

24.011 - Šalát mix

Kategória: Šaláty

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Kapusta hlávková biela	kg	3	2,4	5	4	5	4	7	5,6		
Kukurica sterilizovaná	kg	0,8	0,8	1	1	1	1	1,3	1,3		
Mrkva	kg	2	1,6	3	2,4	3	2,4	4	3,2		
Pór	kg	0,3	0,25	0,45	0,38	0,45	0,38	0,6	0,5		
Cukor kryštálový	kg	0,3	0,3	0,45	0,45	0,45	0,45	0,5	0,5		
Citróny	kg	0,2	0,08	0,4	0,16	0,4	0,16	0,5	0,2		
Olej olivový	kg	0,05	0,05	0,1	0,1	0,1	0,1	0,15	0,15		
Hrozienka	kg	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1		
Soľ	kg	0,05	0,05	0,1	0,1	0,1	0,1	0,15	0,15		

Alergény: 12 - Siričitany

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	50	80	80	110	
Hmotnosť spolu:	50	80	80	110	

Technologický postup:

Kapustu, mrkvu a pór očistíme, umyjeme a postrúhame. Všetko spolu premiešame, osolíme, pridáme umyté, namočené hrozienka, kukuricu bez nálevu a dochutíme cukrom, citrónovou šťavou a olejom. Necháme postať.

Podávame k zeleninovým a rybacím jedlám.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]