**14.075 Špaldulienky s jablkovým pyré 100 porcií**

**Receptúra**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Potravina | Veková skupina | | | | | | | | |
| A | | | B | | C | | D | |
| Hmotnosť v kg, l, ks | | | | | | | | | |
|  | | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá |
| mlieko | | 7,50 | 7,50 | 10,00 | 10,00 | 13,00 | 13,00 | 15,00 | 15,00 |
| špaldová múka | | 3,50 | 3,50 | 4,50 | 4,50 | 6,00 | 6,00 | 7,00 | 7,00 |
| vajcia | | 20 | 1,00 | 24 | 1,20 | 28 | 1,40 | 32 | 1,60 |
| cukor | | 0,30 | 0,30 | 0,30 | 0,30 | 0,40 | 0,40 | 0,50 | 0,50 |
| soľ | | 0,02 | 0,02 | 0,03 | 0,03 | 0,04 | 0,04 | 0,05 | 0,05 |
| olej | | 1,50 | 1,50 | 2,00 | 2,00 | 2,50 | 2,50 | 3,00 | 3,00 |
| Jablkové pyré | |  |  |  |  |  |  |  |  |
| jablká | | 8,00 | 5,20 | 10,00 | 6,50 | 12,00 | 7,80 | 14,00 | 9,80 |
| kokosový cukor | | 0,90 | 0,90 | 1,00 | 1,00 | 1,10 | 1,10 | 1,20 | 1,20 |
| škoricový cukor | | 0,10 | 0,10 | 0,12 | 0,12 | 0,15 | 0,15 | 0,20 | 0,20 |
| vanilkový puding | | 0,20 | 0,20 | 0,30 | 0,30 | 0,40 | 0,40 | 0,50 | 0,50 |
| cukor - posýpka | | 0,30 | 0,30 | 0,40 | 0,40 | 0,50 | 0,50 | 0,60 | 0,60 |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
| hmotnosť porcie v g | | 180 | | 230 | | 270 | | 330 | |

**Výrobný postup**

Z múky, mlieka, vajec, cukru, soli vypracujeme hladké cesto, z ktorého po oboch stranách upečieme palacinky. Palacinky zvinieme na šatôčky, ktoré podávame s jablkovým pyré a posypané cukrom.

Jablkové pyré: Jablká uvaríme, zahustíme pudingom, rozmixujeme a dochutíme kokosovým cukrom a škoricou.

**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 | 744 | 178 | 3,92 | 6,95 | 0,0 | 26,7 | 1,3 | 121,1 | 0,9 | 0,044 | 0,1 | 0,2 | 3,0 | 0,7 |
| B | 893 | 214 | 4,66 | 9,7 | 0,0 | 31,3 | 1,6 | 134,4 | 1,1 | 0,051 | 0,1 | 0,3 | 3,6 | 0,8 |
| C | 1199 | 289 | 5,32 | 13,4 | 0,0 | 37,5 | 2,0 | 164,8 | 1,3 | 0,060 | 0,1 | 0,4 | 4,3 | 1,0 |
| D | 1375 | 331 | 6,29 | 15,1 | 0,0 | 44,3 | 2,5 | 186,7 | 1,5 | 0,069 | 0,1 | 0,4 | 5,3 | 1,1 |