

21.026 - Ovocný šalát s jogurtom a ovsenými vločkami

Kategória: Múčniky

Počet porcií: 100

Druh Surovin	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Jogurt biely 1,5%	kg	1,5	1,5	2	2	2	2	2,5	2,5		
Banány	kg	2	1,2	3	1,8	3	1,8	4	2,4		
Ovsené vločky	kg	1,5	1,5	2	2	2	2	3	3		
Cukor vanilkový	kg	0,2	0,2	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3		
Cukor práškový	kg	0,2	0,2	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3		
Hrozienka	kg	0,1	0,1	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2		

Alergény: 1 - Obilniny, 7 - Mlieko, 12 - Siričitany

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	60	95	95	110	
Hmotnosť spolu:	60	95	95	110	

Technologický postup:

Banány ošúpeme a nakrájame na kolieska. Pridáme umyté ovsené vločky, namočené hrozienka, vanilkový a práškový cukor a jogurt. Všetko spolu premiešame.

Podávame ako olovrant v materských školách.

Pre vekovú skupinu B, C, D podávame ako doplnok za obedom.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]