35	220.95
2	Oriz	gr	60	217.2	4.2	0.36	52.56

3	Makarona	gr	60	213.6	6.48	0.18	49.68
4	Fasule	gr	50	155.5	11.8	1.25	25.85
5	Mish viçi	gr	250	360.0	50.8	17.5	0.00
6	Vaj ushqimor	gr	40	360.0	0.0	40	0.00
7	Gjalp i freskët	gr	30	200.4	0.24	25.0	0.33
8	Sheqer	gr	50	196	0.0	0.0	52.25
9	Sallam	gr	50	227.0	13.7	19.2	0.0
10	Djath i bardhë	gr	100	250	15.6	20.2	1.5
11	Qumësht i freskët	ml	400	196.0	14.0	7.2	20.0
12	Vezë (dy kokra mesatare)	gr	120	187.2	15.6	13.32	1.2
13	Patate	gr	200	170.0	4.2	2.0	3.6
14	Perime për gatim + sallatë	gr	450	85.5	8.1	1.8	9.9
15	Fruta të freskëta	gr	450	202.5	0.9	1.4	49.5
16	Reçel	gr	20	41.8	0.12	0.0	11.04
17	Salcë domate	gr	6	3.0	0.054	0.024	0.684
18	Çaj mali	gr	3	3.24	0.588	0.06	0.09
19	Kripë	gr	5	0.0	0.0	0.0	0.0
20	Erëza	gr	3	1.98	0.066	0.06	0.291
21	Çokollata	gr	30	196.5	2.8	11.3	15.2
22	Miell tip "00"	gr	15	51.45	1.65	0.105	11.7
23	Ujë i pijshëm	litra/8 orë	0.5	0	0	0	0
TOTALI				4421.37	196.258	171.209	526.365

Aneksi nr. 3

Norma Ushqimore - Ditore për punonjësit e policisë në strukturat e Forcave Speciale "RENEA", Njësia Negociatorëve, Njësia Antiexploziv, Njësia Speciale e Mbrojtjes së Veçantë, DELTA, etj që ekuivalentohen me to.							
Nr	Artikulli	Nj/m	Sasia	Energjia k/Cal	Proreinat /gr	Yndyrna / gr	Glucide / gr
1	Bukë gruri masive	gr	450	1102.50	45.45	10.35	220.95
2	Oriz	gr	60	217.20	4.20	0.36	52.56
3	Makarona	gr	60	213.60	6.48	0.18	49.68
4	Fasule	gr	50	155.50	11.80	1.25	25.85
5	Mish	gr	270	388.80	54.81	18.90	0.00
6	Vaj ushqimor	gr	40	360.00	0.00	40.00	0.00
7	Gjalp i freskët	gr	40	303.20	0.32	33.36	0.44
8	Sheqer	gr	50	196.00	0.00	0.00	52.25
9	Sallam	gr	50	227.00	13.70	19.15	0.00
10	Djath i bardhë	gr	100	250.00	15.60	20.20	1.50
11	Qumësht i freskët	ml	500	245.00	17.50	9.00	25.00

12	Vezë (dy kokra mesatare)	gr	120	187.20	15.60	13.32	1.20
13	Patate	gr	200	170.00	4.20	2.00	3.60
14	Perime për gatim + sallatë	gr	450	85.50	8.10	1.80	9.90
15	Fruta të freskëta	gr	450	202.50	0.90	1.35	49.50
16	Reçel	gr	30	62.70	0.18	0.00	16.56
17	Salcë domate	gr	10	5.00	0.09	0.04	1.14
18	Çaj	gr	4	4.32	0.78	0.08	0.12
19	Kripë	gr	5	0.00	0.00	0.00	0.00
20	Erëza	gr	3	1.98	0.07	0.06	0.29
21	Çokollata	gr	40	226.0	3.6	15.04	20.32
22	Miell tip "00"	gr	15	51.45	1.7	0.105	11.7
23	Ujë i pijshëm	litra/8 orë	0.5	0.0	0.0	0	0.0
	TOTALI			4655.45	204.99	186.545	542.561

