

TÁBOROVÁ KUCHAŘSKÁ KNIHA

ČERVENEC 2018

www.pedagogika.skolni.eu

V bezplatné publikaci byla použita grafika a normování za použití programu SATURNIN – RTP, verze 1.57.15 ze dne 23.8. 2007.



Rejstřík

B

Bramborová kaše	9
Bramborové knedlíky	9
Bramborové knedlíky plněné uzeným	69
Bramborové knedlíky z přípravku	9
Bramborové šišky s máslem a mákem (kakaem)	64
Bramborový guláš	75
Bramborový placek	76
Bramborový salát	62
Brambory štouchané	8
Brambory vařené	8

C

Čaj černý se sirupem	15
Čevapčiči	52

Čočka na kyselo	74
-----------------	----

D

Dukátové buchtičky s vanilkovým krémem	67
--	----

F

Fazole na kyselo	75
Fazolové lusky na smetaně	61
Francouzské brambory	70

H

Halušky	11
Houbová omáčka	7
Houskové knedlíky kynuté	10
Houskové knedlíky s vejci	73
Houskový knedlík kupovaný	15
Hovězí guláš	46
Hovězí játra na slanině	48
Hovězí pečeně frankfurtská	44
Hovězí pečeně přírodní	43
Hovězí pečeně štěpánská	45
Hrachová kaše s cibulkou	74

CH

Chléb obložený	16
Chléb příloha	14
Chléb s domácí lučinou	16
Chléb s játrovou pomazánkou	19
Chléb s kakaovou pomazánkou	18
Chléb s kapiovou pomazánkou	18
Chléb s marmeládou	17
Chléb s rybí pomazánkou	17

Palačinky se zavařeninou	66
Paprikový lusk plněný	53
Polévka bramborová	20
Polévka česneková	30
Polévka čočková	22

Polévka fazolová	23
Polévka fazolová s párkem	28
Polévka frankfurtská	27
Polévka gulášová	26
Polévka hovězí s rýží a hráškem	30
Polévka hovězí s těstovinami	29
Polévka kapustová	29
Polévka krémová z rybího filé	32
Polévka Kulajda	24
Polévka kuřecí vývar s masem a domácími nudlemi	32
Polévka květáková	21

Polévka pórková s vejcem	24
Polévka rajská	23
Polévka rybí mléčná	33
Polévka s masovými knedlíčky	33
Polévka špenátová	25
Polévka z fazolových lusků na kyselo	27
Polévka zeleninová	21
Polévka zeleninová se strouháním	31
Polévka zelná	22

R

Rajská omáčka	5
Rizoto z vepřového masa	37
Rybí filé dušené v leču	59
Rybí filé na másle	59
Rýže dušená	12
Rýžová kaše s máslem a kakaem	65
Rýžový nákyp se švestkami	65

S

Salám smažený v těstíčku	71
Salát mrkvový s jablky	18
Salát okurkový	63
Salát okurkový se smetanou	63
Salát šopský	63
Segedínský guláš	39
Sekaná pečeně	50
Sekaný řízek přírodní	49

Chléb s šunkovou pěnou	19	Selská omeleta	73
Chléb se sýrem	16	Sýr smažený	60
Chléb se sýrovou pomazánkou	18	Špagety boloňské	70
Chléb se zeleninou	16	Špagety s vepřovým masem a rajčaty	38
Chlupaté knedlíky se zelím	62	Špenát dušený	14
Inspirace	78	Šunkové flíčky zapečené	69
K		T	
Kakao – teplý mléčný nápoj	17	Těstovinové přílohy	10
Kapusta dušená	14	Těstoviny po italsku	11
Karbenátek smažený	51	Těstoviny se zelím a vepřovou konzervou	39
Karotka dušená na másle	13	U	
Koprová omáčka	6	Utopenci s cibulí (na večer)	77
Krupicová kaše s máslem a kakaem	64	V	
Kuře na kari	54	Vaječná omeleta se sýrem	72
Kuře na paprice	56	Vánočka kupovaná	15
Kuře pečené s nádivkou	55	Vejsce míchaná na cibulce	72
Kuře pečené, grilované	54	Vejsce sázená (volské oko)	72
Kuřecí (drůbeží) játra na cibulce	58	Vepřová játra na cibulce	41
Kuřecí maso na indický způsob	56	Vepřová kýta na paprice	36
Kuřecí prsíčka smažená	58	Vepřová kýta na smetaně	40
Kuřecí rizoto jemné s žampiony	57	Vepřová pečeně s kostí	34
Květák smažený	61	Vepřové maso dušené v kapustě	36
Květákový mozeček	60	Vepřové maso dušené v mrkvi	35
L		Vepřové ražniči	42
Lečo s klobásou (se salámem)	71	Vepřové výpečky	35
Lečo s vejci (zimní)	72	Vepřové žebírko na paprice	40
M		Vepřový guláš	37
Maďarský vepřový perkelt	38	Vepřový řízek přírodní	42
Máslová omáčka základní	8	Vepřový řízek smažený	41
Melta – mléčný nápoj	17	Vývar A (z hovězích kostí)	4
Moravský vrabec	34	Vývar B (z bílých kostí)	4
N		Vývar C (z drůbeže)	5
Nakládané tvarůžky (na večer)	77	Z	
Nudle s mákem	68	Zelí hlávkové	12
O		Zelí kysané	13
Okurková omáčka	6	Zelí sterilované	13
Omáčka smetanový křen	7	Znojemský guláš	47
Zákony, vyhlášky, normy	79	Žemlovka jablková	68

Základní recepty

Název receptury : **Vývar B (z bílých kostí)**

10101

10 litrů

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
17498 g	7498 g	10000 g	189 KJ	1000 g	g	

Výrobní postup:

Pečlivě omyté a rozsekané kosti vložíme do vhodné nádoby, zalijeme vodou a uvedeme do varu. Pak osolíme, přidáme celý pepř a na čtvrtky překrájenou cibuli. Omezíme příkon tepla a kosti zvolna vaříme alespoň 2 - 3 hodiny. Potom přidáme očištěnou, opláchnutou, na čtvrtky překrájenou kořenovou zeleninou a zvolna uvaříme doměkka. Potom vývar procedíme hustým cedníkem a používáme k přípravě polévek i pokrmů ve stanoveném množství.

Poznámka:

Kořenovou zeleninu z vývaru B můžeme použít k posílení zeleninových vložek do bílých polévek.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g		
1	Kosti	S	3000	g	3000		
2	Voda	S	13500	g	13500		
3	Sůl	S	100	g	100		
4	Pepř	S	3	g	3		
5	Cibule	S	300	g	255		
6	Celer	S	250	g	200		
7	Mrkev	S	300	g	240		
8	Petržel	S	250	g	200		

Název receptury : **Vývar A (z hovězích kostí)**

10201

10 litrů

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
17755,3 g	7755,3 g	10000 g	230 KJ	1000 g	g	

Výrobní postup:

Pečlivě omyté a rozsekané kosti vložíme do vhodné nádoby, zalijeme vodou, uvedeme do varu, omezíme příkon tepla, mírně osolíme, přidáme celý pepř a cibuli a pozvolna vaříme nejméně 2 - 3 hodiny. Potom do vývaru přidáme očištěnou, opláchnutou, nahrubo nakrájenou zeleninu a uvaříme doměkka.

Hotový vývar procedíme hustým cedníkem a používáme k přípravě hnědých polévek i pokrmů ve stanoveném množství.

Poznámka:

Kořenovou zeleninu z vývaru A můžeme použít k posílení zeleninových vložek do polévky.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g		
1	Kosti	S	4600	g	4600		
2	Voda	S	12000	g	12000		
3	Sůl	S	100	g	100		
4	Pepř	S	0,3	g	0,3		
5	Zelenina kořenová	S	1000	g	800		
6	Cibule	S	300	g	255		

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
14627,5 g	4627,5 g	10000 g	211 KJ	1000 g	g	

Výrobní postup:

Pečlivě opláchnuté a očištěné suroviny z kuřat zalijeme vodou, uvedeme do varu, omezíme příkon tepla, mírně osolíme a zvolna vaříme 45 - 60 minut.

V průběhu vaření přidáme očištěnou, opláchnutou, částečně rozkrájenou zeleninu a zvolna dovaříme.

Hotový vývar procedíme hustým cedníkem a používáme podle potřeby.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Suroviny z drůbeží svaloviny	S	3000	g	2850
2	Voda	S	11000	g	11000
3	Sůl	S	50	g	50
4	Zelenina kořenová	S	750	g	600
5	Cibule	S	150	g	127,5

Název receptury : **Rajčatová omáčka**

20004

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2942,7 g	942,7 g	2000 g	892 KJ	200 g	g	

Výrobní postup:

Na horkém tuku osmahneme očištěnou, oloupanou na hrubé plátky nakrájenou cibuli a očištěnou nakrájenou zeleninu, přidáme divoké koření a rozlámanou skořici, přisypeme prosátou mouku a připravíme světlou zasmažku. Do zasmažky přimícháme rajčatový protlak, zalijeme ji prochlazeným vývarem, pečlivě rozšleháme, uvedeme do varu a za občasného prošlehání povaříme. Povařenou omáčku dochutíme solí, octem a cukrem, zjemníme máslem, přecedíme a dobře provaříme.

Omáčku připravujeme k vařenému hovězímu nebo vepřovému masu.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Tuk	S	80	g	80
2	Cibule	S	125	g	106
3	Mrkev	S	125	g	100
4	Celer	S	60	g	48
5	Petržel	S	60	g	48
6	Pepř	S	2	g	2
7	Nové koření	S	1,5	g	1,5
8	Bobkový list	S	1	g	1
9	Skořice celá	S	1,2	g	1,2
10	Mouka hladká	S	120	g	120
11	Rajčatový protlak	S	200	g	200
12	Vývar B - receptura č. 10101	S	2000	g	2000
13	Sůl	S	30	g	30
14	Ocet	S	35	g	35
15	Cukr	S	100	g	100
16	Máslo	S	70	g	70

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2230 g	605 g	1625 g	1164 KJ	162,5 g	0 g	

Výrobní postup:

Do horkého tuku nasypeme prosátou hladkou mouku a připravíme světlou zasmažku. Zasmažku zalijeme chladným vývarem a mlékem, pečlivě rozšleháme, mírně osolíme, uvedeme do varu a za občasného prošlehávání vaříme velmi zvolna nejméně půl hodiny. Pak omáčku zjemníme smetanou, velmi krátce provaříme, mírně okyselíme částí převařeného octa, přisladíme cukrem, znovu krátce povaříme a procedíme hustým cedníkem. Kopr přebereme, opláchneme, jemně nakrájíme a přelitý zbylou částí horkého octa dáme do procezené omáčky. Nakonec do omáčky přidáme syrové máslo na zjemnění a krátce povaříme.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Tuk	S	100	g	100
2	Mouka hladká	S	150	g	150
3	Vývar B - receptura č. 10101	S	500	g	500
4	Mléko	S	800	g	800
5	Sůl	S	30	g	30
6	Smetana	S	200	g	200
7	Ocet	S	100	g	100
8	Cukr	S	100	g	100
9	Kopr čerstvý	S	100	g	75
10	(nebo kopr nakládaný)	S	125	g	125
11	Máslo	S	50	g	50

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2363,5 g	863,5 g	1500 g	883 KJ	150 g	g	

Výrobní postup:

Na části tuku zpěníme očištěnou, jemně nakrájenou cibuli, přidáme drcené nové koření, přisypeme prosátou mouku a připravíme zlatavou zasmažku. Zalijeme ji prochlazeným vývarem a částí mléka, dobře rozmícháme, osolíme a dobře provaříme. Před koncem varu přidáme zbylé mléko a smetanu, omáčku přisladíme, podle chuti okyselíme převařeným octem a přecedíme. Kyselé okurky oloupeme, nakrájíme na drobné kostky a podusíme na zbývajících čtvrtině tuku, vložíme i s tukem do omáčky a zamícháme. Omáčku zjemníme máslem, dochutíme solí a povaříme. Omáčku připravujeme na vařené hovězí maso nebo vařená vejce.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Tuk	S	80	g	80
2	Máslo	S	50	g	50
3	Cibule	S	150	g	128
4	Mouka hladká	S	100	g	100
5	Nové koření	S	0,5	g	0,5
6	Vývar B - receptura č. 10101	S	1000	g	1000
7	Mléko	S	500	g	500
8	Smetana	S	200	g	200
9	Cukr	S	30	g	30
10	Ocet	S	30	g	30
11	Okurky sterilované bez nálevu	S	250	g	225
12	Sůl	S	20	g	20

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2467,4 g	467,4 g	2000 g	833 KJ	200 g	g	

Výrobní postup:

Sušené houby propláchneme, zalijeme trochou vývaru B a uvaříme je doměkka (vývar z hub použijeme do omáčky). Na horkém tuku zpěníme jemně nakrájenou, očištěnou cibuli, přidáme drcený kmín a celý pepř, prosátou hladkou mouku a připravíme růžovou zasmažku. Zasmažku zalijeme prochlazeným vývarem, dobře rozšleháme a provaříme. Povařenou omáčku podle potřeby dochutíme solí, přecedíme a zjemníme mlékem a smetanou. Uvařené houby nakrájíme na drobnější kousky, přidáme do omáčky a dobře provaříme. Omáčku připravujeme na hovězí, telecí nebo vepřové maso.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Houby sušené	S	25	g	25
2	Vývar B - receptura č. 10101	S	1500	g	1500
3	Tuk	S	120	g	120
4	Cibule	S	200	g	170
5	Kmín drcený	S	1,2	g	1,2
6	Pepř	S	1,2	g	1,2
7	Mouka hladká	S	120	g	120
8	Sůl	S	30	g	30
9	Mléko	S	300	g	300
10	Smetana	S	200	g	200

Název receptury : **Omáčka smetanový křen**

20011

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2529 g	529 g	2000 g	1192 KJ	200 g	g	

Výrobní postup:

Z tuku, prosáté mouky a mletého květu připravíme světlou zasmažku, zalijeme prochlazeným vývarem a mlékem, dobře rozšleháme, osolíme a necháme zvolna vařit. Před koncem varu přidáme smetanu a provaříme. Omáčku podle chuti osolíme, osladíme a přidáme jemně nastrohaný křen, máslo a dobře provaříme.

Omáčku připravujeme na vařené hovězí nebo vepřové maso a na ztracená vejce. (Příliš ostrý křen je vhodné spařit vařící vodou.)

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Tuk	S	80	g	80
2	Mouka hladká	S	120	g	120
3	Květ mletý	S	1	g	1
4	Vývar B - receptura č. 10101	S	500	g	500
5	Mléko	S	1200	g	1200
6	Sůl	S	30	g	30
7	Smetana	S	30	g	300
8	Cukr	S	40	g	40
9	Křen	S	250	g	188
10	Máslo	S	70	g	70

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
840 g	90 g	750 g	335 KJ	75 g	g	

Výrobní postup:

Z rozpuštěného másla a prosáté mouky připravíme světlou zasmažku, zalijeme vlažným, nemastným vývarem, dobře rozmícháme a důkladně provaříme. Po provaření procedíme přes hustý cedník.

Omáčku používáme jako základní pro přípravu dalších omáček k doplnění různých steaků, kuřecích, krůtích a rybích pokrmů.

Do základní omáčky přidáním určitých druhů koření, bylinek, ovocných protlaků, sýrů získáme výrobek k doplnění výše jmenovaných pokrmů.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Máslo	S	40	g	40
2	Mouka hladká	S	50	g	50
3	Vývar B - receptura č. 10101	S	750	g	750

Název receptury : **Brambory vařené**

21001

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2140,5 g	140,5 g	2000 g	692 KJ	200 g	g	

Výrobní postup:

Propláchnuté brambory překrájíme podle velikosti na půlky, čtvrtky nebo osminky, zalijeme vlažnou vodou, přidáme sůl a kmín a uvaříme doměkka.

Scezené brambory při expedici sypeme opláchnutou jemně nakrájenou petrželovou natí nebo pažitkou. (Brambory vaříme v menších dávkách, podle potřeby expedice dovaříme další dávky, aby byly stále čerstvé.)

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Brambory loupané	S	2100	g	2100
2	- nové brambory škrabané	S		g	
3	- nebo loupané	S		g	
4	Voda	S		g	
5	Sůl	S	30	g	30
6	Kmín	S	3	g	3
7	Petrželová nať	S	10	g	7,5

Název receptury : **Brambory pečené na cibulce (šťouchané)**

21004

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2256 g	256 g	2000 g	1071 KJ	200 g	g	

Výrobní postup:

Propláchnuté brambory překrájíme podle velikosti na menší kousky, zalijeme vlažnou vodou, přidáme sůl a kmín a uvaříme doměkka.

Scezené brambory rozšťoucháme.

