

P.č.	Názov receptu	Číslo
1	Biela káva s medom	1.001
2	Biela káva	1.002
3	Detský čaj čierny bez kofeínu, nesladený	1.003
4	Detský čaj čierny bez kofeínu s citrónom	1.004
5	Čaj ovocný	1.005
6	Čajovníkový čaj bez kofeínu, nesladený	1.006
7	Detský čaj čierny bez kofeínu s medom a citrónom	1.007
8	Čaj ovocný s medom	1.008
9	Čajovníkový čaj bez kofeínu s citrónom	1.009
10	Čajovníkový čaj bez kofeínu s medom a citrónom	1.010
11	Čaj ovocný, nesladený	1.011
12	Kyslomliečny nápoj	1.012
13	Čaj ovocný s medom a citrónom	1.013
14	Mlieko kakaové	1.014
15	Mlieko kakaové plnotučné	1.014 - 1
16	Mlieko polotučné	1.015
17	Mlieko plnotučné	1.016
18	Mlieko banánové	1.017
19	Mlieko banánové plnotučné	1.017 - 1
20	Mlieko jahodové	1.018
21	Mlieko jahodové plnotučné	1.018 - 1
22	Mlieko s medom	1.019
23	Mlieko s medom plnotučné	1.019 - 1
24	Mlieko vanilkové	1.020
25	Mlieko vanilkové plnotučné	1.020 - 1
26	Ovocný nápoj s jablkami	1.021
27	Ovocný nápoj s kúskami pomarančov	1.022
28	Stolová voda	1.023
29	Ovocný nápoj z prírodného 100% koncentrátu	1.024
30	Ovocno - zeleninový nápoj z prírodného 100% koncentrátu	1.025
31	Voda s citrónovou šťavou a bylinkami	1.026
32	Prírodná ovocno - zeleninová šťava 100%	1.027
33	Prírodná ovocná šťava 100%	1.028
34	Isotonický nápoj pre športovcov	1.029
35	Voda s citrónovou šťavou	1.030
36	Voda s pomarančovou šťavou	1.031
37	Osviežujúci nápoj z ovocia a mäty	1.032
38	Ovocný nápoj z čerstvého ovocia	1.033





# 1.003 - Detský čaj čierny bez kofeínu, nesladený

Kategória: Nápoje

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Detský čaj čierny bez kofeínu	kg	0,03	0,03	0,03	0,03	0,04	0,04	0,05	0,05		
Voda	l	15	15	20	20	20	20	25	25		

Alergény:

## Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	150	200	200	250	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	150	200	200	250	

## Technologický postup:

Sypaný čaj:

v menšej nádobe sparíme čaj vriacou vodou, prikryjeme a necháme vylúhovať 3 - 5 min. Ostatnú vodu prevaríme, pridáme k nej precedený čajový extrakt. Čaj sa nesmie variť.

Čaj v nálevových vreckách:

pri príprave postupujeme podľa návodu na obale (jedno nálevové vrecúško 1,75g). Nevaríme.

## Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	32	133	0,06	0,00	0,0	7,6	17,2		0,10					0,2	0,00
B:	41	171	0,06	0,00	0,0	10,0	17,2		0,10					0,2	0,00
C:	41	171	0,06	0,00	0,0	10,0	17,2		0,10					0,2	0,00
D:	51	214	0,08	0,00	0,0	12,5	23,4		0,10					0,3	0,00

# 1.004 - Detský čaj čierny bez kofeínu s citrónom

Kategória: Nápoje

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Detský čaj čierny bez kofeínu	kg	0,03	0,03	0,03	0,03	0,04	0,04	0,05	0,05		
Citróny	l	1,6	0,64	1,8	0,72	1,8	0,72	2	0,8		
Voda	l	15	15	20	20	20	20	25	25		

Alergény: 7 - Mlieko

## Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	150	200	200	250	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	150	200	200	250	

## Technologický postup:

Sypaný čaj:

v menšej nádobe sparíme čaj vriacou vodou, prikryjeme a necháme vylúhovať 3 - 5 min. Ostatnú vodu prevaríme, pridáme k nej precedený čajový extrakt a dochutíme citrónom. Čaj sa nesmie variť.

Čaj v nálevových vreckách:

pri príprave postupujeme podľa návodu na obale a dochutíme citrónom (1 nálevové vrecko 1,75g). Nevaríme.

## Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	4	19	0,11	0,00	0,1	0,8	24,3		0,46					3,1	0,26
B:	5	20	0,11	0,00	0,1	0,8	27,4		0,47					3,5	0,28
C:	5	22	0,14	0,00	0,1	0,9	32,0		0,60					3,5	0,29
D:	6	25	0,16	0,00	0,1	1,0	39,8		0,74					3,9	0,33





# 1.007 - Detský čaj čierny bez kofeínu s medom a citrónom

Kategória: Nápoje

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Voda	l	15	15	19	19	19	19	23	23		
Detský čaj čierny bez kofeínu	kg	0,03	0,03	0,03	0,03	0,04	0,04	0,05	0,05		
Med	kg	0,9	0,9	1,2	1,2	1,2	1,2	1,5	1,5		
Citróny	kg	1,6	0,64	1,8	0,72	1,8	0,72	2	0,8		

Alergény:

## Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	150	200	200	250	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	150	200	200	250	

## Technologický postup:

Sypaný čaj:

v menšej nádobe sparíme čaj vriacou vodou, prikryjeme a necháme vylúhovať 3 - 5 min. Ostatnú vodu prevaríme, pridáme k nej precedený čajový extrakt a dochutíme medom a citrónom. Čaj sa nesmie variť.

Čaj v nálevových vreckách:

pri príprave postupujeme podľa návodu na obale a dochutíme medom a citrónom (1 nálevové vrecko 1,75g). Nevaríme.

## Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	34	144	0,13	0,00	0,1	8,1	24,7		0,51					3,3	0,26
B:	45	188	0,13	0,00	0,1	10,6	27,4		0,54					3,7	0,28
C:	45	189	0,17	0,00	0,1	10,7	32,1		0,67					3,7	0,29
D:	56	235	0,20	0,00	0,1	13,3	39,4		0,82					4,2	0,33





# 1.009 - Čajovníkový čaj bez kofeínu s citrónom

Kategória: Nápoje

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Čajovníkový čaj bez kofeínu	kg	0,03	0,03	0,03	0,03	0,04	0,04	0,05	0,05		
Citróny	kg	1,6	0,64	1,8	0,72	1,8	0,72	2	0,8		
Voda	l	15	15	20	20	20	20	25	25		

Alergény:

## Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	150	200	200	250	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	150	200	200	250	

## Technologický postup:

Sypaný čaj:

v menšej nádobe sparíme čaj vriacou vodou, prikryjeme a necháme vylúhovať 3 - 5 min. Ostatnú vodu prevaríme, pridáme k nej precedený čajový extrakt a dochutíme citrónom. Čaj sa nesmie variť.

Čaj v nálevových vreckách:

pri príprave postupujeme podľa návodu na obale a dochutíme citrónom (1 nálevové vrecko 1,75g). Nevaríme.

## Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	4	19	0,11	0,00	0,1	0,8	24,3		0,46					3,1	0,26
B:	5	20	0,11	0,00	0,1	0,8	27,4		0,47					3,5	0,28
C:	5	22	0,14	0,00	0,1	0,9	32,0		0,60					3,5	0,29
D:	6	25	0,16	0,00	0,1	1,0	39,8		0,74					3,9	0,33



# 1.011 - Čaj ovocný, nesladený

Kategória: Nápoje

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Voda	l	15	15	20	20	20	20	25	25		
Čaj ovocný	kg	0,12	0,12	0,15	0,15	0,15	0,15	0,18	0,18		

Alergény:

## Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	150	200	200	250	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	150	200	200	250	

## Technologický postup:

Čaj sparíme a prikrytý necháme lúhovať asi 10 min., po uplynutí doby lúhovania, čaj scedíme.

## Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	1	3	0,16	0,00	0,0	0,0	8,7		0,01					0,0	0,00
B:	1	3	0,20	0,00	0,0	0,0	11,6		0,01					0,0	0,00
C:	1	3	0,20	0,00	0,0	0,0	11,6		0,01					0,0	0,00
D:	1	4	0,24	0,00	0,0	0,0	14,5		0,01					0,0	0,00

# 1.012 - Kyslomliečny nápoj

Kategória: Nápoje

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Kyslomliečny nápoj	l	15	15	20	20	20	20	25	25		

Alergény: 7 - Mlieko

## Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	150	200	200	250	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	150	200	200	250	

## Technologický postup:

Kyslomliečny nápoj podávame na desiatu, olovrant alebo za obedom.

## Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	97	405	4,80	0,00	3,1	7,0	180,0		0,15					0,0	0,00
B:	129	540	6,40	0,00	4,2	9,4	240,0		0,20					0,0	0,00
C:	129	540	6,40	0,00	4,2	9,4	240,0		0,20					0,0	0,00
D:	161	675	8,00	0,00	5,3	11,8	300,0		0,25					0,0	0,00

# 1.013 - Čaj ovocný s medom a citrónom

Kategória: Nápoje

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Čaj ovocný	kg	0,12	0,12	0,15	0,15	0,15	0,15	0,18	0,18		
Med	kg	0,9	0,9	1,2	1,2	1,2	1,2	1,5	1,5		
Citróny	kg	1,6	0,64	1,8	0,72	1,8	0,72	2	0,8		
Voda	l	15	15	20	20	20	20	25	25		

Alergény:

## Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	150	200	200	250	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	150	200	200	250	

## Technologický postup:

Čaj sparíme a prikrytý necháme lúhovať asi 10 min., po uplynutí doby lúhovania, čaj scedíme a dochutíme medom a citrónom.

## Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	34	142	0,23	0,00	0,0	7,9	10,8		0,12					3,3	0,23
B:	45	186	0,28	0,00	0,0	10,5	14,0		0,15					3,7	0,26
C:	45	186	0,28	0,00	0,0	10,5	14,0		0,15					3,7	0,26
D:	55	231	0,33	0,00	0,0	13,0	17,3		0,17					4,2	0,29











# 1.017 - 1 - Mlieko banánové plnotučné

Kategória: Nápoje

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Mlieko plnotučné	l	14	14	18	18	18	18	22	22		
Banány	kg	4	2,4	5	3	5	3	6	3,6		

Alergény: 7 - Mlieko

## Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	150	200	200	250	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	150	200	200	250	

## Technologický postup:

Olúpané banány zmixujeme vo vlažnom mlieku a rozriedime v potrebnom množstve mlieka.

## Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	118	492	5,89	0,00	5,0	11,9	253,0		0,73					5,1	0,49
B:	150	629	7,56	0,00	6,4	15,1	325,2		0,92					6,5	0,61
C:	150	629	7,56	0,00	6,4	15,1	325,2		0,92					6,5	0,61
D:	183	765	9,23	0,00	7,9	18,3	397,3		1,12					7,9	0,74

# 1.017 - Mlieko banánové

Kategória: Nápoje

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Mlieko polotučné	l	14	14	18	18	18	18	22	22		
Banány	kg	4	2,4	5	3	5	3	6	3,6		

Alergény: 7 - Mlieko

## Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	150	200	200	250	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	150	200	200	250	

## Technologický postup:

Olúpané banány zmixujeme vo vlažnom mlieku a rozriedime v potrebnom množstve mlieka.

## Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	89	371	5,02	0,00	2,2	11,9	171,5		0,73					4,2	0,49
B:	113	474	6,44	0,00	2,8	15,1	220,4		0,92					5,3	0,61
C:	113	474	6,44	0,00	2,8	15,1	220,4		0,92					5,3	0,61
D:	138	576	7,87	0,00	3,4	18,3	269,3		1,12					6,4	0,74

# 1.018 - 1 - Mlieko jahodové plnotučné

Kategória: Nápoje

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Mlieko plnotučné	l	14	14	18	18	18	18	22	22		
Kompót jahodový	kg	2,3	2,3	3	3	3	3	3,5	3,5		

Alergény: 7 - Mlieko

## Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	150	200	200	250	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	150	200	200	250	

## Technologický postup:

Jahodový kompót aj s nálevom zmixujeme, pridáme mlieko a dobre premiešame.

## Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	117	488	5,69	0,00	5,0	12,1	254,3		0,58					2,5	0,00
B:	151	630	7,32	0,00	6,5	15,7	327,0		0,74					3,2	0,00
C:	151	630	7,32	0,00	6,5	15,7	327,0		0,74					3,2	0,00
D:	182	763	8,94	0,00	7,9	18,7	399,4		0,90					4,0	0,00



# 1.019 - 1 - Mlieko s medom plnotučné

Kategória: Nápoje

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Mlieko plnotučné	l	15	15	20	20	20	20	25	25		
Med	kg	0,6	0,6	0,8	0,8	0,8	0,8	1	1		

Alergény: 7 - Mlieko

## Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	150	200	200	250	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	150	200	200	250	

## Technologický postup:

Med pred použitím mierne nahrejeme, pridáme do mlieka a zamiešame.

## Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	120	503	6,02	0,00	5,3	12,0	268,8		0,53					2,8	0,00
B:	160	671	8,02	0,00	7,1	16,0	358,4		0,70					3,8	0,00
C:	160	671	8,02	0,00	7,1	16,0	358,4		0,70					3,8	0,00
D:	200	839	10,03	0,00	8,9	20,0	448,0		0,88					4,7	0,00

# 1.019 - Mlieko s medom

Kategória: Nápoje

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Mlieko polotučné	l	15	15	20	20	20	20	25	25		
Med	kg	0,6	0,6	0,8	0,8	0,8	0,8	1	1		

Alergény: 7 - Mlieko

## Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	150	200	200	250	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	150	200	200	250	

## Technologický postup:

Med pred použitím mierne nahrejeme, pridáme do mlieka a zamiešame.

## Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	89	374	5,09	0,00	2,3	12,0	181,5		0,53					1,8	0,00
B:	119	499	6,78	0,00	3,0	16,0	242,0		0,70					2,4	0,00
C:	119	499	6,78	0,00	3,0	16,0	242,0		0,70					2,4	0,00
D:	149	624	8,48	0,00	3,8	20,0	302,5		0,88					3,0	0,00



# 1.020 - 1 - Mlieko vanilkové plnotučné

Kategória: Nápoje

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Mlieko plnotučné	l	15	15	20	20	20	20	25	25		
Cukor vanilkový	kg	0,69	0,69	0,92	0,92	0,92	0,92	1,15	1,15		

Alergény: 7 - Mlieko

## Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	150	200	200	250	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	150	200	200	250	

## Technologický postup:

Vanilkový cukor rozmiešame v menšom množstve vlažného mlieka, zmes pridáme do zvyšku mlieka a zamiešame.

## Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	128	537	6,00	0,00	5,3	14,0	268,5		0,52					2,7	0,00
B:	171	716	8,00	0,00	7,1	18,7	358,1		0,69					3,6	0,00
C:	171	716	8,00	0,00	7,1	18,7	358,1		0,69					3,6	0,00
D:	214	895	10,00	0,00	8,9	23,3	447,6		0,86					4,5	0,00



# 1.022 - Ovocný nápoj s kúskami pomarančov

Kategória: Nápoje

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Voda	l	17	17	17	17	17	17	22	22		
Pomaranče	kg	4	2,6	4	2,6	4	2,6	5	3,25		
Med	kg	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2		

Alergény:

## Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	200	200	200	250	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	200	200	200	250	

## Technologický postup:

Pomaranče umyje, ošúpeme a pokrájame na malé kocky. Pridáme med a dolejeme zvyšným množstvom vody.

## Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	21	89	0,25	0,00	0,1	4,5	21,5		0,26					13,2	0,80
B:	21	89	0,25	0,00	0,1	4,5	21,5		0,26					13,2	0,80
C:	21	89	0,25	0,00	0,1	4,5	21,5		0,26					13,2	0,80
D:	25	105	0,31	0,00	0,1	5,2	27,2		0,33					16,5	1,00



# 1.024 - Ovocný nápoj z prírodného 100% koncentrátu

Kategória: Nápoje

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
100% ovocný prírodný koncentrát	l	7,5	7,5	10	10	10	10	12,5	12,5		
Voda	l	7,5	7,5	10	10	10	10	12,5	12,5		

Alergény:

## Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	150	200	200	250	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	150	200	200	250	

## Technologický postup:

100 %-ný prírodný ovocný koncentrát rozmiešame v predpísanom množstve vody.

## Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	39	165	0,07	0,00	0,0	8,6	0,0		0,00					9,9	0,07
B:	53	220	0,10	0,00	0,0	11,5	0,0		0,00					12,2	0,10
C:	53	220	0,10	0,00	0,0	11,5	0,0		0,00					12,2	0,10
D:	66	275	0,12	0,00	0,0	13,3	0,0		0,00					15,3	0,12

# 1.025 - Ovocno - zeleninový nápoj z prírodného 100% koncentrátu

Kategória: Nápoje

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
100% ovocno - zeleninový koncentrát	l	7,5	7,5	10	10	10	10	12,5	12,5		
Voda	l	7,5	7,5	10	10	10	10	12,5	12,5		

Alergény:

## Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	150	200	200	250	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	150	200	200	250	

## Technologický postup:

100 %-ný ovocno - zeleninový koncentrát rozmiešame v predpísanom množstve vody.

## Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	39	165	0,07	0,00	0,0	8,6	0,0		0,00					9,9	0,07
B:	53	220	0,10	0,00	0,0	11,5	0,0		0,00					12,2	0,10
C:	53	220	0,10	0,00	0,0	11,5	0,0		0,00					12,2	0,10
D:	66	275	0,12	0,00	0,0	13,3	0,0		0,00					15,3	0,12



# 1.027 - Prírodná ovocno - zeleninová šťava 100%

Kategória: Nápoje

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Ovocno-zeleninová prírodná šťava 100%	l	6	6	8	8	8	8	10	10		
Voda	l	15	15	20	20	20	20	25	25		

Alergény:

## Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	150	200	200	250	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	150	200	200	250	

## Technologický postup:

100% prírodnú ovocno - zeleninovú šťavu pridáme do pitnej vody v primeranom pomere a zamiešame.

## Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	27	111	0,06	0,00	0,1	6,2	5,9		0,01					12,4	0,06
B:	35	148	0,08	0,00	0,1	8,3	7,8		0,01					14,9	0,08
C:	35	148	0,08	0,00	0,1	8,3	7,8		0,01					14,9	0,08
D:	44	186	0,10	0,00	0,1	10,0	9,7		0,02					17,3	0,10











# 1.032 - Osviežujúci nápoj z ovocia a mäty

Kategória: Nápoje

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Voda	l	14	14	18	18	18	18	23	23		
Jahody	kg	2	1,9	2,7	2,43	2,7	2,43	3,1	2,79		
Citróny	kg	0,7	0,6	0,9	0,8	0,9	0,8	1	0,9		
Mäta	kg	0,01	0,01	0,02	0,02	0,02	0,02	0,03	0,03		

Alergény:

## Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	150	200	200	250	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	150	200	200	250	

## Technologický postup:

Jahody umyjeme, očistíme a nakrájame na kúsky. Pridáme umyté a na kolieska nakrájané citróny. Zalejeme vodou a ozdobíme lístkami mäty.

## Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	12	51	0,20	0,00	0,1	2,2	15,1		0,25					15,6	0,79
B:	16	66	0,26	0,00	0,1	2,9	19,4		0,32					20,1	1,02
C:	16	66	0,26	0,00	0,1	2,9	19,4		0,32					20,1	1,02
D:	18	76	0,30	0,00	0,2	3,3	23,6		0,37					23,0	1,16

# 1.033 - Ovocný nápoj z čerstvého ovocia

Kategória: Nápoje

Počet porcií: 100

Druh Surovín	Veková skupina										
	MJ	A		B		C		D			
		Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
Ovocie	kg	2,5	1,5	3	1,8	3	1,8	4	2,4		
Voda	l	14	14	19	19	19	19	23	23		

Alergény:

## Hmotnosť porcie v gramoch

porcia :	150	200	200	250	
<b>Hmotnosť spolu:</b>	150	200	200	250	

## Technologický postup:

Čerstvé ovocie (melón, alebo jablká, alebo pomaranče) umyjeme, ošúpeme, nakrájame na kocky a zalejeme vodou. Necháme chvíľu postáť a podávame.

## Energetické a nutričné hodnoty jednej porcie

Skup.	Kcal	kJ	B.Živ.	B.Ras.	Tuky	Sach.	Ca	P	Fe	Vit.A	Vit.B1	Vit.B2	Vit.PP	Vit.C	Vlák.
A:	2	10	0,08	0,00	0,0	2,5	1,3		0,00					0,8	0,04
B:	3	13	0,09	0,00	0,0	3,3	1,7		0,00					0,9	0,05
C:	3	13	0,09	0,00	0,0	3,3	1,7		0,00					0,9	0,05
D:	4	17	0,10	0,00	0,0	4,1	2,1		0,00					1,3	0,06