Aneksi nr. 4

Norma Ushqimore – Ditore							
për Studentët / Kursantët në institucionet arsimore të Policisë së Shtetit.							
Nr	Artikulli	Nj/m	Sasia	Energjia k/Cal	Proreinat /gr	Yndyrna / gr	Glucide / gr
1	Bukë gruri masive	gr	450	1102.5	45.45	10.35	220.95
2	Oriz	gr	60	217.2	4.2	0.36	52.56
3	Makarona	gr	60	213.6	6.48	0.18	49.68
4	Fasule	gr	50	155.5	11.8	1.25	25.85
5	Mish viçi	gr	200	288.0	40.60	14.0	0.00
6	Vaj ushqimor	gr	40	360.0	0.0	40	0.00
7	Gjalp i freskët	gr	30	227.4	0.24	25.0	0.33
8	Sheqer	gr	40	156.8	0.0	0.0	41.8
9	Sallam	gr	50	227.0	13.7	19.2	0.0
10	Djath i bardhë	gr	100	250.0	15.6	20.2	1.5
11	Qumësht i freskët	ml	400	196.0	14.0	7.2	20.0
12	Vezë (dy kokra mesatare)	gr	120	187.2	15.6	13.3	1.2
13	Patate	gr	200	170.0	4.2	2.0	3.6
14	Perime për gatim + sallatë	gr	450	85.5	8.1	1.8	9.9
15	Fruta të freskëta	gr	400	180.0	0.8	1.2	44.0
16	Reçel	gr	30	62.7	0.18	0.0	16.56
17	Salcë domate	gr	6	3.0	0.054	0.024	0.684
18	Çaj	gr	3	3.24	0.588	0.06	0.09
19	Kripë	gr	10	0.0	0.0	0.0	0.0

20	Erëza	gr	3	1.98	0.066	0.06	0.291
21	Çokollata	gr	0	0.0	0.0	0.0	0.0
22	Miell tip "00"	gr	15	51.45	1.65	0.105	11.7
	TOTALI			4139.07	183.308	156.279	500.695

Aneksi nr. 5

Norma Ushqimore – Ditore							
për Shtetasit e ndaluar dhe arrestuar; Shtetasit e Huaj që hyjnë ilegalisht në territorin e Republikës së Shqipërisë; Shtetasit shqiptarë të kthyer nga vendet e tjera, deri në sqarimin e pozitës së tyre							
Nr	Artikulli	Nj/m	Sasia	Energjia k/Cal	Proteinat /gr	Yndyrna / gr	Glucide / gr
1	Bukë gruri masive	gr	400	980.0	40.4	9.2	196.40
2	Oriz	gr	40	144.8	2.8	0.24	35.04
3	Makarona	gr	40	142.4	4.32	0.12	33.12
4	Fasule	gr	40	124.4	9.44	1	20.68
5	Mish	gr	80	115.2	16.24	5.6	0.00
6	Vaj ushqimor	gr	30	270.0	0.0	30	0.00
7	Gjalp	gr	0	0.0	0.00	0.0	0.00
8	Sheqer	gr	20	78.4	0.0	0.0	20.9
9	Djath i bardhë	gr	40	100	6.24	8.08	0.6
10	Qumësht i freskët	ml	250	122.5	8.8	4.5	12.5
11	Vezë (një kokërr)	gr	60	93.6	7.8	6.66	0.6
12	Patate	gr	0	0.0	0.0	0.0	0.0
13	Perime për gatim + sallatë	gr	300	57	5.4	1.2	6.6
14	Fruta të freskëta	gr	200	90.0	0.4	0.6	22.0
15	Reçel	gr	0	0	0	0.0	0
16	Salcë për gjellë	gr	4	2.0	0.036	0.016	0.456
17	Çaj	gr	2	2.16	0.392	0.04	0.06
18	Kripë	gr	5	0.0	0.0	0.0	0.0
	TOTALI			2322.46	102.268	67.256	348.956

Aneksi nr. 6

Norma Ushqimore – Ditore							
për Shtetasit e Huaj që hyjnë ilegalisht në territorin e Republikës së Shqipërisë, të cilët i nënshtrohen procedurave verifikuese deri në sqarimin e pozitës së tyre (Në Qendrat e Mbyllura për të Huaj)							