Jemně nakrájenou cibuli osmahneme na pánvi dorůžova na tuku. Na osmaženou cibuli vložíme rozšťouchané brambory, rozetřeme po celé ploše a krátce zapečeme v troubě. Opečené brambory vykrajujeme lžící do tvaru noků.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Brambory loupané	S	2000	g	2000
2	Sůl	S	30	g	30
3	Kmín	S	4	g	4
4	Cibule	S	120	g	102
5	Tuk	S	120	g	120

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2130 g	130 g	2000 g	624 KJ	200 g	g	

Výrobní postup:

Propláchnuté brambory překrájíme, zalijeme vlažnou vodou a uvaříme doměkka.

Scezené brambory prolisujeme nebo rozšleháme a za postupného přilévání vařícího mléka vyšleháme na hladkou kaši a mírně osolíme.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Brambory loupané	S	1600	g	1600
2	Voda	S		g	
3	Sůl	S	30	g	30
4	Mléko	S	500	g	500

Název receptury : **Bramborové knedlíky**

21014

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2060 g	60 g	2000 g	1245 KJ	200 g	g	

Výrobní postup:

Brambory umeleme, zamícháme s rozšlehaným vejcem, prosátou moukou, krupicí a trochou soli a zpracujeme v tužší těsto.

Těsto rozvážíme na díly, vyválíme knedlíkové šišky, které vkládáme do vařící vody a zvolna uvaříme. Po zavaření knedlíky opatrně nadzvedneme, aby se nepřichytily ke dnu.

(Knedlíkové šišky o průměru asi 5 cm a délce 20 cm vaříme 20 - 25 minut.)

Uvařené knedlíky vyjmeme (případně dáme do studené vody, aby na povrchu rychleji ztuhly) a nakrájíme na plátky.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Brambory vařené	S	1500	g	1500
2	- ve slupce, oloup. a vychladl	S		g	
3	Vejce	S	40	g	40
4	Mouka hrubá	S	250	g	250
5	Krupice	S	250	g	250
6	Sůl	S	20	g	20
7	Voda	S		g	

Název receptury : **Bramborové knedlíky (z bramb. přípravku)**

21016

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2140 g	140 g	2000 g	1603 KJ	200 g	g	

Výrobní postup:

Bramborový přípravek promícháme s vodou a rozmíchaným vejcem, necháme krátce odležet a zpracujeme v tužší těsto. Další postup je obdobný jako při přípravě bramborových knedlíků - receptura č. 21014.

Poznámka:

Knedlíky mastíme obdobně jako brambory vařené nebo bramborovou kaši (viz zmíněné receptury).

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Bramborový přípravek	S	1000	g	1000
2	(bramborové knedlíky pro	S		g	
3	- velkospotřebitele)	S		g	
4	Voda	S	1100	g	1100
5	Vejce	S	40	g	40

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
1710 g	110 g	1600 g	1720 KJ	160 g	g	/1 plátek - 40 g/

Výrobní postup:

Z trochy vlažného mléka, droždí a mouky připravíme řidší kvásek, který necháme vykynout.

Mouku prosijeme (trochu si dáme stranou na vyválení knedlíků), přidáme sůl, žloutek rozmíchaný s trochou mléka, vlažné mléko a kvásek a zpracujeme v těsto, do kterého zamícháme na kostičky nakrájenou žemli.

Hotové těsto necháme vykynout, rozkrájíme na díly, rozválíme na podlouhlé šišky o délce asi 20 cm a vkládáme je do vařící mírně osolené vody a vaříme 20 - 25 minut. Během varu knedlíky obracíme.

Uvařené knedlíky vyjmeme, propíchneme vidličkou (aby vprchala pára a nesrazily se) a ihned nakrájíme na plátky.

Poznámka:

Knedlíky podáváme jako přílohu nemaštěné nebo podle druhu pokrmu maštěné rozpuštěným máslem nebo sádlem a v nezbytných dávkách, s přihlédnutím k požadavkům racionální výživy (5 g rozpuštěného másla nebo sádla na 1 porci).

Na přání hosta nebo podle jídelního lístku můžeme podávat knedlíky jako přílohu o libovolné hmotnosti, jako kupříkladu 2 plátky, 3 plátky apod.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Mléko	S	620	g	620
2	Droždí	S	20	g	20
3	Mouka hrubá	S	850	g	850
4	Sůl	S	20	g	20
5	Žloutek	S	20	g	20
6	Žemle	S	180	g	180

Název receptury : **Těstovinové přílohy**

21027

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2040 g	40 g	2000 g	1526 KJ	200 g	g	

Výrobní postup:

Těstoviny uvařené obvyklým způsobem v mírně osolené vodě, scedíme, propláchneme a okapané promastíme tukem.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Těstoviny	S	800	g	1920
2	(široké nudle, špagety,	S		g	
3	- makarony atp.)	S		g	
4	Sůl	S	20	g	20
5	Máslo	S	100	g	100

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2105 g	105 g	2000 g	1481 KJ	200 g	g	

Výrobní postup:

Těstoviny uvaříme obvyklým způsobem, scedíme, propláchneme a necháme okapat. Na másle osmažíme dorůžova jemně nakrájenou cibuli, přidáme nastrouhaný česnek, rajčatový protlak a pepř, krátce podusíme a promícháme s těstovinami.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Těstoviny	S	700	g	1680
2	- široké nudle, špagety,	S		g	
3	- makarony atp.)	S		g	
4	Sůl	S	20	g	20
5	Máslo	S	100	g	100
6	Cibule	S	100	g	85
7	Česnek	S	20	g	18
8	Rajčatový protlak	S	200	g	200
9	Pepř mletý	S	2	g	2

Název receptury : **Halušky**

21039

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2030 g	30 g	2000 g	1950 KJ	200 g	g	

Výrobní postup:

Mouku prosijeme spolu s kypřícím práškem, přilijeme rozšlehaná vejce s mlékem a vodou, mírně osolíme a promícháme, až vznikne těsto.

Těsto zavaříme - protlačujeme přes děrované síto do vařící vody. Halušky promícháme, vyjmeme, propláchneme a odkapané promastíme rozpuštěným sádlem.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Mouka hrubá	S	1000	g	1000
2	Kypřící prášek	S	10	g	10
3	Vejce	S	80	g	80
4	Mléko	S	320	g	320
5	Voda	S	500	g	500
6	Sůl	S	20	g	20
7	Sádlo škvařené	S	100	g	100

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2541 g	541 g	2000 g	1673 KJ	200 g	g	

Výrobní postup:

Přebranou rýži několikrát propláchneme studenou vodou, potom ji spaříme, znovu propláchneme a necháme okapat. Ve vhodné nádobě rozpustíme tuk, přisypeme okapanou rýži a lehce ji osmahneme. Zalijeme horkou vodou, mírně osolíme, vložíme cibuli s napíchaným hřebíčkem, zvolna zavaříme, přikryjeme poklicí a dusíme doměkka. Z udušené rýže odstraníme cibuli s hřebíčkem a lehce ji promícháme vidličkou.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Rýže	S	900	g	900
2	Tuk	S	100	g	100
3	Voda	S	1350	g	1350
4	Sůl	S	20	g	20
5	Cibule	S	200	g	170
6	Hřebíček	S	1	g	1

Název receptury : **Zelí hlávkové bílé (červené)**

21053

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2156 g	656 g	1500 g	609 KJ	150 g	g	

Výrobní postup:

Očištěné zelí rozkrojíme, vyřízneme košťály a zelí nakrájíme nebo nakrouháme na nudličky. Zelí krátce spaříme, scedíme, zalijeme trochou vody a dusíme za občasného promíchání do poloměkka. Jemně nakrájenou cibuli osmahneme na tuku dorůžova, přidáme kmín, zaprášíme prosátou moukou a po mírném osmahnutí ji zamícháme do zelí, které za občasného promíchání dodusíme téměř doměkka. Ke konci dušení zelí dochutíme cukrem, octem a solí a znovu krátce podusíme.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Zelí hlávkové	S	1800	g	1440
2	Voda pitná na podušení zelí	S	300	g	300
3	Cibule	S	150	g	128
4	Tuk	S	75	g	75
5	Kmín	S	3	g	3
6	Mouka hladká	S	30	g	30
7	Cukr	S	75	g	75
8	Ocet	S	75	g	75
9	Sůl	S	30	g	30

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2050,5 g	550,5 g	1500 g	714 KJ	150 g	g	

Výrobní postup:

Zelí zalijeme dávkou vařící vody, přidáme kmín a za občasného promíchání dusíme do poloměkka. Jemně nakrájenou cibuli osmahneme na tuku dorůžova, zaprášíme prosátou moukou a po mírném osmahnutí ji zamícháme do zelí, které za občasného promíchání dodusíme téměř doměkka. Ke konci dušení zelí přisladíme a podle potřeby přisolíme.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Zelí kysané	S	1350	g	1350
2	Voda	S	300	g	300
3	Kmín	S	3	g	3
4	Cibule	S	150	g	127,5
5	Tuk	S	75	g	75
6	Mouka hladká	S	30	g	30
7	Cukr	S	150	g	150
8	Sůl	S	15	g	15

Název receptury : **Zelí hlávkové bílé (červené) sterilované** 21055

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2002,5 g	502,5 g	1500 g	609 KJ	150 g	g	

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Zelí sterilované	S	1200	g	1200
2	(červené) bez nálevu	S		g	
3	Voda	S	450	g	450
4	Cibule	S	150	g	127,5
5	Tuk	S	75	g	75
6	Mouka hladká	S	30	g	30
7	Cukr	S	75	g	75
8	Sůl	S	15	g	15
9	Ocet	S	30	g	30

Název receptury : **Karotka dušená na másle**

21059

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2340 g	340 g	2000 g	865 KJ	200 g	g	

Výrobní postup:

Očištěnou, opláchnutou mrkev nakrájíme na úhledné kostičky, drobnější hranolky, suky nebo jiné tvary, zalijeme trochou teplé vody, přidáme polovinu dávky másla, trochu soli a rychleji udusíme pod pokličkou doměkka. Hotový pokrm nakonec zjemníme přidáním zbylé poloviny dávky másla. (Dávku másla v syrovém stavu můžeme položit navrch pokrmu při podávání.)

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Mrkev	S	2400	g	1920
2	Voda	S	200	g	200
3	Máslo	S	200	g	200
4	Sůl	S	20	g	20

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2375,5 g	375,5 g	2000 g	1016 KJ	200 g	g	

Výrobní postup:

Jemně nakrájenou cibuli osmažíme na tuku dorůžova, zasypeme prosátou moukou, osmahneme, zastříkneme vývarem a pečlivě rozmícháme.

Do rozmíchané zasmažky s cibulí vložíme na menší kusy nakrájený zmrazený špenát a za občasného zamíchání jej zcela rozpustíme. Potom přidáme česnek třený se solí, mletý pepř a krátce znovu povaříme.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Špenát mražený	S	1700	g	1700
2	Cibule	S	160	g	136
3	Tuk	S	200	g	200
4	Mouka hladká	S	40	g	40
5	Vývar B - receptura č. 10101	S	250	g	250
6	Česnek	S	20	g	18
7	Pepř mletý	S	1,5	g	1,5
8	Sůl	S	30	g	30

Název receptury : **Kapusta dušená**

21086

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2319,5 g	319,5 g	2000 g	896 KJ	200 g	g	

Výrobní postup:

Očištěnou kapustu opláchneme, rozřízneme, vykrojíme košťál, nakrájíme na hrubší nudle, čtverečky nebo kousky, krátce ovaříme v mírně osolené vodě a scedíme.

Jemně nakrájenou cibuli osmahneme na sádle do světle nazlátlé barvy, vložíme ovařenou kapustu, mírně osolíme a opepříme a za občasného promíchání udusíme doměkka.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Kapusta	S	2500	g	2000
2	Sůl	S	40	g	40
3	Voda pitná na ovaření	S		g	
4	- podle potřeby	S		g	
5	Cibule	S	150	g	127,5
6	Sádlo škvařené	S	150	g	150
7	Pepř mletý	S	2	g	2

Název receptury : **Chléb příloha**

30002

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
500 g	g	500 g	KJ	50 g	g	

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Chléb	S	500	kg	500

Čistá váha 3090 g Ztráty celkem g Hmotnost výrobku 3090 g Energet.hodn. KJ Hmotnost 1 porce 309 g Z toho masa g včetně g

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g		
1	Čaj černý sypaný	S	10	g	10		
2	Voda	S	3000	kg	3000		
3	Sirup ovocný	S	20	kg	20		
4	Cukr	S	50	kg	50		
5	Citronová šťáva	S	10	g	10		

Název receptury : **Knedlík kupovaný**

30008

10 porcí

Čistá váha 2000 g Ztráty celkem g Hmotnost výrobku 2000 g Energet.hodn. KJ Hmotnost 1 porce 200 g Z toho masa g včetně g

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g		
1	Knedlík houskový	S	2000	g	2000		

Název receptury : **Vánočka kupovaná**

30013

10 porcí

Čistá váha 1800 g Ztráty celkem g Hmotnost výrobku 1800 g Energet.hodn. KJ Hmotnost 1 porce 180 g Z toho masa g včetně g

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g		
1	Vánočka	S	1800	g	1800		

Snídaně, svačiny a studené večeře

Název receptury : **Chléb s domácí lučinou**

30000

10 porcí

Čistá váha 1710 g Ztráty celkem g Hmotnost výrobku 1710 g Energet.hodn. KJ Hmotnost 1 porce 171 g Z toho masa g včetně

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Chléb	S	1000	kg	1000
2	Jogurt	S	400	kg	400
3	Smetana	S	150	kg	150
4	Margarin	S	100	g	100
5	Sůl	S	10	g	10
6	Pazitka	S	50	g	50

Název receptury : **Obložený chléb**

30004

10 porcí

Čistá váha 2000 g Ztráty celkem g Hmotnost výrobku 2000 g Energet.hodn. KJ Hmotnost 1 porce 200 g Z toho masa g včetně

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Chléb	S	1000	kg	1000
2	Margarin	S	150	kg	150
3	Salám polosuchý	S	350	g	350
4	Sýr tvrdý	S	300	kg	300
5	Rajčata	S	100	g	100
6	Paprika	S	100	kg	100

Název receptury : **Chléb s tvrdým sýrem**

30005

10 porcí

Čistá váha 1550 g Ztráty celkem g Hmotnost výrobku 1550 g Energet.hodn. KJ Hmotnost 1 porce 155 g Z toho masa g včetně

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Chléb	S	1000	kg	1000
2	Margarin	S	150	g	150
3	Sýr tvrdý	S	350	g	350
4	Cibulka jarní	S	50	kg	50

Název receptury : **Chléb se zeleninou**

30006

10 porcí

Čistá váha 1355 g Ztráty celkem g Hmotnost výrobku 1355 g Energet.hodn. KJ Hmotnost 1 porce 135,5 g Z toho masa g včetně

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Chléb	S	1000	kg	1000
2	Margarin	S	150	g	150
3	Rajčata	S	100	g	100
4	Paprika	S	100	kg	100
5	Sůl	S	5	g	5

Název receptury : **Melta - mléčný nápoj****30009****10 porcí**

Čistá váha 3190 g Ztráty celkem g Hmotnost výrobku 3190 g Energet.hodn. KJ Hmotnost 1 porce 319 g Z toho masa g včetně

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Melta sypaná	S	70	g	70
2	Mléko	S	2500	kg	2500
3	Voda	S	500	kg	500
4	Cukr	S	120	kg	120

Název receptury : **Chléb s rybí pomazánkou****30010****10 porcí**

Čistá váha 1642 g Ztráty celkem g Hmotnost výrobku 1642 g Energet.hodn. KJ Hmotnost 1 porce 164,2 g Z toho masa g včetně

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Chléb	S	1000	kg	1000
2	Rybí konzerva bez tekutin	S	400	kg	400
3	Margarin	S	100	g	100
4	Cibule	S	60	kg	60
5	Sůl	S	10	g	10
6	Citronová šťáva	S	10	kg	10
7	Pepr mletý	S	2	g	2
8	Horcice plnotučná	S	60	g	60

Název receptury : **Kakao teplý nápoj****30011****10 porcí**

Čistá váha 3140 g Ztráty celkem g Hmotnost výrobku 3140 g Energet.hodn. KJ Hmotnost 1 porce 314 g Z toho masa g včetně

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Kakao	S	40	kg	40
2	Mléko	S	2800	kg	2800
3	Voda	S	200	kg	200
4	Cukr	S	100	kg	100

Název receptury : **Chléb s marmeládou****30015****10 porcí**

Čistá váha 1450 g Ztráty celkem g Hmotnost výrobku 1450 g Energet.hodn. KJ Hmotnost 1 porce 145 g Z toho masa g včetně

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Chléb	S	1000	kg	1000
2	Margarin	S	100	g	100
3	Marmeláda	S	350	kg	350

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Chléb	S	1000	kg	1000
2	Margarin	S	100	g	100
3	Tavený sýr	S	300	g	300
4	Česnek	S	30	g	30
5	Sul	S	10	g	10
6	Pepr	S	2	g	2

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Chléb	S	1000	kg	1000
2	Tvaroh mekký	S	400	g	400
3	Margarin	S	100	g	100
4	Sul	S	10	g	10
5	Kapie	S	30	kg	30

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Chléb	S	1000	kg	1000
2	Nutella	S	350	kg	350
3	Margarin	S	50	g	50

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Mrkev	S	2000	kg	2000
2	Jablka	S	500	kg	500
3	Cukr	S	100	kg	100
4	Citron	S	20	kg	20
5	Voda	S	100	kg	100

Čistá váha 1632 g Ztráty celkem g Hmotnost výrobku 1632 g Energet.hodn. KJ Hmotnost 1 porce 163,2 g Z toho masa g včetně

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Chléb	S	1000	kg	1000
2	Margarin	S	100	g	100
3	Cibule	S	60	kg	60
4	Sul	S	10	g	10
5	Pepr mletý	S	2	kg	2
6	Horcice plnotučná	S	60	kg	60
7	Játrový sýr	S	400	g	400

Název receptury : **Chléb s šunkovou pěnou**

30035

10 porcí

Čistá váha 2332 g Ztráty celkem g Hmotnost výrobku 2332 g Energet.hodn. KJ Hmotnost 1 porce 233,2 g Z toho masa g včetně

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Chléb	S	1000	kg	1000
2	Šunka	S	775	kg	775
3	Máslo	S	200	kg	200
4	Paprika mletá	S	25	kg	25
5	Sul	S	5	g	5
6	Pepr mletý	S	2	kg	2
7	Smetana	S	325	kg	325

Polévky

Název receptury : **Bramborová polévka**

10103

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3994,5 g	694,5 g	3300 g	782 KJ	330 g	0 g	vložky

Výrobní postup:

Jemně nakrájenou cibuli osmahneme na tuku dorůžova, zasypeme prosátou moukou a připravíme světlou zasmažku. Za neustálého prošlehávání metlou ji zalijeme vlažnou vodou, uvedeme do varu a pozvolna vaříme aspoň 10 minut.

