

P.č.	Názov receptu	Číslo
1	Cereálna tyčinka 25g	23.001
2	Detská výživa	23.002
3	Jogurt biely	23.003
4	Jogurt čokoládový/vanilkový	23.004
5	Jogurt ovocný	23.005
6	Termizovaný tvarohový dezert (rôzne príchute)	23.006
7	Piškóty	23.007
8	Keksy - sušienky	23.008
9	Ovocná obloha (kompót)	23.009
10	Banány (ovocná obloha)	23.010
11	Čučoriedky (ovocná obloha)	23.011
12	Hrozno (ovocná obloha)	23.012
13	Hruška (ovocná obloha)	23.013
14	Jablko (ovocná obloha)	23.014
15	Jahody (ovocná obloha)	23.015
16	Kiwi (ovocná obloha)	23.016
17	Maliny (ovocná obloha)	23.017
18	Mandarínky (ovocná obloha)	23.018
19	Pomaranče (ovocná obloha)	23.019
20	Cereálna tyčinka 40g	23.020

23.003 - Jogurt biely

Kategória: Doplnkové pokrmy

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Jogurt biely 1,5%	kg	10	10	10	10	10	10	10	10		

Alergény: 7 - Mlieko

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	100	100	100	100	
Hmotnosť spolu:	100	100	100	100	

Technologický postup:

Podávame ako desiatu alebo olovrant. K obedu sa podáva ako dezert pre všetky vekové kategórie.

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	3,55	0,00	1,6	5,6	114,0		0,00					0,0	0,00
B:	51	215	3,55	0,00	1,6	5,6	114,0		0,00					0,0	0,00
C:	51	215	3,55	0,00	1,6	5,6	114,0		0,00					0,0	0,00
D:	51	215	3,55	0,00	1,6	5,6	114,0		0,00					0,0	0,00

23.004 - Jogurt čokoládový/vanilkový

Kategória: Doplnkové pokrmy

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Jogurt čokoládový/vanilkový	kg	10	10	10	10	10	10	10	10		

Alergény: 7 - Mlieko

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	100	100	100	100	
Hmotnosť spolu:	100	100	100	100	

Technologický postup:

Podávame ako desiatu alebo olovrant. K obedu sa podáva ako dezert pre všetky vekové kategórie.

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:	136	567	2,80	0,00	6,8	10,2	200,0		10,00					0,0	2,00
B:	136	567	2,80	0,00	6,8	10,2	200,0		10,00					0,0	2,00
C:	136	567	2,80	0,00	6,8	10,2	200,0		10,00					0,0	2,00
D:	136	567	2,80	0,00	6,8	10,2	200,0		10,00					0,0	2,00

23.005 - Jogurt ovocný

Kategória: Doplnkové pokrmy

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Jogurt ovocný	kg	10	10	10	10	10	10	10	10		

Alergény: 7 - Mlieko

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	100	100	100	100	
Hmotnosť spolu:	100	100	100	100	

Technologický postup:

Podávame ako desiatu alebo olovrant. K obedu sa podáva ako dezert pre všetky vekové kategórie.

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:	113	473	5,60	0,00	3,5	12,6	200,0		10,00					4,0	2,00
B:	113	473	5,60	0,00	3,5	12,6	200,0		10,00					4,0	2,00
C:	113	473	5,60	0,00	3,5	12,6	200,0		10,00					4,0	2,00
D:	113	473	5,60	0,00	3,5	12,6	200,0		10,00					4,0	2,00

23.006 - Termizovaný tvarohový dezert (rôzne príchute)

Kategória: Doplnkové pokrmy

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Dezert tvarohový termizovaný	kg	10	10	10	10	10	10	10	10		

Alergény: 7 - Mlieko

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	100	100	100	100	
Hmotnosť spolu:	100	100	100	100	

Technologický postup:

Podávame ako desiatu alebo olovrant. K obedu sa podáva ako dezert pre všetky vekové kategórie v rovnakej hmotnosti.

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:	239	998	7,10	0,00	16,0	17,0	125,0		10,00					0,0	2,00
B:	239	998	7,10	0,00	16,0	17,0	125,0		10,00					0,0	2,00
C:	239	998	7,10	0,00	16,0	17,0	125,0		10,00					0,0	2,00
D:	239	998	7,10	0,00	16,0	17,0	125,0		10,00					0,0	2,00

23.010 - Banány (ovocná obloha)

Kategória: Doplnkové pokrmy

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Banány	kg	2,8	2	3,4	2,4	4,2	3	4,8	3,4		

Alergény:

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	20	24	30	34	
Hmotnosť spolu:	20	24	30	34	

Technologický postup:

Ovocie ošúpeme a nakrájame. Podávame k pudingom, ku krémom, ako oblohu k pokrmom, alebo zmes ovocia.

