22 - Ovocie

Normy 2021

P.č.	Názov receptu	Číslo
1	Banány	22.001
2	Grapefruit	22.002
3	Pomaranče	22.003
4	Kiwi	22.004
5	Mandarínky	22.005
6	Melóny	22.006
7	Broskyne	22.007
8	Čerešne	22.008
9	Hrozno	22.009
10	Hrušky	22.010
11	Jablká	22.011
12	Jahody	22.012
13	Marhule	22.013
14	Nektarinky	22.014
15	Slivky	22.015
16	Višne	22.016
17	Sušené jablká	22.017
18	Sušené hrušky	22.018
19	Čučoriedky	22.019
20	Maliny	22.020

22.001 - Banány

Kategória: Ovocie

Počet porcií: 100

Druh Surovín	MJ	Veková skupina									
		A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Banány	kg	15	9	20	20	20	20	25	25		

Alergény:

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	90	200	200	250	
Hmotnosť spolu:	90	200	200	250	

Technologický postup:

Deťom MŠ podávame banány očistené.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	106	443	1,26	0,00	0,3	22,9	10,3		1,20					11,5	2,10
B:	202	844	2,40	0,00	0,5	43,7	19,7		2,20					21,9	4,10
C:	202	844	2,40	0,00	0,5	43,7	19,7		2,20					21,9	4,10
D:	252	1055	3,00	0,00	0,6	54,6	24,6		2,70					27,4	5,10

22.002 - Grapefruit

Kategória: Ovocie

Počet porcií: 100

Druh Surovín	MJ	Veková skupina A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Grapefruit	kg	15	10,5	20	20	20	20	25	25		

Alergény:

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	105	200	200	250	
Hmotnosť spolu:	105	200	200	250	

Technologický postup:

Grapefruit podávame v MŠ očistený a porciovaný.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	63	263	0,64	0,00	0,2	11,3	22,7		0,30					48,3	2,30
B:	111	466	1,14	0,00	0,4	20,0	40,2		0,60					85,6	4,10
C:	111	466	1,14	0,00	0,4	20,0	40,2		0,60					85,6	4,10
D:	139	583	1,43	0,00	0,5	25,0	50,2		0,80					106,9	5,10

22.003 - Pomaranče

Kategória: Ovocie

Počet porcií: 100

Druh Surovín	MJ	Veková skupina									
		A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Pomaranče	kg	15	10,5	20	20	20	20	25	25		

Alergény:

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	105	200	200	250	
Hmotnosť spolu:	105	200	200	250	

Technologický postup:

Pomaranče pred podávaním umyjeme. Deťom MŠ podávame pomaranče očistené a porciované.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	68	285	1,04	0,00	0,2	12,5	50,1		1,10					57,2	3,50
B:	120	504	1,84	0,00	0,4	22,1	88,6		1,90					101,3	6,10
C:	120	504	1,84	0,00	0,4	22,1	88,6		1,90					101,3	6,10
D:	151	630	2,30	0,00	0,6	27,6	110,8		2,40					126,6	7,70

22.004 - Kiwi

Kategória: Ovocie

Počet porcií: 100

Druh Surovín	MJ	Veková skupina									
		A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Kiwi	kg	10	9	15	15	15	15	20	20		

Alergény:

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	90	150	150	200	
Hmotnosť spolu:	90	150	150	200	

Technologický postup:

Kiwi pred podávaním dobre umyjeme. Deťom MŠ očistíme a porcujeme.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	65	270	0,90	0,00	0,6	12,5	34,2		0,70					63,9	2,70
B:	108	450	1,50	0,00	0,9	20,8	57,0		1,20					106,5	4,50
C:	108	450	1,50	0,00	0,9	20,8	57,0		1,20					106,5	4,50
D:	143	600	2,00	0,00	1,3	27,7	76,0		1,60					142,0	6,00

22.005 - Mandarínky

Kategória: Ovocie

Počet porcií: 100

Druh Surovín	MJ	Veková skupina A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Mandarínky	kg	12	9,6	15	15	15	15	20	20		

Alergény:

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	96	150	150	200	
Hmotnosť spolu:	96	150	150	200	