Do částečně považené polévky přidáme očištěnou, na nudličky nebo kostičky nakrájenou částečně vařenou zeleninu, mletý pepř, kmín, majoránku a část dávky soli a za občasného promíchání uvaříme téměř doměkka.

Oloupané, na menší kostky nakrájené brambory vaříme zvlášť v mírně osolené vodě do poloměkka, pak je přidáme do polévky spolu s třeným česnekem a dovaříme je.

Uvařenou polévku dochutíme polévkovým kořením a důkladně provaříme.

Propláchnutou, jemně nakrájenou petrželovou nať nebo pažitku vkládáme do polévky při expedici.

Vhodné přílohy:

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g		
1	Cibule	S	90	g	76,5		
2	Tuk	S	100	g	100		
3	Mouka hladká	S	120	g	120		
4	Voda	S	2800	g	2800		
6	Celer	S	60	g	48		
7	Mrkev	S	80	g	64		
8	Petržel	S	60	g	48		
9	Kapusta	S	80	g	64		
10	Pepř mletý	S	1	g	1		
11	Kmín	S	1	g	1		
12	Majoránka	S	1	g	1		
13	Brambory loupané	S	600	g	600		
14	Sůl	S	30	g	30		
15	Česnek	S	15	g	13,5		
16	Polévkové koření	S	20	g	20		
17	Petrželová nať	S	10	g	7,5		

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3908,5 g	608,5 g	3300 g	747 KJ	330 g	g	100 g kvěťáku

Výrobní postup:

Pečlivě opláchnutý kvěťák rozebereme na menší růžičky, zalijeme vodou, osolíme a uvaříme (nikoli zcela doměkka, růžičky musejí zůstat celistvé).

Z tuku a prosáté mouky připravíme světlou zasmažku, přidáme mletý kvěť, za neustálého prošlehávání metlou ji zalijeme vlažnou vodou a vývarem z kvěťáku. Uvedeme do varu a zvolna vaříme za občasného prošlehávání nejméně 20 minut. Ke konci varu přidáme mléko, polévku krátce povaříme, procedíme hustým cedníkem, dochutíme polévkovým kořením, důkladně povaříme a vložíme do ní uvažený kvěťák.

Propláchnutou, jemně nakrájenou petrželovou nať nebo pažitku vkládáme do polévky při expedici.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Kvěťák	S	1000	g	1000
2	Voda pitná na uvaření kvěťáku	S	600	g	600
3	Sůl	S	30	g	30
4	Tuk	S	100	g	100
5	Mouka hladká	S	150	g	150
6	Kvěť mletý	S	1	g	1
7	Voda	S	1500	g	1500
8	Mléko	S	500	g	500
9	Polévkové koření	S	20	g	20
10	Petrželová nať	S	10	g	7,5

Název receptury : **Zeleninová polévka**

10107

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3794,5 g	494,5 g	3300 g	762 KJ	330 g	g	vložky

Výrobní postup:

Pečlivě očištěnou a opláchnutou kořenovou zeleninu nakrájíme na drobnější kostičky, zalijeme vodou, osolíme a uvaříme téměř doměkka.

Z tuku a prosáté mouky připravíme světlou zasmažku, přidáme mletý kvěť, za neustálého prošlehávání metlou ji zalijeme vlažnou vodou a vývarem ze zeleniny, uvedeme do varu a zvolna vaříme za občasného prošlehávání nejméně 20 minut.

Ke konci varu přidáme mléko, polévku krátce povaříme a procedíme hustým cedníkem.

Do procezené polévky přidáme hrášek a uvaženou zeleninu, znovu ji krátce povaříme a dochutíme polévkovým kořením a ještě povaříme.

Propláchnutou, jemně nakrájenou petrželovou nať nebo pažitku vkládáme do polévky při expedici.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Celer	S	150	g	120
2	Mrkev	S	150	g	120
3	Petržel	S	120	g	96
4	Voda pitná na uvaření zeleniny	S	500	g	500
5	Sůl	S	30	g	30
6	Tuk	S	100	g	100
7	Mouka hladká	S	150	g	150
8	Kvěť mletý	S	1	g	1
9	Voda	S	2000	g	2000
10	Mléko	S	500	g	500
11	Hrášek sterilovaný bez nálevu	S	150	g	150
12	Polévkové koření	S	20	g	20
13	Petrželová nať	S	10	g	7,5

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3573,6 g	273,6 g	3300 g	814 KJ	330 g	g	

Výrobní postup:

Přebranou čočku pečlivě propláchneme, zalijeme dostatečným množstvím vody, uvedeme do varu a zvolna vaříme téměř doměkka. Během vaření podle potřeby doléváme horkou vodou.

Na tuku osmahneme dorůžova jemně nakrájenou cibuli, zasypeme ji prosátou moukou a připravíme světlou zasmažku.

Za neustálého prošlehávání zasmažku zalijeme vlažnou vodou, uvedeme do varu, přidáme drcenou majoránku, pepř a česnek utřený se solí a zvolna vaříme za občasného prošlehávání alespoň 20 minut. Do základní polévky s kořením a česnekem přidáme uvařenou čočku a znovu krátce povaříme.

Hotovou polévku dochutíme polévkovým kořením a ještě důkladně povaříme.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Čočka	S	200	g	500
2	Voda	S		g	
3	Tuk	S	100	g	100
4	Cibule	S	100	g	85
5	Mouka hladká	S	120	g	120
6	Voda	S	2700	g	2700
7	Majoránka	S	0,3	g	0,3
8	Pepř mletý	S	0,3	g	0,3
9	Česnek	S	20	g	18
10	Sůl	S	30	g	30
11	Polévkové koření	S	20	g	20

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3708,5 g	408,5 g	3300 g	833 KJ	330 g	g	

Výrobní postup:

Kysané zelí překrájíme, podle potřeby propláchneme vodou, zalijeme částí vody a uvaříme do poloměkka.

Opláchnuté brambory nakrájíme na menší kostky, zalijeme zbylou vodou, přidáme kmín a také uvaříme do poloměkka.

Z tuku a prosáté mouky připravíme světlou zasmažku, zamícháme ji do předvařeného zelí a zvolna společně vaříme nejméně 20 minut. Potom přidáme předvařené brambory, uvaříme je doměkka, přidáme mléko a polévku ještě krátce povaříme.

Hotovou polévku podle potřeby dochutíme solí a povaříme.

Propláchnutou, jemně nakrájenou petrželovou nať nebo pažitku vkládáme do polévky při expedici.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Zelí kysané	S	750	g	750
2	Voda	S	1800	g	1800
3	Brambory loupané	S	400	g	400
4	Kmín	S	1	g	1
5	Tuk	S	100	g	100
6	Mouka hladká	S	120	g	120
7	Mléko	S	500	g	500
8	Sůl	S	30	g	30
9	Petrželová nať	S	10	g	7,5

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3656,5 g	356,5 g	3300 g	998 KJ	330 g	g	

Výrobní postup:

Přebrané fazole několikrát pečlivě propláchneme, zalijeme vodou a necháme máčet, aby dobře nabobtnaly. Nabobtnalé fazole v téže vodě uvaříme téměř doměkka, podle potřeby v průběhu vaření doléváme vařící vodu.

Na tuku osmahneme dorůžova jemně nakrájenou cibuli, zasypeme ji prosátou moukou a připravíme světlou zasmažku. Za neustálého prošlehávání metlou zasmažku zalijeme vlažnou vodou a odvarem z fazolí, přidáme mletý pepř, česnek utřený se solí, uvedeme do varu a za občasného prošlehávání zvolna vaříme nejméně 20 minut.

Polévku procedíme, vložíme do ní uvařené fazole a znovu velmi krátce povaříme. Hotovou polévku dochutíme polévkovým kořením a ještě důkladně provaříme.

Propláchnutou, jemně nakrájenou petrželovou nať nebo pažitku vkládáme do polévky při expedici.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Fazole bílé	S	300	g	750
2	Voda	S		g	
3	Tuk	S	100	g	100
4	Cibule	S	100	g	85
5	Mouka hladká	S	150	g	150
6	Voda	S	2500	g	2500
7	Pepř mletý	S	0,5	g	0,5
8	Česnek	S	15	g	13,5
9	Sůl	S	30	g	30
10	Polévkové koření	S	20	g	20
11	Petrželová nať	S	10	g	7,5

Název receptury : **Rajčatová polévka****10118****10 porcí**

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3637,7 g	337,7 g	3300 g	1037 KJ	330 g	g	vložky

Výrobní postup:

Z tuku a prosáté mouky připravíme světlou zasmažku, za neustálého prošlehávání metlou ji zalijeme vlažným vývarem, uvedeme do varu, přidáme bobkový list a zvolna vaříme za občasného prošlehání nejméně 10 minut.

Potom přidáme rajčatový protlak a vaříme dalších 10 minut. Před dovařením polévku přisladíme. Po procezení přidáme do polévky uvařenou a propláchnutou rýži, osolíme a znovu ji krátce povaříme. Nakonec polévku dochutíme polévkovým kořením a ještě důkladně provaříme.

Propláchnutou, jemně nakrájenou petrželovou nať nebo pažitku vkládáme do polévky při expedici.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Tuk	S	100	g	100
2	Mouka hladká	S	150	g	150
3	Vývar B - receptura č. 10101	S	2700	g	2700
4	Bobkový list	S	0,2	g	0,2
5	Rajčatový protlak	S	300	g	300
6	Cukr	S	50	g	50
7	Rýže	S	150	g	300
8	Voda	S		g	
9	Sůl	S	10	g	10
10	Polévkové koření	S	20	g	20
11	Petrželová nať	S	10	g	7,5

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3862,5 g	562,5 g	3300 g	771 KJ	330 g	g	

Výrobní postup:

Opláchnutý, drobněji nakrájený pórek zalijeme třetinou dávky vody, mírně osolíme a uvaříme doměkka. Z tuku a prosáté mouky připravíme světlou zasmažku, za neustálého prošlehávání metlou ji zalijeme dávkou vody, uvedeme do varu. Přidáme mletý pepř a odvar z póru a zvolna vaříme za občasného prošlehání nejméně 20 minut. Ke konci varu přidáme mléko, polévku přisolíme, krátce povaříme a procedíme. Do procezené polévky vložíme uvažený pórek, vlijeme rozmíchaná vejce, promícháme, dochutíme polévkovým kořením a ještě důkladně provaříme.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Pórek	S	240	g	192
2	Voda	S	2700	g	2700
3	Sůl	S	30	g	30
4	Tuk	S	100	g	100
5	Mouka hladká	S	180	g	180
6	Pepř mletý	S	0,5	g	0,5
7	Mléko	S	600	g	600
8	Vejce	S	40	g	40
9	Polévkové koření	S	20	g	20

Název receptury : **Kulajda**

10125

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
4092 g	792 g	3300 g	1034 KJ	330 g	g	1 zastř. vejce a vlo

Výrobní postup:

Z tuku a prosáté mouky připravíme světlou zasmažku, za neustálého prošlehávání metlou ji zalijeme vlažným vývarem, uvedeme do varu, a za občasného prošlehávání zvolna vaříme nejméně půl hodiny.

Potom přidáme opláchnuté a na menší kostičky nakrájené brambory a kmín a vaříme dál téměř doměkka (rozvaření brambor není žádoucí).

Nakonec do polévky přilijeme smetanu, přidáme jemně nakrájený kopr, podle potřeby polévku přichutíme solí a octem a krátce povaříme.

Zastřené horké vejce vkládáme do polévky při expedici.

Příprava zastřených vajec:

Do mírně osolené, okyselené vařící vody opatrně vyklepneme syrové vejce (žloutek se nesmí roztrhnout) a mírným varem je částečně uvaříme (žloutek má zůstat měkký).

Zastřené vejce je vhodnější připravovat na objednávku.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Tuk	S	100	g	100
2	Mouka hladká	S	100	g	100
3	Vývar B - receptura č. 10101	S	2700	g	2700
4	Brambory loupané	S	420	g	420
5	Kmín	S	2	g	2
6	Sůl	S	20	g	20
7	Smetana	S	200	g	200
8	Kopr sterilovaný bez nálevu	S	50	g	50
9	Oceť	S	100	g	100
10	Vejce	S	400	g	400

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
4170 g	870 g	3300 g	661 KJ	330 g	g	

Výrobní postup:

Pečlivě omyté a rozsekané kosti vložíme do vhodné nádoby. Zalijeme je studenou vodou, mírně osolíme, uvedeme do varu a zvolna vaříme nejméně 2 hodiny. Potom do vývaru přidáme očištěnou, opláchnutou a na tenčí plátky nakrájenou kořenovou zeleninu, uvaříme ji doměkka a vývar scedíme.

Dávku prosáté mouky za občasného promíchání na sucho mírně opražíme, pak ji za neustálého prošlehávání metlou zalijeme vlažným vývarem z kostí a zeleniny. Uvedeme do varu a za občasného promíchání zvolna vaříme nejméně půl hodiny. Ke konci varu přidáme mléko, polévku krátce povaříme a procedíme hustým cedníkem.

Do procezené polévky zamícháme předem připravený špenát (přebraný, očištěný, spařený, jemně sekaný, nebo mletý, zbavený vody), krátce povaříme, přilijeme rozmíchaná vejce, promícháme a necháme srazit.

Hotovou polévku zjemníme máslem, podle potřeby dochutíme solí a ještě krátce převaříme.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g		
1	Kosti	S	300	g	300		
2	Voda	S	2300	g	2300		
3	Sůl	S	10	g	10		
4	Celer	S	50	g	40		
5	Mrkev	S	50	g	40		
6	Petržel	S	50	g	40		
7	Mouka hladká	S	100	g	100		
8	Mléko	S	500	g	500		
9	Špenát jemný	S	1000	g	700		
10	Vejce	S	40	g	40		
11	Máslo	S	100	g	100		

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3773,5 g	473,5 g	3300 g	1103 KJ	330 g	20 g	

Výrobní postup:

Opláchnutý hovězí výřez nakrájíme na drobnější kousky.

Očištěné, opláchnuté brambory nakrájíme na drobné kostky, zalijeme vodou, osolíme a částečně uvaříme.

Jemně nakrájenou cibuli osmahneme dorůžova na třetině tuku, přidáme maso a krátce je osmahneme. Potom maso zaprášíme paprikou, znovu mírně osmahneme, zalijeme trochou vody, osolíme a dusíme téměř doměkka. Ze zbylých 2/3 dávky tuku a prosáté mouky připravíme světlou zásmazku, přidáme kmín, mletý pepř a majoránku. Za neustálého prošlehávání metlou ji zalijeme zbylou dávkou vody, uvedeme do varu a zvolna vaříme za občasného prošlehání nejméně 20 minut. Během vaření přidáme česnek utřený se solí a odvar z brambor. Provařenou polévku procedíme hustým cedníkem.

Do procezené polévky přidáme podušené maso, předvařené brambory a polévku znovu krátce povaříme.

