

5.141 Polievka minestrone**100 porci****Receptúra**

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
polievka minestrone	-	-	-	-	-	-	1,90	1,90
voda	-	-	-	-	-	-	26,00	26,00
petržlenová vňať čerstvá	-	-	-	-	-	-	0,15	0,11
tvrdý syr	-	-	-	-	-	-	0,50	0,50
hmotnosť porcie v g	-		-		-		250	

Výrobný postup

Vynormované množstvo vody privedieme do varu, vsypeme polievku minestrone, zamiešame a varíme na miernom ohni 20 minút.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bieľkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B ₁	B ₂	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A														
B														
C														
D	316	77	3.29	2.13	0,9	10,5	9,2	37,2	0,9	0,2	0,02	0,03	14,3	0,03