Technologický postup:

Mandarínky pred podávaním umyjeme. Deťom v MŠ ošúpeme a porciujeme.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	48	200	0,69	0,00	0,3	9,0	38,5		0,30					30,3	1,60
B:	75	313	1,08	0,00	0,5	14,1	60,1		0,50					47,3	2,50
C:	75	313	1,08	0,00	0,5	14,1	60,1		0,50					47,3	2,50
D:	100	418	1,44	0,00	0,6	18,8	80,2		0,70					63,1	3,40

22.006 - Melóny

Kategória: Ovocie

Počet porcií: 100

Druh Surovín	MJ	Veková skupina									
		A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Melóny	kg	15	7,5	20	20	20	20	25	25		

Alergény:

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	75	200	200	250	
Hmotnosť spolu:	75	200	200	250	

Technologický postup:

Pred podávaním melóny umyjeme. Deťom v MŠ podávame očistené v miske.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	37	154	0,78	0,00	0,2	7,2	17,0		0,70					10,2	0,80
B:	61	256	1,30	0,00	0,3	12,1	28,3		1,10					16,9	1,40
C:	61	256	1,30	0,00	0,3	12,1	28,3		1,10					16,9	1,40
D:	76	320	1,63	0,00	0,4	15,1	35,4		1,40					21,1	1,70

22.007 - Broskyne

Kategória: Ovocie

Počet porcií: 100

Druh Surovín	MJ	Veková skupina									
		A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Broskyne	kg	10	10	15	15	15	15	20	20		

Alergény:

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	100	150	150	200	
Hmotnosť spolu:	100	150	150	200	

Technologický postup:

Broskyne pred podávaním umyjeme a osušíme. Deťom v MŠ podávame porciované.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	60	251	0,76	0,00	0,1	12,1	13,0		1,10					6,6	2,20
B:	90	377	1,14	0,00	0,2	18,1	19,5		1,60					9,8	3,30
C:	90	377	1,14	0,00	0,2	18,1	19,5		1,60					9,8	3,30
D:	120	503	1,52	0,00	0,3	24,2	25,9		2,20					13,1	4,40

22.008 - Čerešne

Kategória: Ovocie

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Čerešne	kg	10	10	15	15	15	15	20	20		

Alergény:

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	100	150	150	200	
Hmotnosť spolu:	100	150	150	200	

Technologický postup:

Čerešne preberieme a umyjeme. Podávame odstopkované v kompótovej miske.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	72	301	0,91	0,00	0,4	14,4	17,9		0,50					10,1	2,00
B:	108	452	1,36	0,00	0,6	21,6	26,9		0,70					15,1	3,00
C:	108	452	1,36	0,00	0,6	21,6	26,9		0,70					15,1	3,00
D:	144	603	1,82	0,00	0,8	28,8	35,9		0,90					20,2	4,10

22.009 - Hrozno

Kategória: Ovocie

Počet porcií: 100

Druh Surovín	MJ	Veková skupina									
		A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Hrozno	kg	10	9	15	15	15	15	20	20		

Alergény:

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	90	150	150	200	
Hmotnosť spolu:	90	150	150	200	

Technologický postup:

Hrozno pre podávaním umyjeme pod tečúcou vodou. Deťom v MŠ zbavíme stopiek a podávame v kompótovej miske.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	74	309	0,61	0,00	0,3	15,2	19,1		0,70					3,4	1,90
B:	123	514	1,02	0,00	0,5	25,4	31,9		1,20					5,7	3,20
C:	123	514	1,02	0,00	0,5	25,4	31,9		1,20					5,7	3,20
D:	164	686	1,36	0,00	0,7	33,9	42,5		1,60					7,6	4,30

22.010 - Hrušky

Kategória: Ovocie

Počet porcií: 100

Druh Surovín	MJ	Veková skupina									
		A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Hrušky	kg	10	10	15	15	15	15	20	20		

Alergény:

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	100	150	150	200	
Hmotnosť spolu:	100	150	150	200	

Technologický postup:

