

## 10.028 - Treska so šunkou, syrom a brokolicou

Kategória: Pokrmy z rybieho mäsa

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Treska so šunkou, syrom a brokolicou hlbokozmraz.	kg	5	5	10	10	15	15	20	20		
Olej	kg	0,2	0,2	0,3	0,3	0,6	0,6	0,6	0,6		

**Alergény: 4 - Ryby, 7 - Mlieko**

### Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	42	85	130	170	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	42	85	130	170	

### Technologický postup:

Výrobok pred tepelnou úpravou nerozmrazujeme. Pekáče vymastíme olejom, do ktorých vložíme porcie tresky plnenej šunkou, syrom a brokolicou. V rúre pečieme pri teplote 170°C 20 až 25 min., alebo v konvektomate 25 minút.

Príloha: zemiaky na rôzne spôsoby, šaláty z čerstvej zeleniny, zeleninová obloha.

### Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]