

24.074 - Zeleninová obloha – kapusta, mrkva, kukurica

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	2	1,6	3,2	2,56	3,2	2,56	4,2	3,36		
Soľ	kg	0,04	0,04	0,06	0,06	0,06	0,06	0,08	0,08		
Cukor kryštálový	kg	0,15	0,15	0,25	0,25	0,25	0,25	0,35	0,35		
Ocot	l	0,1	0,1	0,2	0,2	0,2	0,2	0,3	0,3		
Mrkva	kg	2	1,6	3,2	2,56	3,2	2,56	4,2	3,36		
Kukurica sterilizovaná	kg	0,8	0,8	1	1	1	1	1,3	1,3		

Alergény:

Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	40	60	60	80	
Hmotnost' spolu:	40	60	60	80	

Technologický postup:

Hlávkovú kapustu očistíme, nastrúhame, ochutíme soľou, cukrom a octom. Mrkvu očistíme, umyjeme a nastrúhame alebo nakrájame na kolieska. Sterilizovanú kukuricu scedíme z nálevu.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]