

Spotřební normy na přípravu 1 porce pokrmu

Surovina	Množství potravin v gramech pro jednotlivé věkové			
	kategorie strávníků			
	3 - 6 r.	6 - 12 r.	12 - 15 r.	dospělí
Maso b.k./s.k.	50/70	60/80	70/90	80/100
Maso mleté	40/60/70	50/70/80	60/80/90	70/90/100
Drůbež	80	150	175	200
Kapr		80	100	120
Rybí filé	60	70	85	100
Vejce (sn.,př.)	25	50	50	
Vejce (O)	25	50	50	50
Mléko (sn.,př.,sv.)	200	250	250	
Mléko (O,V)	125	125	200	250
Tuky-polévka	3	3	4	4
Tuky-maso	4	4	7	9
Tuky-omáčky	5	6	8	8
Tuky-zelenina	5	5	6	7
Máslo (sn.)	12	15	15	
Máslo (př., sv.)	10	12	15	
Máslo (O,V)	10	15	20	25
Chléb (sn., v.)	70	100	150	200
Chléb (př., sv.)	50	60	80	
Mouky-kynutá těsta (sn.)	40	40	60	
Mouka-kynutá těsta (O,V)	60	85	100	110
Mouka-knedlíky	45	60	70	90
Mouka-polévky	4	5	6	6
Mouka-omáčky	8	10	10	12
Mouka-maso pečené	1	1	1	2
Mouka-šťáva	2	2	3	3
Mouka-zelenina	1	1	1	1
Rýže	50	65	70	85
Těstoviny, luštěniny	40	55	65	75
Brambory (hr. váha)	200	330	450	500
Br. kaše/brambory h. váha	200	300	450	500
Máslo	80	100	150	180
Brambory do polévky h. váha	50	50	55	65
Zelenina-polévky	20	20	20	25
Zelenina-zel. Polévka	40	40	45	50
Zelenina-hl. jídlo a příloha	80	100	120	140
Zelenina-saláty	50	80	90	100
Ovoce (př.,sv.,v-studená)	70	100	100	100
Ovoce (O,V teplá)	70	100	100	100
Nápoje (sn., v.)-čaj	200	250	250	250
Nápoje (O)-čaj	125	200	200	250
Nápoje (sn., v.)-kakao	250	250	250	300