Pasqyra nr. 1

Normat e Ushqimit ditor për fëmijë të moshës 1 - 3 vjeç							
Nr	Artikulli	Nj/m	Sasia	Energjia k/Cal	Proteinat /gr	Yndyrna / gr	Glucide / gr

1	Bukë gruri masive	gr	60	167.40	5.22	0.12	38.82
2	Oriz ose makarona	gr	50	179.50	4.45	0.23	42.60
3	Fasule ose thjerrëza	gr	10	33.10	2.36	0.25	5.17
4	Mish viçi i freskët	gr	40	64.00	7.64	3.72	0.00
5	Vaj për gatim	gr	0	0.00	0.00	0.00	0.00
6	Vaj ulliri		15	135.00	0.00	10.00	0.00
7	Gjalpë	gr	5	37.90	0.04	4.17	0.06
8	Sheqer ose reçel	gr	20	78.40	0.00	0.00	20.90
9	Djathë i bardhë	gr	20	66.60	5.20	5.08	0.00
10	Qumësht i freskët	ml	500	305.00	16.00	17.00	23.50
11	Vezë (dy kokrra në javë)	gr	0.4	37.20	2.976	2.66	0.00
12	Perime për gatim	gr	150	30.00	3.15	0.30	5.70
13	Perime për sallatë	gr	0	0.00	0.00	0.00	0.00
14	Fruta	gr	150	63.00	0.96	0.39	14.97
15	Patate	gr	120	102.00	2.52	1.20	21.48
16	Kripë	gr	3	0.00	0.00	0.00	0.00
17	Salcë për gjellë	gr	5	0.25	0.0045	0.002	0.057
	TOTALI			1299.35	50.52	45.12	173.252

Pasqyra nr. 2

Normat e Ushqimit ditor për femije të moshës 3 - 7 vjeç							
Nr	Artikulli	Nj/m	Sasia	Energjia k/Cal	Proreinat /gr	Yndyrna / gr	Glucide / gr
1	Bukë gruri masive	gr	100	279.00	8.70	0.20	64.70
2	Oriz ose makarona	gr	60	215.40	5.34	0.27	51.12
3	Fasule ose thjerrëza	gr	20	66.20	4.72	0.50	10.34
4	Mish viçi i freskët	gr	60	96.00	11.46	5.58	0.00
5	Vaj për gatim	gr	0	0.00	0.00	0.00	0.00
6	Vaj ulliri	gr	20	180.00	0.00	20.00	0.00
7	Gjalpë i freskët	gr	5	37.90	0.04	4.17	0.055
8	Sheqer ose reçel	gr	20	78.40	0.00	0.00	20.90
9	Djathë i bardhë	gr	25	83.25	6.50	6.35	0.00
10	Qumësht i freskët	ml	400	244.00	12.80	13.60	18.80
11	Vezë (dy kokrra në javë)	gr	0.4	37.20	3.12	2.664	0.00
12	Perime për gatim	gr	150	30.00	3.15	0.30	7.60
13	Perime për sallatë	gr	0	0.00	0.00	0.00	0.00
14	Fruta	gr	150	63.00	0.96	0.39	14.97
15	Patate	gr	120	102.00	2.52	1.20	21.48
16	Kripë	gr	3	0.00	0.00	0.00	0.00
17	Salcë për gjellë	gr	5	0.25	0.0045	0.002	0.057
	TOTALI			1512.6	59.31	55.23	210.022

