Školní jídelna, MŠ“Čtyřlístek“ Kubišova 1291/7 674 01 Třebíč

**Množství pokrmů**

Informace dle §9a odst. 1 písm. c) Zákona č. 110/1997 Sb.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Pokrm | Množství pokrmu na jednu porci dle věkové kategorie | | | |
| dospělí |  | 7 let | 3-6 let |
| I. Přesnídávky, svačiny | | | | |
| **Pečivo, sladké pečivo, moučníky** |  |  | 1 ks | 1 ks |
| **Chléb, veka (krájené pečivo)** |  |  | 60 g | 50 g |
| **Pomazánky, ochucené máslo** |  |  | 30 g | 25 g |
| **Máslo, margarín** |  |  | 20 g | 17 g |
| **Zelenina, ovoce** |  |  | 70 g | 50 g |
| **Přesnídávka, puding, šlehaný tvaroh, jogurt, kaše** |  |  | 125 g / 1 ks | 125 g / 1 ks |
| **Piškoty, cereálie** |  |  | 40 g | 30 g |
| **Nápoje ke svačinám** |  |  | 200 ml | 200 ml |
|  |  |  |  |  |
| II. Polévky | | | | |
| **Polévka** | 440 ml |  | 240 ml | 220 ml |
| **Opečené pečivo, krutony do polévky** | 25 g |  | 15 g | 10 g |
|  |  |  |  |  |
| III. Hlavní jídla | | | | |
| **Hovězí maso přírodní, vařené, dušené, pečené**  **(v syrovém stavu)** | 90 g |  | 70 g | 60 g |
| **Vepřové maso přírodní, vařené, dušené, pečené** | 90 g |  | 70 g | 60 g |
| **Smažený řízek (vepřový, kuřecí, krůtí)** | 150 g |  | 80 g | 70 g |
| **Sekaná pečeně, karbanátek pečený** | 70 g |  | 60 g | 50 g |
| **Rybí filé smažené, pečené, zapečené se sýrem** | 105 g |  | 95 g | 85g |
| **Rybí prsty smažené, pečené (1 ks á 30 g)** | 4ks |  | 3ks | 2 ks |
| **Kuře pečené (stehno)** | 160 g |  | 100 g | 90 g |
| **Kuře na paprice (bez kosti)** | 170 g |  | 120 g | 70 g |
| **Květák smažený, brokolice** | 120 g |  | 80 g | 60 g |
| **Rizoto z vepřového, kuřecího masa, zeleninové** | 300 g |  | 180 g | 160 g |
| **Zapečené těstoviny, zapečené brambory** | 450 - 500 g |  | 150 - 170 g | 120 - 150 g |
| **Čočka na kyselo** | 380 g |  | 210 g | 180 g |
| **Fazolový guláš** | 380 g |  | 210 g | 180 g |
| **Vejce** | 1 ks |  | 1/2 ks | 1/2 ks |
| **Ovocný táč** | 250 g |  | 110 g | 75 g |
| **Žemlovka** | 300 g |  | 170 g | 150g |
| **Buchty plněné** | 300 g |  | 170 g | 150 g |
| **Dukátové buchtičky s krémem** | 180 g |  | 120 g | 100 g |
| **Plněné knedlíky (kynuté, tvarohové)**  - posyp  - máslo | 250g  75 g  25 g |  | 180 g  45 g  15 g | 125 g  40 g  12 g |
| **Těstoviny na sladko**  - posyp  - máslo | 300 g 45 g 25 g |  | 170g 30 g 15 g | 150 g 20 g 10 g |
| **Krupicová kaše**  - posyp  - máslo | 340 g  25 g  15 g |  | 180 g  20 g  10 g | 170 g  18 g  8 g |
| **Jogurtový knedlík** | 350 g |  | 190 g | 140 g |
| V. Přílohy | | | | |
| **Omáčka** | 175g |  | 140 g | 120 g |
| **Šťáva k masu** | 50 g |  | 30 g | 25 g |
| **Zelenina vařená, dušená** | 150 g |  | 60 g | 45 g |
| **Brambory vařené, bramborová kaše** | 300 g |  | 200 g | 100 g |
| **Rýže dušená** | 140 g |  | 80 g | 60 g |
| **Těstoviny vařené** | 300 g |  | 150 g | 130 g |
| **Knedlíky houskové** | 170 - 180 g |  | 101 - 105 g | 67 – 70 g |
| **Knedlíky bramborové** | 160 g |  | 90 g | 70 g |
| **Pečivo kusové – rohlík, pletýnka** |  |  | 25 g | 23 g |
| **Pečivo krájené – chléb, bageta, veka** |  |  | 30 g | 25 g |
| **Strouhaný sýr** | 30 g |  | 25 g | 22 g |
|  |  |  |  |  |
| VI. Saláty, nápoje | | | | |
| **Salát zeleninový, kompot** | 160 g |  | 70 g | 50 g |
| **Zeleninová obloha** | 100 – 110 g |  | 50 – 60 g | 40 – 50 g |
| **Okurek sterilovaný** | 1 ks |  | 1/2 ks | 1/2 ks |
| **Nápoj** | 250 ml |  | 200 ml | 200 ml |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |