**16.070 Pečené zemiaky s maslom 100 porcií**

**Receptúra**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Potravina | Veková skupina | | | | | | | | |
| A | | | B | | C | | D | |
| Hmotnosť v kg, l, ks | | | | | | | | | |
|  | | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá | Hrubá | Čistá |
| zemiaky | | 18,00 | 14,60 | 23,00 | 16,70 | 28,00 | 19,60 | 35,00 | 24,50 |
| maslo | | 0,80 | 0,80 | 1,00 | 1,00 | 1,20 | 1,20 | 1,50 | 1,50 |
| soľ | | 0,03 | 0,03 | 0,04 | 0,04 | 0,05 | 0,05 | 0,06 | 0,06 |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
| hmotnosť porcie v g | | 100 | | 130 | | 150 | | 180 | |

**Výrobný postup**

Zemiaky preberieme a dobre umyjeme kefkou a dáme piecť do horúcej rúry. Upečené zemiaky ešte za horúca po stranách zatlačíme, tak aby na povrchu praskli. Osolíme a do vzniknutej praskliny dáme kúsok masla.

**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 | 833 | 199 | 2,98 | 6,9 | 0,1 | 28,8 | 4,7 | 19,4 | 1,6 | 0,045 | 0,2 | 0,1 | 28,0 | 0,1 |
| B | 979 | 234 | 3,41 | 8,6 | 0,2 | 33,0 | 5,4 | 22,5 | 1,8 | 0,055 | 0,2 | 0,1 | 32,1 | 0,1 |
| C | 1157 | 277 | 4,00 | 10,3 | 0,2 | 38,7 | 6,3 | 26,5 | 2,1 | 0,066 | 0,2 | 0,1 | 37,6 | 0,1 |
| D | 1446 | 346 | 5,00 | 12,9 | 0,2 | 48,3 | 7,9 | 33,1 | 2,7 | 0,083 | 0,3 | 0,2 | 417, | 0,1 |