Pasqyra nr. 3

Normat e Ushqimit ditor për fëmijë të moshës 7 -11 vjeç							
Nr	Artikulli	Nj/m	Sasia	Energjia k/Cal	Proreinat /gr	Yndyrna / gr	Glucide / gr
1	Bukë gruri masive	gr	150	418.5	13.05	0.3	97.05
2	Oriz ose makarona	gr	80	287.2	7.12	0.36	68.16
3	Fasule ose thjerrza	gr	25	82.75	5.9	0.625	12.925
4	Mish viçi i freskët	gr	80	128.00	15.28	7.44	0.00
5	Vaj ulliri ose gatim	gr	25	225.0	0.00	25.00	0.00
6	Gjalp	gr	10	75.8	0.04	4.17	0.11
7	Sheqer	gr	10	39.20	0.00	0.00	10.45
8	Reçel	gr	20	44.40	0.10	0.00	11.74
9	Djath i bardhë	gr	30	99.90	7.80	7.62	0.00
10	Qumësht	ml	400	244.00	12.80	13.60	14.1
11	Vezë (dy kokërra në javë)	gr	0.4	37.20	3.12	2.664	0.60
12	Perime për gatim	gr	100	20.00	2.1	0.2	3.80
13	Perime për sallatë	gr	100	20.00	2.1	0.2	3.80
14	Fruta	gr	200	84.00	1.28	0.52	19.96
15	Patate	gr	120	102.00	2.52	1.20	21.48
16	Kripë	gr	3	0.00	0.00	0.00	0.00
17	Salcë për gjellë	gr	5	0.25	0.0045	0.002	0.057
TOTALI				1908.2	73.21	63.90	264.232

Pasqyra nr. 4

Normat e Ushqimit ditor për fëmijë të moshës 11 - 14 vjeç							
Nr	Artikulli	Nj/m	Sasia	Energjia k/Cal	Proteinat /gr	Yndyrat / gr	Glucide / gr
1	Bukë gruri masive	gr	200	558.0	17.40	0.4	129.40
2	Oriz ose makarona	gr	80	287.2	7.12	0.36	68.16
3	Fasule ose thjerrza	gr	30	66.20	4.72	0.5	31.02
4	Mish viçi i freskët	gr	100	160.0	19.1	9.3	0.00
5	Vaj ulliri ose gatim	gr	25	225.0	0.00	25.00	0.00
6	Gjalp	gr	10	75.8	0.04	4.17	0.11
7	Sheqer	gr	20	66.60	0.15	0.00	17.61
8	Reçel	gr	30	78.40	0.00	0.00	20.9
9	Djath i bardhë	gr	30	99.90	7.80	7.62	0.00
10	Qumësht	ml	400	244.00	12.80	13.60	18.8
11	Vezë (dy-tre kokërra në javë)	gr	0.5	46.50	3.90	3.330	0.00
12	Perime për gatim	gr	100	20.00	2.1	0.2	3.80
13	Perime për sallatë	gr	100	20.00	2.1	0.2	3.80
14	Fruta	gr	200	84.00	1.28	0.52	19.96

15	Patate	gr	150	127.50	3.15	1.50	26.85
16	Kripë	gr	5	0.00	0.00	0.00	0.00
17	Salcë për gjellë	gr	5	0.25	0.0045	0.002	0.057
	TOTALI			2159.35	81.66	66.70	340.467

Pasqyra nr. 5

Normat e Ushqimit ditor për Vajza të moshës 14 - 18 vjeç; për Femra të moshës 18 - 60 vjeç dhe mbi 60 vjeç; për aktivitet të moderuar.							
Nr	Artikulli	Nj/m	Sasia	Energjia k/Cal	Proreinat /gr	Yndyrna / gr	Glucide / gr
1	Bukë gruri masive	gr	200	558.0	17.40	0.4	129.40
2	Oriz ose makarona	gr	80	287.2	7.12	0.36	68.16
3	Fasule ose thjerrza	gr	50	165.50	11.80	1.25	31.02
4	Mish viçi i freskët	gr	80	128.0	15.28	7.4	0.00
5	Vaj për gatim	gr	10	90.0	0.00	9.99	0.00
6	Vaj për sallatë	gr	10	90.0	0.00	10.00	0.00
7	Gjalp	gr	10	75.8	0.16	16.68	0.22
8	Sheqer	gr	20	78.40	0.00	0.00	20.90
9	Sallam	gr	40	181.60	10.96	15.32	0.0
10	Djath i bardhë	gr	40	133.20	10.40	10.16	0.00
11	Qumësht	ml	200	122.00	6.40	6.20	9.4
12	Vezë (tre kokrra në javë)	gr	0.5	46.50	3.90	3.330	0.00
13	Perime për gatim	gr	100	20.00	2.1	0.2	3.80
14	Perime për sallatë	gr	100	20.00	2.1	0.2	3.80
15	Fruta	gr	200	84.00	1.28	0.52	19.96
16	Patate	gr	150	127.50	3.15	1.50	26.85
17	Reçel		0	0.00	0.00	0.00	0.00
18	Çaj		1	0.00	0.00	0.00	0.00
19	Kripë	gr	10	0.00	0.00	0.00	0.00
20	Salcë domate	gr	3	1.50	0.027	0.012	0.342
21	Erëza		0	0.00	0.0000	0.000	0.000
	TOTALI			2209.2	92.08	83.56	313.852

