

Množství pokrmů

dle zákona č. 110/1997 Sb., § 9a odst. 1, písm. c)

Pokrm	Množství pokrmu v gramech na jednu porci dle věkové kategorie		
	3 – 6 let	7 – 10 let	dospělí (celá porce)
I. Přesnídávky, svačiny			
Pečivo běžné, sladké, moučníky	40	56	0
Chléb, veka	50	70	0
Pomazánky, ochucené máslo	25	35	0
Máslo, Flóra, Rama, Perla	15	21	0
Ovoce, zelenina	50	70	0
Přesnídávka, pudink, jogurt, šlehaný tvaroh	100	140	0
Piškoty, cereálie	30	42	0
Nápoje ke svačinám	122 ml	170 ml	0
II. Polévky			
Polévka	150	210	300
Opečené pečivo, krutony do polévky	5	7	10
III. Hlavní jídla			
Hovězí maso přírodní, vařené, dušené, pečené	60	70	90
Vepřové maso přírodní, vařené, dušené, pečené	60	70	90
Kuřecí maso přírodní, vařené, dušené, pečené	60	70	90
Kuřecí stehno pečené	80	90	200
Kuře na paprice (bez kosti)	60	70	90
Krůtí maso přírodní, vařené, dušené, pečené	60	70	90

Mateřská škola Varnsdorf, Křížíkova 2757, příspěvková organizace

Králičí maso přírodní, vařené, dušené, pečené	60	70	90
Smažený řízek (vepřový, kuřecí, krůtí, králičí)	60	70	100
Sekaná pečeně, karbanátek pečený	50	60	80
Karbanátek smažený	50	60	80
Rybí file smažené, pečené, zapečené se sýrem	80	90	150
Rybí file, hejk, tilapie, pangas přírodní	80	90	150
Rybí file se zeleninou	100	140	200
Mořský úhoř, žralok	70	98	140
Rizoto s vepř., kuřecím masem, se zeleninou	120	196	280
Rizoto zeleninové	150	210	300
Zapečené těstoviny, zapečené brambory	175	245	350
Čočka na kyselo	150	210	300
Čočka, hrách se zeleninou	150	210	300
Fazole, cizrna se zeleninou	200	280	400
Fazolový, cizrnový guláš	175	245	350
Bramborové noky, halušky se šunkou	150	210	300
Vejce	0,5 ks	1 ks	1,5 ks
Těstovinový salát	150	210	300
IV. Sladká jídla			
Krupicová kaše	180	252	360
Ovesná kaše s ovocem	230	322	460
Žemlovka	160	224	320
	160	180	220
Buchtíčky se šodó	210	230	300
Kynuté ovocné knedlíky s tvarohem	230	250	310
Těstoviny s mákem, s perníkem	190	266	380
V. Přílohy			
Omáčka	75	105	150

Mateřská škola Varnsdorf, Křížíkova 2757, příspěvková organizace

Šťáva k masu	25	35	50
Brambory vařené, šťouchané, bramborová kaše	200	210	400
Bramborový salát	150	210	300
Rýže, kuskus, bulgur vařené, dušené	120	130	160
Jáhly, pohanka vařené, dušené	130	140	180
Těstoviny, špecle, tarhoňa vařené	110	120	150
Knedlíky houskové	90	100	120
Knedlíky, noky bramborové	160	170	260
Pečivo kusové (rohlík, houska, bageta)	40	56	80
Pečivo krájené (chléb, veka)	50	70	100
Špenát	60	84	120
Zelí vařené, dušené	60	80	120
Zelenina míchaná vařená, dušená	60	80	120
Mrkev, hrášek, fazolky vařené, dušené	60	80	120
VI. Moučníky, saláty, oblohy, nápoje			
Salát zeleninový, kompot	60	80	100
Zeleninová obloha	25	35	50
Zelenina, ovoce syrové	50	70	100
Okurka sterilovaná	25	35	50
Dresink, studená omáčka	25	35	50
Tvarohový krém, jogurt, pudink, přesnídávka	100	120	200
Nápoj (džus, mléko, čaj, voda, voda se šťávou)	120	170	240