Hotovou polévku dochutíme polévkovým kořením a ještě důkladně povaříme.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g		
1	Hovězí výřez	S	300	g	300		
2	Brambory loupané	S	600	g	600		
3	Voda	S	2400	g	2400		
4	Sůl	S	30	g	30		
5	Cibule	S	150	g	127,5		
6	Paprika mletá	S	30	g	30		
7	Tuk	S	100	g	100		
8	Mouka hladká	S	150	g	150		
9	Kmín	S	1	g	1		
10	Pepř mletý	S	1	g	1		
11	Majoránka	S	0,5	g	0,5		
12	Česnek	S	15	g	13,5		
13	Polévkové koření	S	20	g	20		

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3985 g	585 g	3400 g	992 KJ	340 g	g	vložky

Výrobní postup:

Z tuku a prosáté mouky připravíme zásmažku, za neustálého prošlehávání metlou ji zalijeme vlažným vývarem a nálevem z fazolových lusků, uvedeme do varu a zvolna vaříme za občasného prošlehání, nejméně půl hodiny. Ke konci varu přidáme mléko a krátce povaříme.

Do provažené polévky vložíme opláchnuté a na kostičky nakrájené brambory, uvažené v mírně osolené vodě (rozvaření není žádoucí) a fazolové lusky nakrájené na kratší kousky a krátce povaříme.

Hotovou polévku dochuťíme opláchnutým, jemně nakrájeným koprem a octem, popřípadě přisolíme a krátce povaříme.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Tuk	S	100	g	100
2	Mouka hladká	S	120	g	120
3	Vývar B - receptura č. 10101	S	1700	g	1700
4	Mléko	S	500	g	500
5	Brambory konzumní	S	280	g	280
6	Voda pitná na uvažení brambor	S	200	g	200
7	Sůl	S	20	g	20
8	Fazolové lusky	S	1000	g	1000
9	Kopr sterilovaný bez nálevu	S	25	g	25
10	Ocet	S	40	g	40

Název receptury : **Frankfurtská polévka**

10139

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3853,5 g	553,5 g	3300 g	981 KJ	330 g	g	19 g párků

Výrobní postup:

Na 2/3 dávky tuku osmahneme dorůžova jemně nakrájenou cibuli, zasypeme ji prosátou moukou, připravíme světlou zásmažku a do ní zamícháme papriku a pepř. Zásmažku za neustálého prošlehávání metlou zalijeme vlažným vývarem, uvedeme do varu a za občasného prošlehávání zvolna vaříme nejméně 20 minut. Ke konci varu přidáme mléko, polévku ještě krátce povaříme a procedíme hustým cedníkem.

Do procezené polévky přidáme oloupané párky nakrájené na jemné plátky a podušené na zbylé dávce tuku a znovu ji krátce povaříme. Hotovou polévku dochuťíme polévkovým kořením a ještě důkladně provaříme.

Propláchnutou, jemně nakrájenou petrželovou nať nebo pažitku vkládáme do polévky při expedici.

(Při přípravě většího množství polévky je vhodné vkládat dávku podušených párků do jednotlivých porcí až při expedici).

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Tuk	S	100	g	100
2	Cibule	S	150	g	127,5
3	Mouka hladká	S	180	g	180
4	Paprika mletá	S	20	g	20
5	Pepř mletý	S	0,5	g	0,5
6	Vývar B - receptura č. 10101	S	2700	g	2700
7	Mléko	S	500	g	500
8	Párek	S	200	g	198
9	Polévkové koření	S	20	g	20
10	Petrželová nať	S	10	g	7,5

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
4146 g	666 g	3480 g	911 KJ	348 g	g	19 g párků

Výrobní postup:

Přebrané fazole několikrát pečlivě propláchneme, zalijeme vodou a necháme máčet, aby dobře nabobtnaly (podle druhu a kvality fazolí). Nabobtnalé fazole v téže vodě vaříme. Jakmile začnou měknout, přidáme jemně nakrájenou cibuli, osmaženou na třetině dávky tuku dorůžova, česnek utřený se solí, očištěnou a opláchnutou, na drobnější kostičky nakrájenou kořenovou zeleninu a vše vaříme téměř doměkka (rozvaření není žádoucí).

Ze zbylých 2/3 dávky tuku a prosáté mouky připravíme světlou zasmažku, do které zamícháme papriku.

Za neustálého prošlehávání metlou zalijeme zasmažku vlažným vývarem, uvedeme do varu a za občasného prošlehání zvolna vaříme aspoň půl hodiny.

Provařenou polévku procedíme hustým cedníkem, přidáme uvažené fazole se zeleninou, oloupané párky nakrájené na jemné plátky a krátce povaříme.

Hotovou polévku dochutíme polévkovým kořením a ještě povaříme.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Fazole bílé	S	500	g	1250
2	Voda	S		g	
3	Tuk	S	100	g	100
4	Cibule	S	100	g	85
5	Česnek	S	10	g	9
6	Sůl	S	10	g	10
7	Celer	S	50	g	40
8	Mrkev	S	50	g	40
9	Petržel	S	30	g	24
10	Mouka hladká	S	150	g	150
11	Paprika mletá	S	20	g	20
12	Vývar B - receptura č. 10101	S	2200	g	2200
13	Párek	S	200	g	198
14	Polévkové koření	S	20	g	20

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3787,5 g	487,5 g	3300 g	887 KJ	330 g	g	vložky

Výrobní postup:

Z tuku a prosáté mouky připravíme světlou zasmažku, za neustálého prošlehávání metlou ji zalijeme částí vlažného vývaru. Uvedeme do varu, přidáme mletý pepř a rozdrcenou majoránku a za občasných prošlehání zvolna vaříme nejméně 20 minut.

Ke konci varu přidáme česnek utřený se solí.

Do provařené, procezené polévky přidáme kapustu podušenou na cibuli a slanině. Dochutíme ji polévkovým kořením a ještě důkladně provaříme.

Příprava kapusty:

Jemně nakrájenou cibuli osmahneme dorůžova na drobně nakrájené, částečně roztavené slanině a zalijeme zbylou dávkou vývaru.

Do tohoto základu vložíme očištěnou, pečlivě opláchnutou, na nudličky nakrájenou a krátce spařenou kapustu a podusíme ji téměř doměkka.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Tuk	S	100	g	100
2	Mouka hladká	S	150	g	150
3	Vývar B - receptura č. 10101	S	2700	g	2700
4	Pepř mletý	S	1	g	1
5	Majoránka	S	1	g	1
6	Česnek	S	20	g	18
7	Sůl	S	20	g	20
8	Kapusta	S	750	g	600
9	Cibule	S	150	g	127,5
10	Slanina	S	50	g	50
11	Polévkové koření	S	20	g	20

Název receptury : **Hovězí polévka s těstovinami**

10204

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3447,5 g	147,5 g	3300 g	342 KJ	330 g	g	40 g těstovin

Výrobní postup:

Vývar A připravíme podle příslušné receptury.

Těstoviny zavaříme do většího množství osolené vody a za občasných promíchání je uvaříme (rozvaření není žádoucí). Uvařené těstoviny scedíme, pečlivě propláchneme a okapané vložíme do připraveného vývaru.

Hotovou polévku dochutíme polévkovým kořením a ještě převaříme.

Propláchnutou, jemně nakrájenou petrželovou nať nebo pažitku vkládáme do polévky při expedici.

Při přípravě většího počtu porcí je vhodné mít těstovinovou vložku zvlášť, zalitou trochou vývaru a vkládat ji do polévky až při expedici.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Vývar A - receptura č. 10201	S	3000	g	3000
2	Těstoviny	S	170	g	400
3	Voda	S		g	
4	Sůl	S	20	g	20
5	Polévkové koření	S	20	g	20
6	Petrželová nať	S	10	g	7,5

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3394,5 g	94,5 g	3300 g	709 KJ	330 g	g	70 g brambor

Výrobní postup:

Vývar A připravíme podle příslušné receptury.

Oloupané, opláchnuté brambory nakrájíme na menší kostky, uvaříme v malém množství mírně osolené vody, scedíme je a vložíme do horkého vývaru. Přidáme česnek utřený se solí, polévku přichutíme čerstvě mletým pepřem a polévkovým kořením a omastíme sádlem a převažíme.

Polévku lze připravovat i na objednávku z hotového vývaru A a předem připravených přísad.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Vývar A - receptura č. 10201	S	2500	g	2500
2	Brambory loupané	S	700	g	700
3	Voda	S		g	
4	Sůl	S	20	g	20
5	Česnek	S	60	g	54
6	Pepř mletý	S	0,5	g	0,5
7	Polévkové koření	S	20	g	20
8	Sádlo škvařené	S	100	g	100

Název receptury : **Hovězí polévka s rýží a hráškem**

10227

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3437,5 g	137,5 g	3300 g	314 KJ	330 g	g	50 g rýže s hráškem

Výrobní postup:

Vývar A připravíme podle příslušné receptury a před použitím jej dochutíme polévkovým kořením a převažíme.

Přebranou rýži pečlivě propláchneme, několikrát prolijeme vařící vodou a uvaříme v dostatečném množství mírně osolené vody doměkka. Po uvaření ji propláchneme horkou vodou, necháme okapat a vložíme do polévky.

Sterilovaný hrášek prohřejeme v nálevu, scedíme a přidáme do polévky.

Propláchnutou, jemně nakrájenou petrželovou nať nebo pažitku vkládáme do polévky při expedici.

Při přípravě většího počtu porcí zalijeme uvařenou a propláchnutou rýži s hráškem trochou vývaru a vkládáme ji do polévky až při expedici společně s jemně nakrájenou natí nebo pažitkou.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Vývar A - receptura č. 10201	S	2900	g	2900
2	Polévkové koření	S	20	g	20
3	Rýže	S	100	g	200
4	Voda	S		g	
5	Sůl	S	10	g	10
6	Hrášek sterilovaný bez nálevu	S	300	g	300
7	Petrželová nať	S	10	g	7,5

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3697,7 g	397,7 g	3300 g	658 KJ	330 g	g	vložky

Výrobní postup:

Očištěnou, jemně nakrájenou cibuli mírně osmahneme na dávce tuku, přidáme očištěnou, opláchnutou a na nudličky nakrájenou zeleninu a na drobné růžičky rozebraný květák. Vše krátce osmahneme, zaprášíme paprikou, promícháme, zalijeme vývarem, uvedeme do varu a zvolna vaříme, až je zelenina téměř měkká.

Potom zavaříme do polévky strouhání, připravené z prosáté mouky a vejce, přidáme hrášek, polévku mírně okořeníme strouhaným muškátovým oříškem, zjemníme máslem a podle potřeby přisolíme a povaříme.

Propláchnutou, jemně rozsekanou petrželovou nať vkládáme do polévky až při expedici.

Příprava strouhání:

Z prosáté mouky a vajec zpracujeme obvyklým způsobem nudlové těsto, které necháme odpočinout. Potom těsto nastrouháme na vál nebo čistou utěrku na struhadle na širších slzičkách. Strouhání rozdělíme po celé ploše, aby se nám neslepilo. Necháme je částečně proschnout a poté zavaříme.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Cibule	S	50	g	42,5
2	Tuk	S	50	g	50
3	Zelenina kořenová	S	300	g	240
4	Květák očištěný	S	50	g	50
5	Paprika mletá	S	20	g	20
6	Vývar B - receptura č. 10101	S	3000	g	3000
7	Mouka hrubá	S	120	g	120
8	Vejce	S	40	g	40
9	Hrášek sterilovaný b.n.	S	50	g	50
10	Sůl	S	20	g	20
11	Muškátoý oříšek	S	0,2	g	0,2
12	Máslo	S	50	g	50
13	Petrželová nať	S	20	g	15

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3650 g	330 g	3320 g	738 KJ	332 g	g	

Výrobní postup:

Vykuchané, očištěné a opláchnuté ryby mírně osolíme a podusíme na jedné třetině dávky másla. Podušené ryby pečlivě vykostíme a se zbylou šťávou prolisujeme hustým cedníkem. Očištěnou cibuli a zeleninu nakrájíme na jemné nudličky a osmahneme na další třetině másla. Dávku prosáté mouky za občasného promíchání mírně opražíme na sucho, za neustálého prošlehávání metlou ji zalijeme vlažným vývarem, uvedeme do varu a za občasného prošlehávání zvolna vaříme nejméně půl hodiny. Ke konci varu přidáme mléko, krátce povaříme a polévku procedíme hustým cedníkem. Do procezené polévky vložíme osmahnutou zeleninu a prolisované rybí maso, zjemníme zbylou dávkou másla a krátce převaříme.

Propláchnutou, jemně rozsekanou petrželovou nať vkládáme do polévky až při expedici.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Ryby očištěné - vykuchané	S	300	g	300
2	Sůl	S	20	g	20
3	Máslo	S	100	g	100
4	Cibule	S	50	g	42,5
5	Zelenina kořenová	S	100	g	80
6	Mouka hladká	S	100	g	100
7	Vývar B - receptura č. 10101	S	2500	g	2500
8	Mléko	S	500	g	500
9	Petrželová nať	S	10	g	7,5

Název receptury : **Kuřecí vývar s masem a domácími nudlemi**

10305

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
4385,4 g	1085,4 g	3300 g	644 KJ	330 g	32 g	40 g nudlí

Výrobní postup:

Pečlivě opláchnuté kuře vložíme do vhodné nádoby, zalijeme vodou, uvedeme do varu, omezíme příkon tepla, mírně osolíme, přidáme nové koření a pepř, očištěnou a opláchnutou kořenovou zeleninu a cibuli nakrájenou na čtvrtky a vše uvaříme téměř doměkka. Uvařené kuře pečlivě vykostíme a nakrájíme na menší kousky nebo kostičky.

Domácí nebo průmyslově vyráběné nudle zavaříme do většího množství osolené vody a za občasného promíchání je uvaříme. Potom je scedíme, pečlivě propláchneme, okapané promícháme s připraveným kuřecím masem a zalijeme trochou vývaru.

Vývar procedíme a dochutíme polévkovým kořením a převaříme.

Propláchnutou, jemně nakrájenou petrželovou nať nebo pažitku vkládáme do vývaru při expedici, společně s připraveným masem a nudlemi.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Kuře	S	800	g	800
2	Voda	S	2800	g	2800
3	Sůl	S	30	g	30
4	Nové koření	S	0,2	g	0,2
5	Pepř	S	0,2	g	0,2
6	Zelenina kořenová	S	300	g	240
7	Cibule	S	100	g	85
8	Nudle polévkové	S	170	g	400
9	Polévkové koření	S	15	g	15
10	Petrželová nať	S	20	g	15

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2947,5 g	447,5 g	2500 g	762 KJ	250 g	28 g	

Výrobní postup:

Opláchnutý vepřový ořez jemně umeleme, přidáme sůl, polovinu dezertního vína, sójovou omáčku, muškátový květ, vejce a solamyl. Vše dobře promícháme a z připravené hmoty tvoříme malé kuličky, které vaříme ve vývaru spolu s jemně nakrájeným pórkem a mrkví.

Vývar ochutíme druhou polovinou dezertního vína, glutasolem a mletým pepřem, společně krátce povaříme. Při podávání vkládáme do každé porce propláchnutou a jemně nakrájenou petrželovou nať.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Vepřový ořez	S	400	g	400
2	Sůl	S	30	g	30
3	Dezertní víno	S	160	g	160
4	Sójová omáčka	S	60	g	60
5	Vejce	S	120	g	120
6	Solamyl	S	100	g	100
7	Pórek	S	200	g	160
8	Mrkev	S	100	g	80
9	Vývar A - receptura č. 10201	S	1800	g	1800
10	Glutasol	S	20	g	20
11	Pepř mletý	S	5	g	5
12	Muškatový květ	S	5	g	5
13	Petrželová nať	S	10	g	7,5

Název receptury : **Rybí polévka mléčná**

30033

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2299 g	g	2299 g	KJ	229,9 g	g	

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Rybí filé	S	500	kg	500
2	Máslo	S	125	kg	125
3	Tuk	S	100	kg	100
4	Voda	S	1200	kg	1200
5	Sůl	S	20	g	20
6	Kmín	S	1	kg	1
7	Pepr mletý	S	2	kg	2
8	Kvet mletý	S	1	kg	1
9	Mouka hladká	S	180	kg	180
10	Petrželová nať	S	10	kg	10
11	Zemle	S	120	g	120
12	Polévkové koření	S	40	g	40

Vepřové maso

Název receptury : **Vepřová pečeně (s kostí)**

13101

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2013 g	813 g	1200 g	1230 KJ	120 g	90 g	kostí

Výrobní postup:

Z pečeně i krkovic odsekneme částečně obratlové kosti, aby se upečené maso lépe porcovalo. Kostí opereme, rozsekáme na drobno a vložíme do pekáče. Na kosti položíme opláchnuté, osolené a okmínované maso, mírně je podlijeme vodou a pečeme za občasného přelévání vypečenou šťávou a podléváním vodou doměkka a dozlatova. (V průběhu pečení maso obrátíme, aby se stejnoměrně propeklo a tučné části propichujeme, aby se částečně vypekl tuk.)