Pasqyra nr. 6

Normat e Ushqimit ditor për Djem të moshës 14 - 18 vjeç; për Meshkuj të moshës 18 - 60 vjeç dhe mbi 60 vjeç; për aktivitet të moderuar.							
Nr	Artikulli	Nj/m	Sasia	Energjia k/Cal	Proreinat /gr	Yndyrna / gr	Glucide / gr
1	Bukë gruri masive	gr	300	697.50	21.75	0.5	161.75
2	Oriz ose makarona	gr	100	359.00	8.90	1.50	31.20
3	Fasule ose thjerrëza	gr	60	198.60	14.16	1.50	31.02
4	Mish viçi i freskët	gr	80	128.00	15.28	7.44	0.00

5	Vaj për gatim	gr	15	135.00	0.00	14.985	0.00
6	Vaj për sallatë	gr	10	90.00	0.00	10.00	0.00
7	Gjalpë i freskët	gr	20	151.60	0.16	16.68	0.22
8	Sheqer	gr	30	117.60	0.00	0.00	31.35
9	Sallam	gr	50	227.00	13.70	19.15	0.0
10	Djathë i bardhë	gr	40	133.20	10.40	10.16	0.00
11	Qumësht	ml	200	122.00	6.40	6.80	9.4
12	Vezë	kokërr	1	93.00	7.44	6.660	0.00
13	Perime për gatim	gr	100	20.00	2.1	0.2	3.80
14	Perime për sallatë	gr	100	20.00	2.1	0.2	3.80
15	Fruta	gr	200	84.00	1.28	0.52	19.96
16	Patate	gr	200	170.00	4.20	2.00	35.80
17	Reçel	gr	0	0.00	0.00	0.00	0.00
18	Çaj	gr	1	0.00	0.00	0.00	0.00
19	Kripë	gr	10	0.00	0.00	0.00	0.00
20	Salcë domate	gr	3	1.50	0.027	0.012	0.342
21	Erëza	gr	0	0.00	0.0000	0.000	0.000
TOTALI				2748	107.90	98.31	328.642

Pasqyra nr. 7

Normat e Ushqimit ditor për Gratë shtatëzane.							
Nr	Artikulli	Nj/m	Sasia	Energjia k/Cal	Proreinat /gr	Yndyrna / gr	Glucide / gr
1	Bukë gruri masive	gr	250	697.50	21.75	0.5	161.75
2	Oriz ose makarona	gr	80	287.20	7.12	0.36	68.16
3	Fasule	gr	50	165.50	11.80	1.25	31.02
4	Mish viçi i freskët	gr	120	192.00	22.92	11.16	0.00
5	Vaj për gatim	gr	10	90.00	0.00	9.99	0.00
6	Vaj për sallatë	gr	10	90.00	0.00	10.00	0.00
7	Gjalpë	gr	10	75.80	0.16	16.68	0.22
8	Sheqer	gr	20	78.40	0.00	0.00	20.90
9	Sallam	gr	40	181.60	10.96	15.32	0.0
10	Djathë i bardhë	gr	40	133.20	10.40	10.16	0.00
11	Qumësht	ml	400	244.00	12.80	13.60	18.8
12	Vezë (tre kokrra në javë)	gr	0.5	46.50	3.72	3.330	0.00
13	Perime për gatim	gr	100	20.00	2.1	0.2	3.80
14	Perime për sallatë	gr	100	20.00	2.1	0.2	3.80
15	Fruta	gr	200	84.00	1.28	0.52	19.96
16	Patate	gr	150	127.50	3.15	1.50	26.85
17	Reçel	gr	0	0.00	0.00	0.00	0.00
18	Çaj	gr	1	0.00	0.00	0.00	0.00
19	Kripë	gr	10	0.00	0.00	0.00	0.00

