

24.083 - Zeleninová obloha - kukurica, mrkva, ľadový šalát

Kategória: Šaláty

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Kukurica mrazená	kg	1	1	1,3	1,3	1,3	1,3	1,8	1,8		
Mrkva	kg	2	1,6	3	2,4	3	2,4	4	3,2		
Šalát hlávkový	kg	2	1,7	3	2,55	3	2,55	4	3,2		

Alergény:

Hmotnosť porcie v gramoch

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

Technologický postup:

Mrkvu očistíme, umyjeme, pokrájame na tenké plátky alebo postrúhame. Hlavnkový šalát/fadový šalát očistíme, umyjeme a rozoberieme. Kukuricu uvaríme. Na každý tanier ukladáme šalátové listy, do ktorých vožíme pokrájanú alebo postrúhanú mrkvu a kukuricu.

Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]