Upečené maso vyjmeme, šťávu vysmahneme na tuk, zaprášíme prosátou moukou, osmahneme, přiměřeně zalijeme vodou, rozmícháme a vzniklou šťávu vaříme nejméně 20 minut. Ke konci varu ji podle potřeby přisolíme a nakonec procedíme.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g		
1	Vepřová pečeně s k.	S	1500	g	1350		
2	Sůl	S	45	g	45		
3	Kmín	S	3	g	3		
4	Voda	S	600	g	600		
5	Mouka hladká	S	15	g	15		

Název receptury : **Moravský vrabec**

13109

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2360 g	880 g	1480 g	2254 KJ	148 g	88 g	

Výrobní postup:

Opláchnutý bůček zbavený žebních kostí a maso z plece nebo ořez nakrájíme na kousky, vložíme do pekáče, mírně osolíme, okmínujeme, posypeme cibulí nakrájenou na plátky, česnekem rozsekaným na drobno, podlijeme trochou vody a upečeme doměkka a dozlatova za občasného přelévání výpekem a podléváním vodou. (Dbáme na to, aby se cibule i česnek nepřepálily.)

Upečené maso vyjmeme, šťávu - výpek vydusíme na tuk, zaprášíme prosátou moukou, osmahneme, rozředíme vodou, rozmícháme a vzniklou šťávu vaříme nejméně 20 minut. Ke konci varu ji podle potřeby přisolíme a nakonec procedíme a krátce převaríme.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g		
1	Vepřový bůček s k.	S	750	g	660		
2	Vepřová plec b.k.	S	750	g	750		
3	Sůl	S	30	g	30		
4	Kmín	S	3	g	3		
5	Cibule	S	200	g	170		
6	Česnek	S	30	g	27		
7	Voda	S	700	g	700		
8	Mouka hladká	S	20	g	20		

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
1748 g	748 g	1000 g	2567 KJ	100 g	80 g	

Výrobní postup:

Opláchnutý, kostí zbavený bůček nakrájíme na stejnoměrné kousky (4 - 6 kusů na porci).

Maso osolíme, opepříme, promícháme s oloupanou, na větší kousky nakrájenou cibulí, s utřeným česnekem, vložíme do pekáče, mírně podlijeme vodou a dáme péci do rozehřáté trouby. (Během pečení masem občas zamícháme a dbáme, aby se cibule nepřipálila.)

Měkké, dozlatova upečené maso z pekáče vyjmeme a zalijeme procezeným vypečeným tukem.

Vepřové výpečky podáváme obvykle studené s chlebem nebo teplé s kyselým zelím a vařenými brambory.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Vepřový bůček s k.	S	1500	g	1320
2	Sůl	S	30	g	30
3	Pepř mletý	S	1	g	1
4	Česnek	S	30	g	27
5	Cibule	S	200	g	170
6	Voda	S	200	g	200

Název receptury : **Vepřové maso dušené v mrkvi**

13205

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2831 g	691 g	2140 g	2414 KJ	214 g	64 g	(4 kousky)

Výrobní postup:

Opláchnuté vepřové maso nakrájíme na kousky přibližně po 25 g (3 - 4 ks na porci).

Připravené maso osmahneme na polovině dávky tuku, osolíme je, mírně podlijeme vodou a dusíme. (Během dušení občas zamícháme a podle potřeby doléváme teplou vodou.)

Očištěnou mrkev podélně rozkrájíme, nakrájíme na plátky a přidáme k poloměkkému masu. Po krátkém podušení pokrm zahustíme světlou zásmazkou připravené ze zbylého tuku a prosáté mouky. Dobře rozmícháme, ochutíme muškátovým květem a mletým pepřem a společně dusíme. Ke konci pokrm ochutíme cukrem, zalijeme mlékem a společně dodusíme.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Vepřová plec b.k.	S	1000	g	1000
2	Sůl	S	30	g	30
3	Tuk	S	150	g	150
4	Voda	S	400	g	400
5	Mrkev	S	1200	g	960
6	Mouka hladká	S	40	g	40
7	Muškatový květ	S	1	g	1
8	Cukr	S	50	g	50
9	Mléko	S	200	g	200

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2844,5 g	694,5 g	2150 g	2260 KJ	215 g	64 g	(4 kousky)

Výrobní postup:

Opláchnuté vepřové maso nakrájíme na kousky přibližně po 25 g (3 - 4 ks na porci).

Oloupanou cibuli nakrájíme na drobno a osmahneme na tuku dorůžova. Do základu přidáme maso, osmahneme je, osolíme, opepříme a mírně podlijeme teplou vodou, přikryjeme poklicí a dusíme do poloměkka. (Během dušení masem mícháme a podle potřeby doléváme horkou vodou.)

Kapustu očistíme, zbavíme zvadlých listů a košťálu, opláchneme, nakrájíme na větší kostky a spaříme ve vařící vodě.

Poloměkké maso vydusíme na tuk, zaprášíme prosátou moukou, osmažíme, zalijeme vlažnou vodou, dobře rozmícháme a povaříme. Poté přidáme spařenou kapustu, utřený česnek se solí a zvolna za občasného promíchání společně dodusíme doměkka.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Vepřová plec b.k.	S	1000	g	1000
2	Sůl	S	30	g	30
3	Cibule	S	200	g	170
4	Tuk	S	120	g	120
5	Pepř mletý	S	1	g	1
6	Voda	S	500	g	500
7	Kapusta	S	1200	g	960
8	Mouka hladká	S	50	g	50
9	Česnek	S	15	g	13,5

Název receptury : **Vepřová kýta dušená na paprice**

13208

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2770 g	930 g	1840 g	1903 KJ	184 g	64 g	

Výrobní postup:

Opláchnuté díly masa necháme okapat, osolíme je, opečeme na poloviční dávce tuku a vyjmeme.

Na tuku od opékání osmahneme dorůžova cibuli nakrájenou na plátky, přidáme papriku, krátce osmahneme a zalijeme částí vody. Do základu vložíme opečené maso a dusíme je za občasného přelévání a obracení doměkka.

Maso vyjmeme, základ zahustíme světlou zasmažkou připravenou z druhé poloviny tuku a prosáté mouky, zalijeme teplou vodou a mlékem, rozšleháme a vaříme nejméně 20 minut.

Ke konci varu omáčku zjemníme smetanou, podle potřeby přisolíme, přecedíme a ještě převažíme.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Vepřová kýta k.u.	S	1000	g	1000
2	Tuk	S	150	g	150
3	Cibule	S	200	g	170
4	Paprika mletá	S	20	g	20
5	Sůl	S	30	g	30
6	Voda	S	800	g	800
7	Mouka hladká	S	100	g	100
8	Mléko	S	250	g	250
9	Smetana	S	250	g	250

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2341,5 g	701,5 g	1640 g	1786 KJ	164 g	64 g	

Výrobní postup:

Opláchnuté maso nakrájíme na kousky průměrně po 25 g. Na části tuku osmažíme drobně nakrájenou cibuli do světle nazlátlé barvy, přidáme papriku a po zpění zlijeme částí vody, přidáme rajčatový protlak, sůl, rozetřený česnek, kmín a nakonec vložíme do základu maso.

Maso dusíme za občasného promíchání téměř doměkka a potom je vyjmeme.

Základ zahustíme světlou zasmažkou připravenou ze zbylého tuku a prosáté mouky, rozšleháme, zalijeme vodou, přidáme drcenou majoránku a za občasného promíchání vaříme nejméně

20 minut. Před ukončením varu omáčku podle potřeby přisolíme a nakonec přecedíme na maso.

Hotový pokrm znovu velmi krátce přeavaříme.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Vepřový ořez nebo plec b.k.	S	1000	g	1000
2	Tuk	S	120	g	120
3	Cibule	S	300	g	255
4	Paprika mletá	S	20	g	20
5	Voda	S	800	g	800
6	Rajčatový protlak	S	50	g	50
7	Sůl	S	30	g	30
8	Česnek	S	15	g	13,5
9	Kmín	S	2	g	2
10	Majoránka	S	1	g	1
11	Mouka hladká	S	50	g	50

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3896 g	896 g	3000 g	3168 KJ	300 g	64 g	

Výrobní postup:

Opláchnuté maso nakrájíme na drobné kousky. Na tuku osmažíme dorůžova drobně nakrájenou cibuli, přidáme maso, mírně osmahneme, osolíme, opepříme a za občasného promíchání krátce podusíme.

Potom přidáme lečo, znovu krátce podusíme, přidáme dobře opanou a spařenou rýži, vodu, pozvolna zavaříme, přikryjeme poklicí a zvolna dusíme doměkka.

Hotový pokrm lehce promícháme.

Rizoto tvarujeme v šálku, vyklopíme je na teplý talíř a při expedici na povrch posypeme strouhaným sýrem.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Vepřový ořez nebo plec b.k.	S	1000	g	1000
2	Tuk	S	120	g	120
3	Cibule	S	300	g	255
4	Sůl	S	30	g	30
5	Pepř mletý	S	1	g	1
6	Lečo	S	300	g	300
7	Rýže	S	800	g	800
8	Voda	S	1200	g	1200
9	Sýr tvrdý	S	200	g	190

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2628 g	778 g	1850 g	2668 KJ	185 g	64 g	(4 kousky)

Výrobní postup:

Díl opláchnutého vepřového bůčku nakrájíme - nasekáme na kousky (3 - 4 ks na porci).

Oloupanou, na drobno nakrájenou cibuli osmažíme na tuku dozlatova, přidáme mletou papriku a po zpění ji zalijeme mírně vodou. Do základu přidáme nakrájené maso, osolíme je a pod poklicí dusíme doměkka.

Měkké maso vyjmeme, šťávu vydusíme na tuk, zaprášíme prosátou moukou, osmahneme, zalijeme vodou, rozmícháme a dobře provaříme. Do omáčky přidáme rajčatový protlak, třený česnek, zjemníme ji kyselou smetanou, dobře provaříme, dosolíme, procedíme přes hustý cedník zpět na maso a vše společně ještě krátce podusíme.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Vepřový bůček s k.	S	1000	g	1000
2	Cibule	S	300	g	255
3	Tuk	S	100	g	100
4	Paprika mletá	S	25	g	25
5	Sůl	S	30	g	30
6	Voda	S	800	g	800
7	Mouka hladká	S	100	g	100
8	Rajčatový protlak	S	100	g	100
9	Česnek	S	20	g	18
10	Smetana zakysaná	S	200	g	200

Název receptury : **Špagety s vepřovým masem a rajčaty**

13238

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
4811 g	611 g	4200 g	4126 KJ	420 g	g	

Výrobní postup:

Špagety uvaříme téměř doměkka (nesmějí být přeavařené - na lomu má zůstat bílá tečka) v dostatečném množství mírně osolené vody, pečlivě propláchnuté, necháme řádně okapat a promastíme 1/5 dávky tuku.

Oloupanou, jemně nakrájenou cibuli osmahneme dorůžova na zbylé části tuku, přidáme na drobnější kostičky nakrájené vepřové maso, krátce je osmahneme, osolíme, opepříme a dusíme 20 - 30 minut. K podušenému masu přidáme opláchnutá očištěná a nakrájená rajčata a společně krátce podusíme. Nakonec přidáme rajčatový protlak, směs znovu krátce podusíme a podle potřeby přisolíme.

Při expedici dáme na talíř dávku horkých špaget a do jejich středu vložíme dušené maso s rajčaty. Jednotlivé porce posypeme nastrohaným tvrdým sýrem.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Špagety	S	900	g	2040
2	Sůl	S	60	g	60
3	Voda pitná na přípravu špaget	S		g	
4	- podle potřeby	S		g	
5	Tuk	S	250	g	250
6	Cibule	S	200	g	170
7	Vepřová plec b.k.	S	1000	g	1000
8	Pepeř mletý	S	1	g	1
9	Rajčata	S	1000	g	900
10	Rajčatový protlak	S	200	g	200
11	Sýr strouhaný	S	200	g	190

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2934 g	g	2934 g	KJ	293,4 g	g	

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Testoviny	S	800	kg	800
2	Vepřová konzerva	S	1000	g	1000
3	Zelí hlávkové	S	1000	kg	1000
4	Sůl	S	40	g	40
5	Pepr mletý	S	2	kg	2
6	Sojová omáčka	S	30	g	30
7	Kari korení	S	5	kg	5
8	Zázvor	S	7	kg	7
9	Tuk	S	50	kg	50

Název receptury : **Segedínský guláš**

13241

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2893,5 g	743,5 g	2150 g	2619 KJ	215 g	65 g	(4 kousky)

Výrobní postup:

Opřáchnutý díl vepřového bůčku nakrájíme - nasekáme na kostky (3 - 4 ks na porci).

Oloupanou cibuli nakrájíme na drobnou, zpěníme ji na polovině dávky tuku, přidáme mletou papriku, zpěníme a mírně zalijeme vodou.

Do cibulového základu vložíme nakrájené maso, osolíme je, okořeníme kmínem a pod poklicí dusíme do poloměkka. Pak přidáme překrájené kysané zelí a opět dusíme.

Nakonec zahustíme guláš zasmažkou připravenou ze zbylého tuku a prosáté mouky, rozmícháme a pokrm zvolna dodusíme doměkka.

Před koncem varu přilijeme mléko, guláš dosolíme a krátce povaříme.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Vepřový bůček s k.	S	1000	g	1000
2	Cibule	S	150	g	127,5
3	Tuk	S	120	g	120
5	Paprika mletá	S	15	g	15
6	Voda	S	500	g	500
7	Sůl	S	30	g	30
8	Kmín	S	1	g	1
9	Zelí kysané	S	800	g	800
10	Mouka hladká	S	50	g	50
11	Mléko	S	250	g	250

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2400 g	800 g	1600 g	1777 KJ	160 g	90 g	s k.

Výrobní postup:

Z opláchnuté, obratlových výčnělků zbavené pečeně nasekáme žebírka (kotlety), mírně je naklepeme, okraje s tukem nařízneme, žebírka mírně osolíme, opečeme na tuku a vyjeme. K tuku od pečení přidáme na kostičky nakrájenou slaninu, částečně ji roztavíme, zasypeme mletou paprikou, kterou necháme zpěnit. Sterilovanou papriku rozkrájíme na proužky a spolu s rajčatovým protlakem přidáme do základu, promícháme, krátce osmahneme, zalijeme vývarem a uvedeme do varu. Do vařícího základu vložíme opečená žebírka a udusíme je doměkka. Před dodušením šťávu podle potřeby přisolíme.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Vepřová pečeně s k.	S	1500	g	1350
2	Sůl	S	30	g	30
3	Tuk	S	100	g	100
4	Slanina	S	50	g	50
5	Paprika mletá	S	20	g	20
6	Paprika sterilovaná	S	200	g	200
7	Rajčatový protlak	S	50	g	50
8	Vývar B - receptura č. 10101	S	600	g	600

Název receptury : **Vepřová kýta dušená na smetaně**

13249

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2968 g	828 g	2140 g	1896 KJ	214 g	64 g	

Výrobní postup:

Opláchnuté díly masa necháme okapat, osolíme.

Očištěnou zeleninu a cibuli nakrájíme na plátky a mírně osmažíme v menší polovině tuku. Do základu vložíme maso, přidáme divoké koření, ocet, pečlivě opláchnutý, na plátky nakrájený citron, maso mírně podlijeme teplou vodou, přikryjeme poklicí a dusíme za občasného obracení doměkka.

Měkké maso vyjeme. Zeleninový základ zahustíme světlou zasmažkou připravenou ze zbývajícího tuku a prosáté mouky, dobře rozmícháme, zalijeme vodou, dochutíme hořčicí a cukrem a za občasného promíchání vaříme nejméně půl hodiny. Během varu přidáme mléko a nakonec omáčku zjemníme smetanou.

Provařenou omáčku přecedíme přes hustý cedník a ještě převaříme.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Vepřová kýta k.u.	S	1000	g	1000
2	Sůl	S	30	g	30
3	Zelenina kořenová	S	150	g	120
4	Cibule	S	50	g	40
5	Tuk	S	150	g	150
6	Koření divoké	S	3	g	3
7	Citron	S	50	g	25
8	Ocet	S	50	g	50
9	Voda	S	800	g	800
10	Mouka hladká	S	100	g	100
11	Hořčice	S	30	g	30
12	Cukr	S	20	g	20
13	Mléko	S	500	g	500
14	Smetana	S	100	g	100

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
1760 g	560 g	1200 g	2369 KJ	120 g	g	

Výrobní postup:

Opláchnuté díly kýty nakrájíme přes vlákno na tenčí řízky, naklepeme je, na okrajích mírně nařízneme a osolíme. Připravené řízky obalíme v prosáté mouce, ve vejcích rozšlehaných s mlékem, v prosáté strouhance a usmažíme v horkém tuku po obou stranách dozlatova.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Vepřová kýta k.u.	S	1000	g	1000
2	Sůl	S	30	g	30
3	Mouka hladká	S	100	g	100
4	Vejce	S	80	g	80
5	Mléko	S	100	g	100
6	Strouhanka	S	200	g	200
7	Tuk	S	250	g	250

Název receptury : **Vepřová játra dušená na cibulce**

13503

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2880,5 g	920,5 g	1960 g	1314 KJ	196 g	g	96 g jater

Výrobní postup:

Játra odžilkujeme, opláchneme a nakrájíme na silnější nudle nebo plátky.

