

24.004 - Šalát hlávkový s pomarančom

Kategória: Šaláty

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Šalát hlávkový	kg	1,5	1,35	2	1,8	2	1,8	2,5	2,25		
Pomaranče	kg	7	4,55	11	7,15	11	7,15	12,5	8,12		
Cukor kryštálový	kg	0,15	0,15	0,25	0,25	0,25	0,25	0,35	0,35		
Citróny	kg	0,1	0,03	0,2	0,07	0,2	0,07	0,2	0,07		
Olej olivový	kg	0,05	0,05	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1		
Soľ	kg	0,02	0,02	0,03	0,03	0,03	0,03	0,05	0,05		

Alergény:

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	60	90	90	110	
Hmotnost' spolu:	60	90	90	110	

Technologický postup:

Šalát rozoberieme na listy, ktoré umyjeme pod tečúcou vodou a pokrájame na rezance. Pomaranče umyjeme, ošúpeme, pokrájame na tenké plátky a pridáme k šalátu. Zľahka premiešame. Dochutíme citrónovou šťavou, cukrom, soľou a nakoniec pokvapkáme olejom.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]