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:	20	83	0,24	0,00	0,0	4,4	2,0		0,22					2,2	0,41
B:	24	100	0,29	0,00	0,1	5,2	2,4		0,26					2,6	0,49
C:	30	125	0,36	0,00	0,1	6,5	3,0		0,33					3,3	0,61
D:	34	142	0,41	0,00	0,1	7,4	3,3		0,37					3,7	0,70

23.012 - Hrozno (ovocná obloha)

Kategória: Doplnkové pokrmy

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Hrozno	kg	2,2	2	2,7	2,4	3,3	3	3,8	3,4		

Alergény:

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	20	24	30	34	
Hmotnosť spolu:	20	24	30	34	

Technologický postup:

Ovocie umyjeme a odstopkujeme. Podávame k pudingom, ku krémom, ako oblohu k pokrmom, alebo zmes ovocia.

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:	16	66	0,14	0,00	0,1	3,4	4,3		0,00					0,8	0,43
B:	19	79	0,16	0,00	0,1	4,1	5,1		0,00					0,9	0,51
C:	24	99	0,20	0,00	0,1	5,1	6,4		0,00					1,1	0,64
D:	27	112	0,23	0,00	0,1	5,8	7,2		0,00					1,3	0,73

23.014 - Jablko (ovocná obloha)

Kategória: Doplnkové pokrmy

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Jablká	kg	2,34	2	2,8	2,4	3,5	3	4	3,4		

Alergény:

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	20	24	30	34	
Hmotnosť spolu:	20	24	30	34	

Technologický postup:

Ovocie umyjeme, odstránime jadrá a nakrájame. Podávame k pudिंगom, ku krémom, ako oblohu k pokrmmom, alebo zmes ovocia.

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:	13	53	0,07	0,00	0,1	2,6	1,7		0,00					1,9	0,63
B:	15	64	0,09	0,00	0,1	3,1	2,0		0,00					2,2	0,75
C:	19	80	0,11	0,00	0,1	3,9	2,5		0,00					2,8	0,94
D:	22	91	0,13	0,00	0,1	4,4	2,8		0,00					3,2	1,07

23.015 - Jahody (ovocná obloha)

Kategória: Doplnkové pokrmy

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Jahody	kg	2,1	2	2,5	2,4	3,2	3	3,6	3,4		

Alergény:

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	20	24	30	34	
Hmotnosť spolu:	20	24	30	34	

Technologický postup:

Ovocie umyjeme a odstopkujeme. Podávame k pudingom, ku krémom, ako oblohu k pokrmom, alebo zmes ovocia.

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:	10	40	0,17	0,00	0,1	1,7	5,7		0,00					13,3	0,60
B:	12	48	0,20	0,00	0,1	2,1	6,8		0,00					16,0	0,72
C:	14	60	0,26	0,00	0,1	2,6	8,5		0,00					20,0	0,90
D:	16	69	0,29	0,00	0,1	3,0	9,7		0,00					22,7	1,02

23.019 - Pomaranče (ovocná obloha)

Kategória: Doplnkové pokrmy

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Pomaranče	kg	2,5	2	3,3	2,4	4	3	4,5	3,4		

Alergény:

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	20	24	30	34	
Hmotnosť spolu:	20	24	30	34	

Technologický postup:

Ovocie umyjeme, ošúpeme a pokrájame. Podávame k pudingom, ku krémom, ako oblohu k pokrmom, alebo zmes ovocia.

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:	11	47	0,18	0,00	0,0	2,2	8,9		0,00					10,1	0,61
B:	14	57	0,22	0,00	0,1	2,6	10,6		0,00					12,2	0,74
C:	17	71	0,28	0,00	0,1	3,3	13,3		0,00					15,2	0,92
D:	19	80	0,31	0,00	0,1	3,8	15,1		0,00					17,2	1,04

23.020 - Cereálna tyčinka 40g

Kategória: Doplnkové pokrmy

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Cerálna tyčinka 40g		4	4	4	4	4	4	4	4		

Alergény: 1 - Obilniny, 5 - Arašidy, 6 - Sója, 8 - Orechy

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	40	40	40	40	
Hmotnosť spolu:	40	40	40	40	

Technologický postup:

Podávame za obedom ako doplnok.

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:	157	657	2,44	0,00	2,4	30,3	0,0		0,00					0,0	1,36
B:	157	657	2,44	0,00	2,4	30,3	0,0		0,00					0,0	1,36
C:	157	657	2,44	0,00	2,4	30,3	0,0		0,00					0,0	1,36
D:	157	657	2,44	0,00	2,4	30,3	0,0		0,00					0,0	1,36