Na polovině tuku osmahneme dorůžova jemně nakrájenou cibuli, do osmažené cibule přidáme játra a za stálého míchání osmahneme. Potom přidáme mletý pepř a drcený kmín, zastříkneme trochou vody a játra dusíme pod poklicí za občasného promíchání doměkka.

Měkká játra vyjmeme, šťávu zahustíme světlou zasmažkou připravenou ze zbylé poloviny dávky tuku a z prosáté mouky, rozředíme vodou, rozšleháme a za občasného promíchání vaříme nejméně 20 minut.

Provaženou omáčku procedíme na játra, znovu velmi krátce podusíme a nakonec osolíme a krátce přeavaříme.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Vepřová játra	S	1500	g	1425
2	Tuk	S	120	g	120
3	Cibule	S	250	g	212,5
4	Pepř mletý	S	1,5	g	1,5
5	Kmín	S	1,5	g	1,5
6	Voda	S	1000	g	1000
7	Mouka hladká	S	80	g	80
8	Sůl	S	40	g	40

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Vepřová kýta k.u.	S	1500	g	1500
2	Sůl	S	30	g	30
3	Tuk	S	150	g	150
4	Mouka hladká	S	30	g	30
5	Vývar B - receptura č. 10101	S	450	g	450
6	Máslo	S	100	g	100

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Vepřová kýta k.u.	S	1500	g	1500
2	nebo panenská svíčková	S		g	
3	Sůl	S	30	g	30
4	Pepř	S	1,5	g	1,5
5	Tuk	S	150	g	150
6	Cibule	S	200	g	170
7	Hořčice	S	200	g	200

Výrobní postup:

Z kuchařsky upravené vepřové kýty nebo panenské svíčkové nakrájíme přes vlákno 4 nebo 6 stejných menších kousků - plátků, mírně je naklepeme, osolíme, opepříme a rychleji opečeme na tuku. Opečené plátky naskládáme úhledně na talíř, přelijeme výpekem, obložíme jemně nakrájenou cibulí a hořčicí a ihned expedujeme.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Vepřová kýta k.u.	S	1500	g	1500
2	nebo panenská svíčková	S		g	
3	Sůl	S	30	g	30
4	Pepř	S	1,5	g	1,5
5	Tuk	S	150	g	150
6	Cibule	S	200	g	170
7	Hořčice	S	200	g	200

Hovězí maso

Název receptury : **Hovězí pečeně přírodní**

11101

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2463,5 g	843,5 g	1620 g	1272 KJ	162 g	62 g	

Výrobní postup:

Opláchnuté díly masa nebo roštěnce protkne po vlákně slaninou, osolíme a opeříme.

Cibuli oloupeme, nakrájíme ji na plátky a částečně na tuku osmahneme. Přidáme maso, krátce je s cibulí opečeme, zalijeme trochou vody a pod poklicí dusíme (pečeme) doměkka. Během dušení (pečení) maso obracíme, přeléváme šťávou a doléváme vodou.

Měkké maso vyjmeme, šťávu vydusíme na tuk, zaprášíme ji prosátou moukou, mírně zasmahneme a zalijeme vlažnou vodou. Vaříme za občasného promíchání nejméně 20 minut.

Povařenou šťávu procedíme, dochutíme ji solí a znovu krátce povaříme.

Vhodné přílohy:

- jako u receptury č. 11102

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g		
1	Hovězí maso zadní k.u.	S	1000	g	1000		
2	Slanina	S	50	g	50		
3	Sůl	S	30	g	30		
4	Pepř mletý	S	1	g	1		
5	Cibule	S	250	g	212,5		
6	Tuk	S	120	g	120		
7	Voda	S	1000	g	1000		
8	Mouka hladká	S	50	g	50		

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2814,5 g	894,5 g	1920 g	1587 KJ	192 g	72 g	páreků

Výrobní postup:

Opláchnuté díly masa protkneme 2/3 dávky oloupaných párků, osolíme a opeříme. Očištěnou, na plátky nakrájenou cibuli osmahneme na tuku dorůžova, přidáme maso, v základu je krátce opečeme, zasypeme paprikou a po krátkém zapění zalijeme trochou vody. Nádoby přiklopíme poklicí a maso dusíme (pečeme) doměkka. Během dušení (pečení) maso obracíme, přeléváme šťávou a doléváme vodou. Měkké maso vyjmeme, šťávu zahustíme světlou zásmazkou připravenou z másla a prosáté mouky, rozředíme ji vodou, rozšleháme, přidáme mléko a smetanu a za občasného promíchání zvolna vaříme nejméně 20 minut. Omáčku procedíme, přidáme do ní zbylou 1/3 dávky oloupaných párků, nakrájených na slabé plátky, podle potřeby ji dochutíme solí a znovu krátce povaříme.

Vhodné přílohy:

- jako u receptury č. 11108

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Hovězí maso zadní k.u.	S	1000	g	1000
2	Párek	S	150	g	148,5
3	Sůl	S	30	g	30
4	Pepř mletý	S	1	g	1
5	Cibule	S	200	g	170
6	Tuk	S	100	g	100
7	Paprika mletá	S	15	g	15
8	Voda	S	700	g	700
9	Mouka hladká	S	100	g	100
10	Máslo	S	50	g	50
11	Mléko	S	300	g	300
12	Smetana	S	200	g	200

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2873,5 g	973,5 g	1900 g	1438 KJ	190 g	75 g	vařeného vejce

Výrobní postup:

Opláchnuté podlouhlé díly masa po stranách podélně protkne slaninou, uprostřed prořízneme nožem otvor (kapsu) a do něho opatrně vsuneme oloupaná, natvrdo uvařená vejce. Otvor uzavřeme špejlí nebo jehlou, maso osolíme a opepříme. Oloupanou, na plátky nakrájenou cibuli osmažíme dorůžova na tuku, vložíme na ni maso, krátce je opečeme, pak je zalijeme trochou vody, přikryjeme poklicí a dusíme (pečeme) doměkka. Během dušení (pečení) maso obracíme, přeléváme šťávou a doléváme vodou. Měkké maso vyjmeme, šťávu vydusíme na tuk, zaprášíme prosátou moukou, osmahneme, zalijeme vodou, dobře rozmícháme a za občasného promíchání vaříme zvolna nejméně 20 minut. Provařenou šťávu procedíme, podle potřeby přisolíme a znovu krátce povaříme.

Vhodné přílohy:

- jako u receptury č. 11108

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Hovězí maso zadní k.u.	S	1000	g	1000
2	Slanina	S	50	g	50
3	Vejce	S	160	g	160
4	Sůl	S	30	g	30
5	Pepř mletý	S	1	g	1
6	Tuk	S	120	g	120
7	Cibule	S	250	g	212,5
8	Voda	S	1200	g	1200
9	Mouka hladká	S	100	g	100

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2863 g	1043 g	1820 g	1369 KJ	182 g	62 g	(4 kousky)

Výrobní postup:

Opláchnuté maso nakrájíme na kostky - kousky přibližně po 25 g.

Oloupanou cibuli nakrájíme na drobno, osmahneme na tuku dorůžova, vložíme maso a za stálého míchání je osmahneme. Potom přidáme mletou papriku, krátce osmahneme, přidáme sůl, rajčatový protlak, pepř, kmín, mírně podlijeme vodou a dusíme pod poklicí za občasného promíchání.

Když je maso částečně měkké, vydusíme šťávu na tuk, zaprášíme ji prosátou moukou, za stálého míchání ji zasmažíme a podlijeme teplou vodou. Pak přidáme utřený česnek, majoránku a zvolna dusíme za občasného promíchání téměř doměkka.

Měkké maso vyjme a omáčku na ně přecedíme. Hotový guláš podle potřeby přisolíme a znovu krátce povaříme.

Vhodné přílohy:

- různě upravené brambory,
- knedlíky houskové, bramborové apod.
- různě upravená rýže,
- různě upravené těstoviny.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Hovězí maso přední b.k.	S	1000	g	1000
2	Tuk	S	120	g	120
3	Cibule	S	400	g	340
4	Paprika mletá	S	30	g	30
5	Sůl	S	30	g	30
6	Rajčatový protlak	S	50	g	50
7	Pepř mletý	S	1	g	1
8	Kmín	S	2	g	2
9	Voda	S	1200	g	1200
10	Mouka hladká	S	80	g	80
11	Česnek	S	10	g	9
12	Majoránka	S	1	g	1

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2893 g	1073 g	1820 g	1395 KJ	182 g	62 g	(4 kousky)

Výrobní postup:

Opláchnuté maso nakrájíme na kousky přibližně po 25 g.

Oloupanou cibuli nakrájíme na drobno, osmažíme ji na části tuku dorůžova, přidáme mletou papriku a zpěníme ji. V základu osmahneme maso, osolíme je, opepříme a přidáme kmín. Po krátkém podušení podlijeme maso trochou vývaru, přikryjeme poklicí a dusíme do poloměkka.

Pak šťávu vydusíme na tuk, zaprášíme ji prosátou moukou, osmahneme, zalijeme vlažným vývarem, rozmícháme a dusíme za občasného promíchání, až maso změkne.

Měkké maso přendáme do jiné nádoby a omáčku na ně přecedíme přes hustý cedník. Nakonec maso s omáčkou ještě krátce povaříme.

Při expedici vkládáme na každou porci okurky nakrájené na nudličky a podušené na části tuku.

Vhodné přílohy:

- vařené brambory,
- houskové knedlíky,
- těstoviny.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g		
1	Hovězí kliška	S	1000	g	1000		
2	Tuk	S	150	g	150		
3	Cibule	S	300	g	255		
4	Paprika mletá	S	20	g	20		
5	Sůl	S	30	g	30		
6	Pepř mletý	S	1	g	1		
7	Kmín	S	2	g	2		
8	Vývar B - receptura č. 10101	S	1200	g	1200		
9	Mouka hladká	S	100	g	100		
10	Okurky sterilované bez nálevu	S	150	g	135		

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2821,5 g	1091,5 g	1730 g	1567 KJ	173 g	g	93 g jater

Výrobní postup:

Očištěná, v tekoucí vodě opraná játra zbavíme blan. Nakrájíme na plátky, mírně naklepeme a na okrajích nařízneme, opepříme a posypeme prosátou moukou.

Plátky jater po obou stranách zprudka opečeme na tuku a naskládáme je do vhodného kastrolu.

V tuku od opékání jater částečně roztavíme na drobné kostičky nakrájenou slaninu, přidáme oloupanou, drobně nakrájenou cibuli, osmahneme ji dorůžova, přidáme rajčatový protlak a základ zalijeme teplou vodou. Vzniklou šťávu krátce provaříme a nalijeme na opečená játra, která v ní dusíme doměkka.

Nakonec pokrm podle potřeby osolíme a ještě provaříme.

Vhodné přílohy:

- různě upravené brambory,
- různě upravená rýže,
- různé druhy zeleninových salátů.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Hovězí játra	S	1500	g	1425
2	Pepř mletý	S	1,5	g	1,5
3	Mouka hladká	S	30	g	30
4	Tuk	S	120	g	120
5	Cibule	S	300	g	255
6	Slanina	S	100	g	100
7	Rajčatový protlak	S	50	g	50
8	Voda	S	800	g	800
9	Sůl	S	40	g	40

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2575,5 g	575,5 g	2000 g	2384 KJ	200 g	g	150 g řízku

Výrobní postup:

Opláchnuté, jemně umleté maso s cibulí a žemlí namočenou v mléce mírně osolíme, přidáme koření, rozmíchaná vejce, prosátou strouhanku a směs pečlivě promícháme.

Ze směsi tvarujeme řízky asi 1 cm tlusté, které vložíme do pekáče vytřeného tukem, poprášíme je lehce prosátou moukou, v troubě prudce zapečeme, obrátíme, zastříkneme vývarem a přikryté necháme dusit asi 15 minut. Potom je vyjme. Šťávu s výpekem zalijeme vývarem, krátce povaříme a přecedíme na řízky, které ve šťávě dusíme dalších 15 minut.

Před ukončením dušení šťávu podle potřeby přisolíme a zjemníme máslem.

Vhodné přílohy:

- různě upravené brambory,
- různě upravená rýže,
- jemnější druhy zeleninových salátů,
- přírodně upravená zelenina.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g		
1	Hovězí maso přední	S	450	g	450		
2	Vepřová plec b.k.	S	600	g	600		
3	Cibule	S	150	g	127,5		
4	Žemle	S	150	g	150		
5	Mléko	S	150	g	150		
6	Sůl	S	30	g	30		
7	Květ a pepř mletý	S	3	g	3		
8	Vejce	S	60	g	60		
9	Strouhanka	S	75	g	75		
10	Mouka hladká	S	30	g	30		
11	Tuk	S	150	g	150		
12	Máslo	S	50	g	50		
13	Vývar B - receptura č. 10101	S	700	g	700		

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2456,4 g	656,4 g	1800 g	2133 KJ	180 g	g	150 g sekané

Výrobní postup:

Opláchnuté hovězí maso a ořezy mírně prosolíme, jemně umeleme s cibulí a za postupného přidávání studené vody vymícháme na lepivý práh.

Polovinu dávky vykostěného bůčku umeleme na hrubo, druhou polovinu nakrájíme na kostičky.

Do práhu přidáme strouhanou housku, mléko, rozmíchaná vejce, česnek utřený se solí, pepř, prosátou mouku, na hrubo umletý bůček, na kostičky nakrájený bůček a slaninu, směs pečlivě promícháme a tvarujeme z ní šišky, které vkládáme do tukem vytřeného pekáče.

Krátce po zapečení sekanou podlijeme trochou vody a za občasného přelévání šťávou (výpekem) a dolévání vody upečeme do nazlátlé barvy.

Upečenou sekanou vyjmeme, šťávu - výpek rozředíme vodou, podle potřeby přisolíme, přecedíme a převaříme.

Vhodné přílohy:

- různě upravené brambory,
- bramborový salát (bez majonézy),
- různě upravené zelí,
- různě zeleninové saláty,
- sladkokyselé okurky atp.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Hovězí maso přední b.k.	S	225	g	225
2	Hovězí ořez	S	225	g	225
3	Vepřový ořez	S	225	g	225
4	Cibule	S	60	g	51
5	Vepřový bůček s k.	S	330	g	290,4
6	Sůl	S	30	g	30
7	Voda	S	225	g	225
8	Strouhanka	S	135	g	135
9	Mléko	S	150	g	150
10	Vejce	S	60	g	60
11	Česnek	S	15	g	13,5
12	Pepř mletý	S	1,5	g	1,5
13	Mouka polohrubá	S	45	g	45
14	Slanina	S	60	g	60
15	Tuk	S	120	g	120
16	Voda pitná na podlévání	S	600	g	600

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
1593,5 g	593,5 g	1000 g	2089 KJ	100 g	g	

Výrobní postup:

Opláchnuté, jemně umleté maso s cibulí mírně osolíme, přidáme třený česnek, pepř, pečlivě drcenou majoránku, rozmíchané vejce, strouhanku a prosátou mouku a dobře promícháme (pokud je směs příliš hustá, zvlhčíme ji vodou). Z hotové směsi tvarujeme karbanátky, obalíme je postupně v prosáté mouce, ve směsi vajec rozmíchaných s mlékem, v prosáté strouhané housce a usmažíme zvolna do nazlátlé barvy. Usmažený pokrm ihned expedujeme.

Vhodné přílohy:

- různě upravené brambory,
- bramborový salát (bez majonézy),
- různé druhy zeleninových salátů,
- sterilovaná okurka, kapie atp.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g		
1	Hovězí ořez	S	400	g	400		
2	Vepřový ořez	S	300	g	300		
3	Cibule	S	50	g	42,5		
4	Sůl	S	30	g	30		
5	Česnek	S	10	g	9		
6	Pepř mletý	S	1	g	1		
7	Majoránka	S	1	g	1		
8	Vejce	S	40	g	40		
9	Strouhanka	S	60	g	60		
10	Mouka hladká	S	30	g	30		
11	Voda	S		g			
12	Na obalení	S		g			
13	Mouka hladká	S	100	g	100		
14	Vejce	S	80	g	80		
15	Mléko	S	100	g	100		
16	Strouhanka	S	200	g	200		
17	Tuk	S	200	g	200		

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
1611 g	361 g	1250 g	1461 KJ	125 g	80 g	(3 kousky)

Výrobní postup:

Maso opláchneme, jemně je umeeme společně s poloviční dávkou cibule, mírně osolíme, přidáme mletou papriku a pepř, směs pečlivě promícháme a rozdělíme na 30 dílků.

