

Pokrm	Množství pokrmu v gramech na jednu porci dle věkové kategorie		
	15+	11-14let	6-10let
IV. Přílohy			
Omáčka	150	120	90
Štáva k masu	70	50	30
Brambory vařené, šťouchané, bramborová ka	250	200	150
Rýže dušená	160	140	100
Těstoviny vařené	200	160	120
Špecle	200	160	120
Knedlíky houskové	160(6)	140(4)	100(2)
Knedlíky bramborové	200(6)	160(4)	120(3)
Bramboráčky	4x75g	3x75g	2x75g
Bramborový salát	300	150	100
V. Sladká jídla			
Žemlovka s ovocem a tvarohem	330	250	220
Koláče	5ks	4ks	2ks
Sladký bulgur/rýžový nákyp s ovocem	330	250	220
Dukátové buchtíčky s krémem	200+180	100+120	60+80
Plněné knedlíky (M+P)	360(3)	180(1a1/2)	120(1)
	60+30	40+20	30+15
Těstoviny na sladko (M+P)	230	190	160
	60+30	40+20	30+15
Krupicová kaše (M+P)	300	200	150
	60+30	40+20	30+15
Langoše	250(5)	150(3)	100(2)
Pizza	350g	250g	200g
VI. Moučníky, saláty, nápoje			
Rýžový nákyp	340	290	240
Salát zeleninový, kompot	120	100	70
Dressing, studená omáčka	50	40	30
Zeleninová obloha	50	40	30
Sterilovaná okurka	70(1)	60(1/2)	50(1/4)
Tvarohový krém, jogurt, pudink, přesnídávka	100	80	80
Nápoj	200	200	200
VII. Tepelné ztráty u masa			
Hovězí maso vařené	41%		
Hovězí maso dušené	41%		
Vepřové maso vařené	39%		
Vepřové maso dušené	39%		
Kuřecí, krůtí, ryba přírodní	41%		

