

### 14.062 - Syr tofu v trojobale \*

Kategória: Pokrmý bezmäsité

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Syr Tofu biely	kg			7	7	8	8	9	9		
Soľ	kg			0,12	0,12	0,15	0,15	0,18	0,18		
Múka hrubá	kg			0,8	0,8	1	1	1,2	1,2		
Vajcia	kg			15	0,75	18	0,9	22	1,1		
Mlieko	l			1	1	1,25	1,25	1,5	1,5		
Strúhanka	kg			2	2	2,25	2,25	3	3		
Olej	kg			2,6	2,6	2,9	2,9	3,2	3,2		

**Alergény: 1 - Obilniny, 3 - Vajcia, 6 - Sója, 7 - Mlieko**

### Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :		85	95	105	
<b>Hmotnost' spolu:</b>		85	95	105	

### Technologický postup:

Syr tofu nakrájame na plátky, posolíme a obalíme v trojobale. Tepelne upravíme v rozpálenom oleji z oboch strán.

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

### Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]