Z jednotlivých dílků tvarujeme válečky (šišky) stejné velikosti a v horkém tuku je opečeme dozlatova.

Při podávání přeléváme čevapčiči zbylým tukem - výpekem, obkládáme hořčicí a zbylou dávkou jemně nakrájené cibule.

Vhodné přílohy:

- různě upravené brambory,
- chléb, pečivo.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g		
1	Hovězí zadní maso b.k.	S	500	g	500		
2	Vepřový ořez	S	500	g	500		
3	Cibule	S	300	g	255		
4	Sůl	S	30	g	30		
5	Paprika mletá	S	5	g	5		
6	Pepř mletý	S	1	g	1		
7	Tuk	S	120	g	120		
8	Hořčice	S	200	g	200		

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3721 g	1521 g	2200 g	1813 KJ	220 g	g	120 g lusk

Výrobní postup:

Do opláchnutého, jemně umletého masa přidáme rozmíchaná vejce, trochu soli, pepř, strouhanou housku, polovinu dávky cibule nakrájené najemno, směs pečlivě promícháme a rozdělíme na 10 dílů. Paprikové lusky omyjeme, vykrojíme stopky, vnitřky zbavíme semen a papriky naplníme připravenou masovou směsí. Na části tuku mírně osmahneme na jemné plátky nakrájenou zeleninu a zbylou cibuli, přidáme koření, zastříkneme octem, přidáme rajčatový protlak a trochu vody a uvedeme do varu. Do vařícího základu narovnáme naplněné papriky a zvolna je dusíme asi 1/2 hodiny. Potom je vyjmeme. Základ zahustíme světlou zasmažkou, připravenou ze zbylé dávky tuku a z prosáté mouky, zalijeme zbylou dávkou vody, pečlivě rozšleháme a za občasného promíchání vaříme alespoň 20 minut. Před ukončením varu omáčku přisladíme, podle potřeby ji dosolíme a nakonec ji přecedíme na podušené papriky, které v ní ještě znovu krátce podusíme.

Vhodné přílohy:

- různě upravené brambory,
- různě upravená rýže.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Hovězí maso přední	S	250	g	250
2	Vepřový ořez	S	500	g	500
3	Vejce	S	80	g	80
4	Sůl	S	30	g	30
5	Pepř mletý	S	1	g	1
6	Strouhanka	S	100	g	100
7	Cibule	S	150	g	128
8	Paprikové lusky	S	100	g	750
9	Tuk	S	120	g	120
10	Zelenina kořenová	S	100	g	80
11	Koření divoké	S	2	g	2
12	Ocet	S	50	g	50
13	Rajčatový protlak	S	300	g	300
14	Voda	S	1200	g	1200
15	Mouka hladká	S	100	g	100
16	Cukr krystal	S	30	g	30

Kuřecí maso

Název receptury : **Kuře na kari**

16522

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3339,5 g	1039,5 g	2300 g	2473 KJ	230 g	g	90 g kuřete

Výrobní postup:

Opláchnutou kuřecí svalovinu (prsíčka, stehna) nakrájíme na kostičky, osolíme, promícháme s vejci a částí máčeného škrobu. Prudce opečeme v horkém tuku a přidáme na kostičky nakrájený, očištěný a opláchnutý pórek, jemně nakrájenou cibuli, sterilovaný hrášek, kari koření a krátce podusíme. Pokrm zalijeme zálivem připraveným z dezertního vína, vývaru, glutasolu, soli a druhé části máčeného škrobu. Dobře promícháme, krátce prohřejeme. Při podávání pokrm posypeme propláchnutou a překrájenou petrželovou natí.

Vhodné přílohy:

- různě upravená rýže,
- pečivo, chléb.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Čistá kuřecí svalovina	S	1500	g	1500
2	Sůl	S	30	g	30
3	Vejce	S	200	g	200
4	Solamyl	S	200	g	200
5	Olej	S	300	g	300
6	Pórek	S	200	g	160
7	Cibule	S	500	g	425
8	Hrášek sterilovaný bez nálevu	S	200	g	200
9	Kari koření	S	50	g	50
10	Dezertní víno	S	120	g	120
11	Vývar C - receptura 10304	S	100	g	100
12	Glutasol	S	20	g	20
13	Petrželová nat'	S	50	g	34,5

Název receptury : **Kuře pečené - grilované**

18002

1 kg

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
1585 g	585 g	1000 g	689 KJ	1000 g	0 g	kosti

Výrobní postup:

Očištěná kuřata opláchneme, necháme dobře okapat, mírně je osolíme na povrchu i uvnitř, poprášíme paprikou, potřeme olejem a necháme krátce v chladnu odležet.

Odleželá kuřata napícháme na grilovací jehly, upevníme je, vložíme do grilovacího zařízení a za občasného potírání zbylým olejem (případně odkapávající šťávou) upečeme doměkka.

Vhodné přílohy:

- jemnější druhy zeleninových salátů,
- různě upravené brambory,
- různé druhy pečiva,
- různé doplňky (ochucená másla, kečup, sterilované okurky, jemné studené pikantní omáčky apod.)

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Kuře	S	1500	g	1500
2	Sůl	S	20	g	20
3	Paprika mletá	S	15	g	15
4	Olej stolní	S	50	g	50

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
4201,5 g	1801,5 g	2400 g	2113 KJ	240 g	210 g	<i>nádivky</i>

Výrobní postup:

Očištěná kuřata opláchneme, necháme okapat a kůži na prsíčkách uvolníme pro náplň. Žemli oloupeme, nakrájíme na drobné kostičky, pokropíme mlékem a necháme vsáknout. Máslo vyšleháme se žloutky, mírně osolíme, přidáme opláchnutou a jemně nakrájenou petrželovou nať nebo pažitku, mletý květ nebo oříšek, připravenou zvlhčenou žemli a pečlivě promícháme. Z bílků vyšleháme pevný sníh a lehce jej vmícháme do nádivky. Připravená kuřata naplníme nádivkou, ztvarujeme nití nebo ocelovou jehlicí, mírně osolíme na povrchu i uvnitř a dáme do pekáče. Mírně je podlijeme vodou, přidáme 2/3 dávky másla a upečeme doměkka. Během pečení kuřata přeléváme výpekem a podle potřeby podléváme vodou, aby se šťáva nepřipálila. Upečená kuřata vyjmeme. Šťávu podle potřeby zředíme vodou, procedíme, zjemníme zbylou dávkou másla a krátce převaříme. Při expedici kuřeti nasekneme vždy klouby a sekáme část prsíček s nádivkou a část stehna. Jednotlivé porce podléváme šťávou.

Vhodné přílohy:

- různě upravené brambory,
- různě upravená rýže,
- jemnější druhy zeleninových salátů,
- kompoty.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	<i>Kuře</i>	S	2500	g	2500
2	<i>Sůl</i>	S	30	g	30
3	<i>Máslo</i>	S	150	g	150
4	<i>Voda</i>	S	600	g	600
5	<i>Nádivka</i>	S		g	
6	<i>Žemle</i>	S	500	g	475
7	<i>Mléko</i>	S	250	g	250
8	<i>Máslo</i>	S	50	g	50
9	<i>Vejce</i>	S	120	g	120
10	<i>Sůl</i>	S	10	g	10
11	<i>Petrželová nať</i>	S	20	g	15
12	<i>Muškatový květ</i>	S	1,5	g	1,5

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
4265 g	1265 g	3000 g	1693 KJ	300 g	150 g	omáčky

Výrobní postup:

Očištěná kuřata opláchneme, rozporcujeme, nasekneme v kloubech a osolíme. Jemně nakrájenou cibuli osmahneme dorůžova na polovině dávky tuku, přidáme papriku, po zpěnění zalijeme částí vody a uvedeme do varu.

Do vařícího základu vložíme připravená kuřata a dusíme je doměkka. Potom je ze základu vyjmeme, základ zahustíme světlou zasmažkou připravenou z druhé poloviny dávky tuku a z prosáté mouky, rozředíme vodou, pečlivě rozšleháme a za občasného prošlehání zvolna vaříme nejméně 20 minut. V polovině varu přidáme do omáčky mléko a smetanu, podle potřeby přisolíme, dovaříme a procedíme na porce dušených kuřat. Omáčku společně s kuřaty znovu krátce podusíme.

Vhodné přílohy:

- různě upravená rýže,
- různě upravené těstoviny,
- máslové noky,
- různě upravené brambory.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Kuře	S	2500	g	2500
2	Sůl	S	30	g	30
3	Cibule	S	200	g	170
4	Tuk	S	150	g	150
5	Paprika mletá	S	15	g	15
6	Voda	S	800	g	800
7	Mouka hladká	S	100	g	100
8	Mléko	S	250	g	250
9	Smetana	S	250	g	250

Název receptury : **Kuřecí maso na indický způsob (min.)**

18024

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3407,5 g	1307,5 g	2100 g	2081 KJ	210 g	90 g	šťávy a jablek

Výrobní postup:

Kuřecí svalovinu (prsíčka a stehna) nakrájíme přes vlákno na tenčí menší plátky.

Jemně nakrájenou cibuli mírně osmahneme na tuku, přidáme nakrájenou kuřecí svalovinu, osmahneme, přidáme kari koření a máslo, pečlivě promícháme, mírně zaprášíme prosátou moukou, znovu krátce osmahneme, zalijeme smetanou a krátce podusíme. Nakonec přidáme oloupaná, na plátky nebo drobnější hranolky nakrájená jablka, pokrm mírně osolíme, krátce podusíme, přichutíme citronovou šťávou a ihned expedujeme.

Vhodné přílohy:

- různě upravené brambory,
- různě upravená rýže.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Čistá kuřecí svalovina	S	1500	g	1500
2	Cibule	S	200	g	170
3	Tuk	S	150	g	150
4	Kari koření	S	30	g	30
5	Máslo	S	150	g	150
6	Mouka hladká	S	20	g	20
7	Smetana	S	800	g	800
8	Jablka	S	750	g	487,5
9	Sůl	S	40	g	40
10	Citron	S	150	g	60

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3582,5 g	582,5 g	3000 g	2598 KJ	300 g	60 g	

Výrobní postup:

Drobně nakrájenou drůbeží svalovinu osmahneme s jemně nakrájenou cibulí, předem osmaženou na dávce tuku dorůžova.

Očištěné, opláchnuté a na jemnější plátky nakrájené žampiony osmahneme na másle, přidáme okapanou sterilovanou zeleninu (hrášek a mrkev), zastříkneme vývarem B, krátce podusíme, přidáme osmaženou kuřecí svalovinu, podle potřeby přisolíme, promícháme a krátce znovu podusíme.

Hotovou směs (maso, žampiony a zeleninu) lehce promícháme s horkou udušenou rýží, pomocí vhodného tvořítka upravíme rizoto na talíř, posypeme nastrohaným sýrem a ihned expedujeme. Pokrm připravujeme vždy na objednávku.

Vhodné přílohy:

- jemnější druhy zeleninových salátů,
- kompoty,
- sterilované okurky, kapie apod.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g		
1	Čistá kuřecí svalovina	S	1000	g	1000		
2	Cibule	S	150	g	127,5		
3	Tuk	S	150	g	150		
4	Žampiony	S	200	g	190		
5	Máslo	S	100	g	100		
6	Hrášek sterilovaný b.n.	S	200	g	200		
7	Mrkev	S	100	g	100		
8	Vývar B - receptura č. 10101	S	100	g	100		
9	Sůl	S	20	g	20		
10	Rýže dušená	S	1500	g	1500		
11	Sýr tvrdý	S	100	g	95		

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
1810 g	610 g	1200 g	1441 KJ	120 g	65 g	

Výrobní postup:

Kuřecí prsíčka nakrájíme šikmými řezy přes vlákno na plátky, mírně naklepeme, osolíme, obalíme v prosáté mouce, ve vejcích rozšlehaných s mlékem, v prosáté strouhané housce a usmažíme v horkém tuku po obou stranách do světlé nazlátlé barvy. Usmažené řízky potřeme rozpuštěným máslem a ihned expedujeme. Smažíme je vždy na objednávku.

Vhodné přílohy:

- různě upravené brambory,
- bramborový salát (bez majonézy),
- jemnější druhy zeleninových salátů,
- kompoty,
- řez - porce citronu.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g		
1	Čistá krůtí svalovina - prsa	S	1000	g	1000		
2	Sůl	S	30	g	30		
3	Mouka hladká	S	100	g	100		
4	Vejce	S	80	g	80		
5	Mléko	S	100	g	100		
6	Strouhanka	S	200	g	200		
7	Tuk	S	250	g	250		
8	Máslo	S	50	g	50		

Název receptury : **Drůbeží játra na cibulce (minutka)**

18301

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
1913 g	713 g	1200 g	1468 KJ	120 g	90 g	šťávy s cibulí

Výrobní postup:

Očištěná drůbeží játra pečlivě opláchneme, necháme okapat a nakrájíme na větší kousky. Cibuli nakrájíme na jemné plátky, osmahneme na tuku dorůžova, přidáme připravená játra, okmínujeme a opepříme, opečeme a krátce podusíme pod poklicí. Udušená játra nakonec mírně osolíme a ihned expedujeme.

Vhodné přílohy:

- různě upravené brambory,
- různě upravená rýže,
- jemnější druhy zeleninových salátů.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g		
1	Játra kuřecí, slepičí, krůtí	S	1500	g	1425		
2	Cibule	S	300	g	255		
3	Tuk	S	200	g	200		
4	Kmín	S	3	g	3		
5	Sůl	S	30	g	30		

Ryby a bezmasá jídla

Název receptury : **Rybí filé pečené na másle (minutka)**

19114

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
1810 g	510 g	1300 g	1288 KJ	130 g	g	výpeku - šťávy

Výrobní postup:

Rybí filé nakrájíme na porce, mírně osolíme a poprášíme z jedné strany moukou. Pomoučenou stranou opečeme filé na horkém tuku, obrátíme, přidáme máslo a dopečeme za občasného přelití výpekem - šťávou s máslem. Upečené filé ihned expedujeme.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g		
1	Rybí filé (z mořských ryb)	S	1500	g	1500		
2	Sůl	S	30	g	30		
3	Mouka hladká	S	30	g	30		
4	Tuk	S	100	g	100		
5	Máslo	S	150	g	150		

Název receptury : **Rybí filé dušené v leču**

19118

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3246,5 g	746,5 g	2500 g	1135 KJ	250 g	105 g	leča

Výrobní postup:

Rybí filé nakrájíme na porce. Na tuku osmahneme dorůžova cibuli nakrájenou na plátky, vložíme na ni mírně osolené, pomoučené a opečené filé, zastříkneme vodou, přidáme rajčatový protlak a krátce podusíme. Nakonec přidáme lečo, pokrm dodusíme a ihned expedujeme.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g		
1	Rybí filé (z mořských ryb)	S	1500	g	1500		
2	Tuk	S	100	g	100		
3	Cibule	S	100	g	85		
4	Sůl	S	30	g	30		
5	Mouka hladká	S	30	g	30		
6	Pepř mletý	S	1,5	g	1,5		
7	Voda	S	500	g	500		
8	Rajčatový protlak	S	200	g	200		
9	Lečo sterilované	S	800	g	800		

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
1640 g	240 g	1400 g	2699 KJ	140 g	g	(2 plátky)

Výrobní postup:

Sýr zbažený tvrdého povrchu nebo obalu nakrájíme na plátky, obalíme v prosáté mouce, ve vejcích rozšlehaných s mlékem, v prosáté strouhance, usmažíme v horkém tuku do světle nazlátlé barvy a ihned expedujeme.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Sýr tvrdý	S	1000	g	950
2	Mouka hladká	S	60	g	60
3	Vejce	S	80	g	80
4	Mléko	S	150	g	150
5	Strouhanka	S	200	g	200
6	Tuk	S	200	g	200

Název receptury : **Květákový mozeček (minutka)**

20205

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2301,5 g	301,5 g	2000 g	1246 KJ	200 g	g	

Výrobní postup:

Opláchnutý květák uvaříme v mírně osolené vodě téměř doměkka, vyjeme a okapaný rozebereme na drobné růžičky nebo rozkrájíme.

Jemně nakrájenou cibuli osmahneme dorůžova na tuku, přidáme připravený květák, mírně opepříme a za stálého míchání částečně vysmahneme. Potom květák zalijeme rozmíchanými vejci, mírně přisolíme a zvolna promícháme, až se vejce srazí

a pokrm mírně zhoustne.

