

## 24.075 - Zeleninová obloha - karfiol, cvikla

Kategória: Šaláty

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Karfiol	kg	3	2,55	4,5	3,83	4,5	3,83	5,5	4,68		
Cvikla sterilizovaná	kg	2	2	3	3	3	3	3,7	3,7		
Soľ	kg	0,02	0,02	0,03	0,03	0,03	0,03	0,05	0,05		

Alergény:

### Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	40	60	60	80	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	40	60	60	80	

### Technologický postup:

Karfiol očistíme, umyjeme a povaríme v slanej vode. Karfiol vyberieme, necháme odkvapkať a rozoberieme na ružice. Sterilizovanú cviklu scedíme z nálevu.

### Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]