

Receptura : 01-8N-1050 01.050-1 Osviežujúci ovocný nápoj s vlákninou

(Aktualizované: 26.02.2023 17:48:32)

Autor receptury: MŠVVaŠ SR 2018

Rozpis surovín je na 100,00 MJ, (MJ=Porcia)

Názov suroviny (poznámka)	MJ	Hm	B - deti 1	C - deti 2	Nad 15r +	E - nad 15
ROZPUSTNÝ NÁPOJ S VLÁKNINOU	kg	H	0,100	0,100	0,120	0,120
^^ citrón a mäta, malina alebo citrónelová tráva						
VODA	l	H	20,000	20,000	25,000	25,000

	Celkom	Mäso	Omáčka	Kusy
B - deti 1. st.	200 [g]	0 [g]	0 [g]	0,00 [ks]
C - deti 2. st.	200 [g]	0 [g]	0 [g]	0,00 [ks]
Nad 15r + Šport	250 [g]	0 [g]	0 [g]	0,00 [ks]

(veľkosti porcií pre jednotlivé skupiny sú uvedené priamo v receptúre)

Technologický postup :

Zmes rozmiešame v malom množstve vody a po dôkladnom rozpustení doplníme vodou podľa použitej normy. Nápoj je nízkoenergetický s obsahom vlákniny.

Sledované nutričné hodnoty	Jednotka	B - deti 1. st.	C - deti 2. st.	Nad 15r + Šport	E - nad 15 (B)
Energia	kJ	3,850	3,850	4,650	
Bielkoviny	g	0,020	0,020	0,030	
Tuky	g	0,010	0,010	0,020	
Sacharidy	g	0,190	0,190	0,230	
Vápnik	mg	0,680	0,680	1,040	
Železo	mg	0,030	0,030	0,040	
C vitamín	mg	1,150	1,150	1,600	
Vláknina (g)	g	0,800	0,800	1,000	