

24.020 - Šalát mrkvový sladký

Kategória: Šaláty

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Mrkva	kg	7	5,6	9	7,2	9	7,2	10	8		
Citróny	kg	0,7	0,28	0,9	0,36	0,9	0,36	1	0,4		
Kokos strúhaný	kg	0,1	0,1	0,15	0,15	0,15	0,15	0,2	0,2		
Med	kg	0,3	0,3	0,6	0,6	0,6	0,6	0,8	0,8		
Voda	l	1	1	1,5	1,5	1,5	1,5	2	2		

Alergény:

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	65	95	95	115	
Hmotnosť spolu:	65	95	95	115	

Technologický postup:

Mrkvu umyjeme, očistíme a najemno postrúhame. Zalejeme citrónovou šťavou, posypeme strúhaným kokosom a vmiešame med.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]