Hrušky pred podávaním umyjeme. Deťom v MŠ porciujeme.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	66	277	0,44	0,00	0,3	13,4	11,8		0,50					3,7	3,30
B:	99	416	0,66	0,00	0,5	20,1	17,7		0,70					5,6	5,00
C:	99	416	0,66	0,00	0,5	20,1	17,7		0,70					5,6	5,00
D:	133	555	0,88	0,00	0,7	26,8	23,6		1,00					7,4	6,70

22.011 - Jablká

Kategória: Ovocie

Počet porcií: 100

Druh Surovín	MJ	Veková skupina									
		A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Jablká	kg	10	10	15	15	15	15	20	20		

Alergény:

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	100	150	150	200	
Hmotnosť spolu:	100	150	150	200	

Technologický postup:

Pred podávaním jablká dobre umyjeme. Deťom v MŠ porciujeme.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	66	275	0,37	0,00	0,4	12,9	8,3		0,60					9,3	3,10
B:	98	412	0,56	0,00	0,6	19,4	12,4		0,90					13,9	4,70
C:	98	412	0,56	0,00	0,6	19,4	12,4		0,90					13,9	4,70
D:	131	549	0,74	0,00	0,8	25,9	16,5		1,20					18,6	6,30

22.012 - Jahody

Kategória: Ovocie

Počet porcií: 100

Druh Surovín	MJ	Veková skupina									
		A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Jahody	kg	10,5	10	15,75	15	15,75	15	21	20		

Alergény:

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	100	150	150	200	
Hmotnosť spolu:	100	150	150	200	

Technologický postup:

Jahody preberieme, umyjeme v studenej vode a podávame v kompótovej miske.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	51	215	0,85	0,00	0,4	8,7	28,5		0,90					66,6	3,00
B:	77	322	1,27	0,00	0,6	13,1	42,7		1,40					99,9	4,50
C:	77	322	1,27	0,00	0,6	13,1	42,7		1,40					99,9	4,50
D:	103	430	1,70	0,00	0,8	17,5	57,0		1,90					133,3	6,00

22.013 - Marhule

Kategória: Ovocie

Počet porcií: 100

Druh Surovín	MJ	Veková skupina									
		A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Marhule	kg	10	10	15	15	15	15	20	20		

Alergény:

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	100	150	150	200	
Hmotnosť spolu:	100	150	150	200	

Technologický postup:

Marhule pred podávaním dobre umyjeme.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	63	263	0,87	0,00	0,1	12,0	16,4		0,80					10,5	2,90
B:	94	394	1,30	0,00	0,2	17,9	24,6		1,20					15,8	4,30
C:	94	394	1,30	0,00	0,2	17,9	24,6		1,20					15,8	4,30
D:	126	526	1,74	0,00	0,3	23,9	32,8		1,50					21,0	5,80

22.014 - Nektarinky

Kategória: Ovocie

Počet porcií: 100

Druh Surovín	MJ	Veková skupina									
		A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Nektarínky	kg	10	10	15	15	15	15	20	20		

Alergény:

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	100	150	150	200	
Hmotnosť spolu:	100	150	150	200	

Technologický postup:

Nektarinky pred podávaním umyjeme.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	64	266	0,77	0,00	0,2	14,1	12,0		0,50					7,2	0,70
B:	95	399	1,16	0,00	0,3	21,1	18,0		0,80					10,8	1,10
C:	95	399	1,16	0,00	0,3	21,1	18,0		0,80					10,8	1,10
D:	127	532	1,54	0,00	0,4	28,2	24,0		1,00					14,4	1,40

22.015 - Slivky

Kategória: Ovocie

Počet porcií: 100

Druh Surovín	MJ	Veková skupina									
		A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Slivky	kg	10	10	15	15	15	15	20	20		

Alergény:

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	100	150	150	200	
Hmotnosť spolu:	100	150	150	200	

Technologický postup:

Slivky pred podávaním dobre umyjeme. Podávame v kompótovej miske.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	71	297	0,65	0,00	0,2	14,7	15,5		0,70					4,7	2,20
B:	107	446	0,97	0,00	0,2	22,0	23,3		1,10					7,0	3,40
C:	107	446	0,97	0,00	0,2	22,0	23,3		1,10					7,0	3,40
D:	142	595	1,30	0,00	0,3	29,3	31,0		1,50					9,4	4,50

