**16.059 Hráškové pyré 100 porcií**

**Receptúra**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Potravina | Veková skupina | | | | | | | |
| A | | B | | C | | D | |
| Hmotnosť v kg, l, ks | | | | | | | | |
|  | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá |
| hrášok mrazený | 3,50 | 3,50 | 4,00 | 4,00 | 4,50 | 4,50 | 5,00 | 5,00 |
| maslo | 0,70 | 0,70 | 0,80 | 0,80 | 0,90 | 0,90 | 1,00 | 1,00 |
| mlieko | 0,70 | 0,70 | 0,75 | 0,75 | 0,90 | 0,90 | 1,00 | 1,00 |
| soľ | 0,06 | 0,06 | 0,07 | 0,07 | 0,08 | 0,08 | 0,10 | 0,10 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| hmotnosť porcie v g | 50 | | 55 | | 60 | | 70 | |

**Výrobný postup**

Hrášok dáme variť do vriacej osolenej vody a povaríme 3 minúty. Polovicu hrášku rozmixujeme s maslom a mliekom. Druhú polovicu hrášku pridáme k rozmixovanej zmesi a premiešame.

Podávame ako zeleninovú prílohu k rôznym druhom mäsa a rýb s polovičnou porciou zemiakov upravených na rôzny spôsob.

**Nutričné zloženie 1 porcie**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| veková  skupina | energetická  hodnota | | bielkoviny | tuky | kyselina  linolová | sacharidy | vláknina | vápnik | železo | Vitamíny | | | | |
| A | B1 | B2 | C | E |
| kJ | kcal | g | g | g | g | g | mg | mg | mg | mg | mg | mg | mg |
| A | 351 | 84 | 2,46 | 6,0 | 0,0 | 4,7 | 0,8 | 20,7 | 0,4 | 0,054 | 0,1 | 0,1 | 5,2 | 0,0 |
| B | 401 | 96 | 2,79 | 6,9 | 0,0 | 5,3 | 0,9 | 23,1 | 0,5 | 0,062 | 0,1 | 0,1 | 6,0 | 0,1 |
| C | 452 | 108 | 3,15 | 7,8 | 0,0 | 6,0 | 1,1 | 26,7 | 0,6 | 0,069 | 0,1 | 0,1 | 6,7 | 0,1 |
| D | 502 | 120 | 3,51 | 8,6 | 0,0 | 6,7 | 1,2 | 29,9 | 0,6 | 0,077 | 0,1 | 0,1 | 7,5 | 0,1 |