



# Základní škola Kaplice, Školní 226

Školní 226, 382 41 Kaplice

## Množství pokrmů

Informace dle § 9 a odst. 1 písm. c) zákona č. 110/1997 Sb., zákon o potravinách a tabákových výrobcích a o změně a doplnění některých souvisejících zákonů, v platném znění

POKRM	Množství pokrmu na 1 porci dle věkové kategorie		
	7 – 10 let	11 – 14 let	15+, dospělí
<b>Polévky</b>			
Polévka	180 ml	220 ml	300 ml
Opečené pečivo, krutony do polévky	6 g	8 g	10 g
<b>Hlavní jídla</b>			
Hovězí maso přírodní, vařené, dušené, pečené	35 g	45 g	60 g
Vepřové maso přírodní, vařené, dušené, pečené	40 g	50 g	65 g
Smažený řízek (vepřový, kuřecí, krůtí)	70 g	90 g	120 g
Sekaná pečeně, karbanátek pečený	60 g	80 g	100 g
Smažený karbanátek	80 g	110 g	140 g
Guláš (maso + omáčka)	36+72 g	42+84 g	60+120 g
Rybí filé smažené, pečené, zapečené se sýrem	75 g	100 g	120 g
Rybí prsty smažené, pečené (1 ks á 30 g)	3ks	4ks	5 ks
Kuře pečené (stehno)	100 g	130 g	160 g
Kuře na paprice (bez kostí)	50 g	60 g	80 g
Květák smažený	120 g	150 g	200 g
Rizoto z vepřového, kuřecího masa, zeleninové	170 g	245 g	280 g
Zapečené těstoviny, zapečené brambory	190 g	260 g	350 g
Čočka na kyselo	180 g	210 g	250 g
Fazolový guláš, mexické fazole	190 g	260 g	350 g
Bramborový guláš	170 g	230 g	300 g
Halušky s uzeným masem	180 g	210 g	250 g
Vejce	1 ks	1,5 ks	2 ks
Párek, klobása (á 50 g)	1 ks	2 ks	2 ks
<b>Sladká jídla</b>			
Žemlovka	170 g	230 g	300 g
Buchty plněné	170 g	230 g	300 g
Dukátové buchtíčky + krém	100 + 120 g	120 + 140 g	170 + 200 g
Plněné knedlíky (kynuté, tvarohové) + posyp + máslo	180 g+45 g+15 g	220 g+60 g+20 g	250 g+75 g+25 g
Těstoviny na sladko + posyp + máslo	170 g 30 g 15 g	230 g 40 g 20 g	300 g 45 g 25 g
Krupicová kaše + posyp + máslo	180 g 20 g 10 g	250 g 22 g 12 g	340 g 25 g 15 g
<b>Přílohy</b>			
Omáčka	90 g	120 g	150 g
Štáva k masu	30 g	50 g	50 g
Zelenina vařená, dušená	90 g	120 g	150 g

Brambory vařené, bramborová kaše	150 g	200 g	250 g
Bramborový salát	200 g	250 g	300 g
Rýže dušená	100 g	140 g	160 g
Těstoviny vařené	120 g	160 g	200 g
Knedlíky houskové	100 g	140 g	160 g
Knedlíky bramborové	120 g	160 g	200 g
Pečivo kusové – rohlík, pletýnka (1 kus cca 50 g)	1 ks	2 ks	2 ks
Pečivo krájené – chléb, bageta, veka	60 g	70 g	100 g
Strouhaný sýr	10 g	13 g	15 g
<b>Moučníky, saláty, nápoje</b>			
Salát zeleninový, kompot	70 g	100 g	120 g
Zeleninová obloha	30 g	40 g	50 g
Dresing, studená omáčka	30 g	40 g	50 g
Okurek sterilovaný	1 ks	1 ks	2 ks
Tvarohový krém, jogurt, puding, ovocná přesnídávka	125 g / 1 ks	125 g / 1 ks	125 g / 1 ks
Nápoj	200 ml	200 ml	200 ml