20	Salcë domate	gr	3	1.50	0.027	0.012	0.342
21	Erëza	gr	0	0.00	0.0000	0.000	0.000
	TOTALI			2534.7	110.29	94.78	355.602

Aneksi nr. 7

Ekuivalentet ushqimor sipas nëngrupeve ushqimore me origjinë të njejtë		
Nr.	Grupi i ushqimeve	Ekuivalenti Ushqimorë
<i>a</i>	<i>b</i>	<i>d</i>
1	Qumështi dhe nënproduktet e tij	
	125 gr. qumësht =	125 gr kos
		100 gr djathë të bardhë
		50 gr djathë kaçkavall
2	Mish, peshk dhe vezë	
	100 gr. mish viç/derri/lope etj. =	100 gr mish të bardhë (pulë, gjeli, lepur)
		50 gr sallam /proshutë
		150 gr peshk/fruta deti (të freskëta ose të ngrira)
		50 gr konservë peshku
		50 gr vezë
3	Bishtajoret	Mashurka
	150 gr bishtajore të freskëta(mashurka, bizele) =	50 gr fasule
		50 gr thjerrëza
4	Drithërat dhe nënproduktet	
	50 gr buk =	80 gr oriz/ makarona
		80 gr misër
		50 gr korosant/kek etj
		30 gr drithëra për mëngjes (kornfleks/ musli/)
		200 gr patate
5	Fruta	
	150 gr fruta të freskët =	30 gr fruta të thata (arra, bajame, kikirikë etj.)
		30 gr fruta të thata të sheqerosura
6	Yndyrnat	
	10 ml vaj ulliri ose misri, lule dielli =	10 gr gjalpë

Aneksi nr. 8

Lista e ushqimeve të normës e shprehur si pjesë e ngrënshme, produkt i plotë				
Nr	Artikulli	Sasia/gr pjesë e ngrënshme	Koeficienti ushqimor për pjesë të ngrënshme ushqim për 100 gr e shprehur në %	Sasia gram pjesë e plotë e ushqimit
1	Bukë gruri masive	450	100	450
2	Oriz	60	100	60
3	Makarona	60	100	60
4	Fasule	50	100	50
5	Mish viçi	270	60	378

6	Vaj ushqimor	40	100	40
7	Gjalpë i freskët	40	100	40
8	Sheqer	50	100	50
9	Sallam	50	100	50
10	Djathë i bardhë	100	100	100
11	Qumësht i freskët	500	100	500
12	Vezë (2 dy kokrra mesatare)	120	100	120
13	Patate	200	83	234
14	Perime për gatim + sallatë	450	85	518
15	Fruta të freskëta	450	78	549
16	Reçel	30	100	30
17	Salcë domate	10	100	10
18	Çaj mali	4	100	4
19	Kripë	5	100	5
20	Erëza	3	100	3
21	Çokollata	40	100	40
22	Miell tip "00"	15	100	15

Aneksi nr. 9

Lista e perimeve dhe frutave e shprehur si pjesë e ngrënshme, produkt i plotë		
Nr.	Perime /fruta	Koeficienti ushqimor për pjese te ngrënshme ushqim/100 gr. e shprehur ne %
1	Patëllxhanë	92
2	Karrota	95
3	Qepa	83
4	Speci	82
5	Domate	100
6	Spinaq	83
7	Presh	77
8	Lakra	94
9	Lulelakra	66
10	Brokli	77
11	Kastraveci	77
12	Molla	85
13	Portokalli	80
14	Pjeshka	91
15	Kajsi	94
16	Shalqi	52
17	Pjepër	47
18	Rrush	94
19	Dardhë	84