22.016 - Višne

Kategória: Ovocie

Počet porcií: 100

Druh Surovín	MJ	Veková skupina									
		A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Višne	kg	10	10	15	15	15	15	20	20		

Alergény:

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	100	150	150	200	
Hmotnosť spolu:	100	150	150	200	

Technologický postup:

Višne preberieme, odstopkujeme a umyjeme pred podávaním. Podávame v kompótovej miske.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	64	267	1,00	0,00	0,6	12,2	20,7		1,00					5,9	0,00
B:	96	400	1,50	0,00	0,9	18,3	31,0		1,50					8,8	0,00
C:	96	400	1,50	0,00	0,9	18,3	31,0		1,50					8,8	0,00
D:	128	534	2,00	0,00	1,2	24,3	41,4		1,90					11,7	0,00

22.017 - Sušené jablká

Kategória: Ovocie

Počet porcií: 100

Druh Surovín	MJ	Veková skupina									
		A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Sušené jablká	kg	3	3	3	3	3	3	3	3		

Alergény: 12 - Siričitany

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	30	30	30	30	
Hmotnosť spolu:	30	30	30	30	

Technologický postup:

Podávame ako ovocný doplnok za obedom.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	107	447	0,26	0,00	0,1	24,7	0,0		0,00					0,0	2,40
B:	107	447	0,26	0,00	0,1	24,7	0,0		0,00					0,0	2,40
C:	107	447	0,26	0,00	0,1	24,7	0,0		0,00					0,0	2,40
D:	107	447	0,26	0,00	0,1	24,7	0,0		0,00					0,0	2,40

22.018 - Sušené hrušky

Kategória: Ovocie

Počet porcií: 100

Druh Surovín	MJ	Veková skupina									
		A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Sušené hrušky	kg	3	3	3	3	3	3	5	5		

Alergény: 12 - Siričitany

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	30	30	30	50	
Hmotnosť spolu:	30	30	30	50	

Technologický postup:

Podávame ako ovocný doplnok za obedom.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	102	427	0,90	0,00	0,1	26,2	0,0		0,00					24,0	0,00
B:	102	427	0,90	0,00	0,1	26,2	0,0		0,00					24,0	0,00
C:	102	427	0,90	0,00	0,1	26,2	0,0		0,00					24,0	0,00
D:	170	712	1,50	0,00	0,1	43,7	0,0		0,00					40,0	0,00

22.019 - Čučoriedky

Kategória: Ovocie

Počet porcií: 100

Druh Surovín	MJ	Veková skupina									
		A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Čučoriedky	kg	10,5	10	15,75	15	15,75	15	21	20		

Alergény:

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	100	150	150	200	
Hmotnosť spolu:	100	150	150	200	

Technologický postup:

Ovocie umyjeme a podávame v kompótovej miske.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	64	268	0,69	0,69	0,6	11,5	10,3		0,00					16,6	4,90
B:	96	402	1,03	1,03	0,9	17,2	15,4		0,00					25,0	7,35
C:	96	402	1,03	1,03	0,9	17,2	15,4		0,00					25,0	7,35
D:	128	537	1,38	1,38	1,2	22,9	20,6		0,00					33,3	9,80

22.020 - Maliny

Kategória: Ovocie

Počet porcií: 100

Druh Surovín	MJ	Veková skupina									
		A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Maliny	kg	10,5	10	15,75	15	15,75	15	21	20		

Alergény:

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	100	150	150	200	
Hmotnosť spolu:	100	150	150	200	

Technologický postup:

Ovocie umyjeme a servírujeme v kompótovej miske.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	74	311	1,20	0,00	0,6	12,8	40,6		0,00					24,3	6,38
B:	112	467	1,80	0,00	0,9	19,3	60,8		0,00					36,5	9,57
C:	112	467	1,80	0,00	0,9	19,3	60,8		0,00					36,5	9,57
D:	149	622	2,40	0,00	1,2	25,7	81,1		0,00					48,7	12,76