

**24.084 - Zeleninová obloha - čínska kapusta, mexická zelenina**

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 čínska	kg	3	2,7	4,5	4,05	4,5	4,05	6	5,4		
Mexická zelenina b. n.	kg	1	1	1,5	1,5	1,5	1,5	2	2		
Olivový olej	kg	0,1	0,1	0,15	0,15	0,15	0,15	0,2	0,2		

**Alergény:**

### Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	36	45	45	74	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	36	45	45	74	

### Technologický postup:

Očistenú, umytú kapustu pokrájame na rezance. Mexickú zeleninu scedíme z nálevu, zľahka premiešame s nakrájanou kapustou a pokvapkáme olivovým olejom.

### Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

[illegible]