2.111 - Nátierka makovo - medová

Kategória: Nátierky, oblohy, bagety

Počet porcií: 100

Druh Surovín	MJ	Veková skupina									
		A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Maslo	kg	0,8	0,8	1	1	1,2	1,2	1,5	1,5		
Mak	kg	0,7	0,7	0,8	0,8	1	1	1,1	1,1		
Med	kg	0,35	0,35	0,45	0,45	0,55	0,55	0,7	0,7		
Mlieko	l	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5	0,75	0,75		

Alergény: 7 - Mlieko

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	20	26	32	40	
Hmotnosť spolu:	20	26	32	40	

Technologický postup:

Zomletý mak zalejeme vriacim mliekom, pridáme med, maslo a vymiešame na hladkú hmotu. Podávame natreté na chlieb, alebo pečivo.

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:	89	372	0,74	0,00	7,8	3,6	50,3		0,45					1,5	0,80
B:	120	501	1,04	0,00	11,0	4,1	79,1		0,66					1,7	1,10
C:	141	589	1,24	0,00	13,6	6,1	84,2		0,91					1,9	1,40
D:	184	769	1,52	0,00	16,8	7,8	105,1		1,01					2,1	1,80