Hotový mozeček ihned expedujeme.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Květák očištěný	S	1100	g	1100
2	Voda	S		g	
3	Sůl	S	30	g	30
4	Cibule	S	200	g	170
5	Tuk	S	200	g	200
6	Pepř mletý	S	1,5	g	1,5
7	Vejce	S	800	g	800

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3447 g	347 g	3100 g	1665 KJ	310 g	g	

Výrobní postup:

Fazolové lusky nakrájíme na menší kousky a krátce povaříme v malém množství vody. Z másla a prosáté mouky připravíme světlou zasmažku, zalijeme ji vývarem z lusků, smetanou, rozšleháme a povaříme. Omáčku přecedíme na lusky a dochutíme převařeným octem, solí a povaříme. Nakonec přidáme umytý jemně nakrájený kopr.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Fazolové lusky	S	2000	g	2000
2	Sůl	S	30	g	30
3	Voda	S	150	g	150
4	Máslo	S	150	g	150
5	Mouka hladká	S	100	g	100
6	Smetana	S	1000	g	1000
7	Kopr čerstvý	S	10	g	7
8	Ocet	S	10	g	10

Název receptury : **Květák smažený (minutka)**

20213

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2800 g	800 g	2000 g	2074 KJ	200 g	g	

Výrobní postup:

Opáchnutý květák částečně uvaříme v mírně osolené vodě, vyjmeme a necháme okapat. Potom jej rozebereme na menší růžice, postupně obalíme v prosáté mouce, ve vejcích rozšlehaných s mlékem a mírně osolených a v prosáté strouhance. Obalený květák zvolna osmažíme v horkém tuku do světlé nazlátlé barvy a po usmažení ihned expedujeme. (Květák rozebraný na drobnější růžičky se rychleji a lépe prosmaží.)

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Květák očištěný	S	1600	g	1600
2	Voda	S		g	
3	Sůl	S	30	g	30
4	Mouka hladká	S	150	g	150
5	Vejce	S	120	g	120
6	Mléko	S	200	g	200
7	Strouhanka	S	400	g	400
8	Tuk	S	300	g	300

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3670 g	670 g	3000 g	2484 KJ	300 g	g	200 g knedlíků

Výrobní postup:

Opláchnuté brambory nastrouháme na jemném struhadle, necháme ustát a vodu scedíme.

Vařené oloupané brambory nastrouháme a přidáme k syrovým bramborám. Do směsi dáme vejce, sůl, prosátou hrubou mouku a dobře promícháme.

Z těsta vykrajujeme polévkovou lžící noky, zavařujeme je do vařící osolené vody a zvolna vaříme asi 10 - 12 minut doměkka.

Kysané zelí zalijeme vodou a uvaříme doměkka. Měkké zelí zahustíme cibulí osmaženou na části tuku a zaprášenou prosátou hladkou moukou, podusíme a dochutíme cukrem.

Vařené chlupaté knedlíky promícháme s upraveným zelím a při podávání přelijeme rozehřátým tukem.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Brambory loupané	S	1560	g	1560
2	Brambory vařené	S	200	g	200
3	Vejce	S	40	g	40
4	Sůl	S	30	g	30
5	Mouka hrubá	S	600	g	600
6	Zelí kysané	S	800	g	800
7	Cibule	S	200	g	170
8	Sádlo škvařené	S	200	g	200
9	Mouka hladká	S	20	g	20
10	Cukr	S	50	g	50

Název receptury : **Bramborový salát**

21018

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2169,5 g	169,5 g	2000 g	793 KJ	200 g	g	

Výrobní postup:

Brambory a okurky nakrájíme na tenké plátky, přidáme jemně nakrájenou cibuli, sůl, ocet, mletý pepř, olej, nálev z okurek a cukr, směs lehce promícháme a hotový salát necháme v chladu krátce proležet.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Brambory uvařené ve slupce	S	1600	g	1600
2	- oloupané a vychladlé	S		g	
3	Okurky sterilované bez nálevu	S	200	g	180
4	Cibule	S	150	g	127,5
5	Sůl	S	30	g	30
6	Ocet	S	50	g	50
7	Pepř mletý	S	2	g	2
8	Olej stolní	S	50	g	50
9	Nálev z okurek	S	100	g	100
10	Cukr	S	30	g	30

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
1291 g	91 g	1200 g	110 KJ	120 g	g	

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Okurky salátové	S	1500	g	1200
2	Sůl	S	20	g	20
3	Ocet	S	20	g	20
4	Voda	S	20	g	20
5	Cukr	S	30	g	30
6	Pepř mletý	S	1	g	1

Název receptury : **Okurkový salát se smetanou**

21099

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
1331 g	31 g	1300 g	160 KJ	130 g	g	

Výrobní postup:

Salátové okurky oloupeme, zbavíme hořkých částí, opláchneme ve studené vodě a nakrouháme na tenké plátky. Nakrouhané okurky promícháme se zálivkou připravenou z rozšlehané smetany, soli, cukru a octa. Salát uchovááme v chladu.

Porce okurkového salátu, klademe ne skleněné misky nebo talířky a na povrchu opepříme.

Podáváme jako doplněk k různým pokrmům.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Okurky salátové	S	1000	g	800
2	Smetana zakysaná	S	500	g	500
3	Sůl	S	10	g	10
4	Cukr	S	10	g	10
5	Ocet	S	10	g	10
6	Pepř mletý	S	1	g	1

Název receptury : **Šopský salát**

30050

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
5465 g	g	5465 g	KJ	546,5 g	g	

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Cibule	S	200	kg	200
2	Slunečnicový olej	S	250	kg	250
3	Sul	S	10	g	10
4	Rajcata	S	1500	g	1500
5	Okurky salátové	S	1000	kg	1000
6	Balkánský sýr	S	1000	kg	1000
7	Pepr	S	5	g	5
8	Paprika	S	1500	kg	1500

Sladká jídla

Název receptury : **Bramborové šišky s máslem a mákem**

20602

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3570 g	120 g	3450 g	3798 KJ	345 g	g	celkem (15 šišek)

Výrobní postup:

Je stejný jako u receptury č. 20601 Bramborové šišky s máslem a houskou s tím, že jako posyp použijeme ještě dávku mletého máku.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g		
1	Brambory	S	2400	g	1680		
2	Sůl	S	30	g	30		
3	Vejece	S	120	g	120		
4	Krupice	S	240	g	240		
5	Mouka hrubá		600	g	600		
6	Voda	S		g			
7	Strouhanka	S	300	g	300		
8	Cukr moučka	S	150	g	150		
9	Mák	S	150	g	150		
10	Máslo	S	300	g	300		

Název receptury : **Krupicová kaše s máslem a kakaem**

20607

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
4355 g	605 g	3750 g	3134 KJ	375 g	g	

Výrobní postup:

Je stejný jako u receptury č. 20605 Krupicová kaše s máslem a skořicí s tím, že k posypání používáme místo mleté skořice dávku prosátého kakaového prášku.

Poznámka:

Jako moučník podáváme 1/3 dávky hlavního jídla, tj. 125 g.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g		
1	Mléko	S	3000	g	3000		
2	Sůl	S	5	g	5		
3	Krupice	S	600	g	600		
4	Cukr moučka	S	300	g	300		
5	Kakaový prášek	S	150	g	150		
6	Máslo	S	300	g	300		

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
4360 g	610 g	3750 g	3131 KJ	375 g	g	

Výrobní postup:

Je stejný jako u receptury č. 20610 Rýžová kaše s máslem a skořicí s tím, že k posypání použijeme místo mleté skořice dávku prosátého kakaového prášku.

Poznámka:

Jako moučník podáváme 1/3 dávky hlavního jídla, tj. 125 g.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Rýže	S	600	g	600
2	Mléko	S	3000	g	3000
3	Sůl	S	10	g	10
4	Cukr moučka	S	300	g	300
5	Kakaový prášek	S	150	g	150
6	Máslo	S	300	g	300

Název receptury : **Rýžový nákyp se švestkami**

20614

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
4098 g	648 g	3450 g	2903 KJ	345 g	g	

Výrobní postup:

Je stejný jako u receptury č. 20613 Rýžový nákyp s jablky s tím, že místo jablek se použijí k přípravě vypeckované kompotované švestky. Nákyp se připravuje bez rozinek. Dávka krupicového cukru je určena k vyšlehání bílků a vanilínový cukr zamícháme spolu se skořicí do udušené rýže.

Poznámka:

Jako moučník podáváme 1/3 dávky hlavního jídla, tj. 115 g.

Místo kompotovaných švestek lze k přípravě použít kompotované třešně, višně apod.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Rýže	S	600	g	600
2	Mléko	S	1500	g	1500
3	Sůl	S	15	g	15
4	Máslo	S	300	g	300
5	Vejte	S	240	g	240
6	Vanilínový cukr	S	30	g	30
7	Citronová kůra	S	30	g	30
8	Cukr krupice do bílků	S	120	g	120
9	Švestkový kompot	S	1200	g	1200
10	Skořice mletá	S	3	g	3
11	Cukr moučka na posypání	S	60	g	60

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet. hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3300 g	500 g	2800 g	3110 KJ	280 g	g	celkem 4 ks

Výrobní postup:

Vejce pečlivě rozmícháme, mírně osolíme, rozředíme mlékem a za stálého prošlehávání metlou přisypeme dávku prosáté polohrubé mouky.

Z hotového hladkého těstíčka upečeme v tukem vytřených pánvích tenké palačinky (pečeme je po obou stranách).

Upečené horké palačinky potřeme tence džemem, zavineme nebo složíme, popřípadě překrojíme, posypeme prosátým moučkovým cukrem a expedujeme.

Poznámka:

Jako moučník podáváme 1/4 dávky - 1 ks palačinky o hmotnosti 70 g nebo 1/2 dávky - 2 ks o hmotnosti 140 g.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g		
1	Vejce	S	240	g	240		
2	Sůl	S	10	g	10		
3	Mléko	S	1500	g	1500		
4	Mouka polohrubá	S	750	g	750		
5	Tuk	S	300	g	300		
6	Džem	S	400	g	400		
7	Cukr moučka	S	100	g	100		

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
5170 g	970 g	4200 g	4474 KJ	420 g	g	210 g krému

Výrobní postup:

Droždí promícháme s trochou cukru, rozředíme malým množstvím vlažného mléka, přidáme trochu prosáté hladké mouky a promícháme, až vznikne řídké těstíčko - kvásek, který necháme na teple vykynout.

Do zbylé dávky prosáté mouky (trochu mouky odložíme na vyválení těsta) přidáme vejce, zbylý cukr, jemně nastrouhanou kůru z pečlivě opláchnutého citronu, sůl, asi 200 g rozpuštěného vlažného másla, zbylou dávku vlažného mléka a vykynutý kvásek a směs pečlivě promícháme a propracujeme.

Hotové těsto necháme dostatečně vykynout, potom je rozválíme na silnější prameny (válečky) o průměru 1,5 - 2 cm, které rozkrájíme na dílky (terče) a skládáme ve vrstvách do máslem vytřeného pekáče. Jednotlivé dílky i vrstvy promašťujeme zbylou dávkou rozpuštěného másla.

Buchtičky necháme opět vykynout, na povrchu je potřeme máslem a upečeme ve středně vyhřáté troubě dočervena. Při expedici přeléváme jednotlivé porce buchtiček horkým vanilkovým krémem.

Příprava krému:

Polovinu dávky mléka dáme svařit s 2/3 dávky cukru. Do vařícího mléka vlijeme krémový prášek rozmíchaný pečlivě s částí (asi polovinou) zbylého mléka a za neustálého prošlehávání směs převaříme, až mírně zahoustne.

Do zahoustlé směsi zamícháme žloutky rozšlehané se zbylou třetinou dávky cukru a zbylým mlékem a zvolna, za stálého prošlehávání uvedeme krém téměř do varu (nesmí se vařit - žloutky by se srazily). Nakonec krém ochutíme vanilínovým cukrem.

Hotový krém uschováme po čas expedice v nádobě s horkou vodou.

Poznámka:

Jako moučník podáváme 1/3 dávky hlavního jídla, tj. 140 g.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Těsto	S		g	
2	Droždí	S	50	g	50
3	Cukr krupice	S	150	g	150
4	Mléko	S	750	g	750
5	Mouka hladká	S	1200	g	1200
6	Vejce	S	120	g	120
7	Citronová kůra	S	20	g	20
8	Sůl	S	10	g	10
9	Máslo	S	350	g	350
10	Vanilkový krém:	S		g	
11	Mléko	S	2000	g	2000
12	Cukr krupice	S	200	g	200
13	Krémový prášek	S	100	g	100
14	Žloutky	S	200	g	200
15	Cukr vanilínový	S	20	g	20

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3885 g	135 g	3750 g	3653 KJ	375 g	g	

Výrobní postup:

Těstoviny nasypeme do vařící, mírně osolené vody, promícháme, uvaříme je doměkka a propláchneme horkou vodou. Jednotlivé porce posypeme směsí moučkového a vanilínového cukru s mletým mákem, přelijeme rozpuštěným máslem a ihned expedujeme.

Poznámka:

Jako moučník podáváme 1/3 dávky hlavního jídla, tj. 125 g.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Nudle široké	S	1300	g	3120
2	- nebo nudle domácí	S		g	
3	Sůl	S	15	g	15
4	Voda	S		g	
5	Cukr moučka	S	240	g	240
6	Vanilínový cukr	S	60	g	60
7	Mák	S	150	g	150
8	Máslo	S	300	g	300

Název receptury : **Žemlovka jableková**

20635

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3993 g	543 g	3450 g	3549 KJ	345 g	g	

Výrobní postup:

Žemli nakrájíme na tenčí plátky a zvlhčíme mírně osolenou směsí vajec rozšlehaných s mlékem.

Opláchnutá jablka oloupeme, zbavíme jádřinců a nakrájíme na tenčí plátky.

Vhodný pekáč vymastíme jednou třetinou dávky tuku, na dno rozložíme třetinu navlhčených žemlí, na žemle navrstvíme polovinu dávky nakrájených jablek, posypeme je přebranými, opláchnutými a spařenými rozinkami a polovinu krupicového cukru promíchaného se skořicí. Na ochucená jablka narovnáme další třetinu žemlí a na žemle zbylou polovinu jablek s cukrem, skořicí a rozinkami. Vrchní vrstvu tvoří poslední třetina žemlí. Žemlovku pokapeme zbylou dávkou rozpuštěného tuku a ve středně vyhřáté troubě upečeme dorůžova.

Při expedici krájíme žemlovku obvyklým způsobem a sypeme směsí moučkového a vanilínového cukru.

(Žemlovku lze také připravit tak, že se s mlékem rozšlehnají jen žloutky, z bílků se vyšlehá s částí cukru pevný sníh, který se navrství na téměř upečenou žemlovku a nechá krátce zapéci.)

Poznámka:

Jako moučník podáváme 1/3 dávky hlavního jídla, tj. 115 g.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Žemle	S	1200	g	1200
2	Vejece	S	180	g	180
3	Mléko	S	900	g	900
4	Sůl	S	15	g	15
5	Jablka	S	1500	g	975
6	Rozinky	S	60	g	60
7	Cukr krupice	S	180	g	180
8	Skořice mletá	S	3	g	3
9	Tuk	S	300	g	300
10	Cukr moučka	S	150	g	150
11	Vanilínový cukr	S	30	g	30

Rychlovky

Název receptury : **Šunkové flíčky zapečené**

13412

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3742 g	742 g	3000 g	4180 KJ	300 g	g	

Výrobní postup:

Opláchnutý bůček uvaříme doměkka, zcela vykostíme (včetně chrupavek) a nakrájíme na menší kostičky nebo plátky. Těstoviny uvaříme v osolené vodě, scedíme a propláchneme studenou vodou. Těstoviny mírně osolíme, opepříme, přidáme muškátový květ nebo oříšek, 2/3 dávky rozpuštěného tuku, asi 1/3 dávky mléka, směs pečlivě promícháme, vložíme do pekáče vymaštěného zbývající dávkou tuku a vysypaného strouhanou houskou a v troubě zapečeme. Po zapečení zalijeme flíčky rozšlehanými vejci s mlékem a dopečeme do nazlátlé barvy.

Vhodné přílohy:

- okurky sterilované,
- různé druhy zeleninových salátů.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Vepřový uzený bůček s.k.	S	1000	g	1000
2	Těstoviny	S	750	g	1800
3	Sůl	S	40	g	40
4	Pepř mletý	S	1	g	1
5	Květ mletý nebo muškát. oříšek	S	1	g	1
6	Tuk	S	150	g	150
7	Mléko	S	500	g	500
8	Vejce	S	200	g	200
9	Strouhanka	S	50	g	50

Název receptury : **Bramborové knedlíky plněné uzeným masem**

13416

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3642,5 g	642,5 g	3000 g	3912 KJ	300 g	g	sádla s cibulí

Výrobní postup:

Opláchnutý bůček uvaříme doměkka, zcela vykostíme (včetně chrupavek) a nakrájíme na drobné kostičky. Brambory uvařené ve slupce oloupeme, dobře vychladlé umelíme, přidáme prosátou hrubou mouku a krupici, vejce a sůl a směs zpracujeme v tužší těsto, které vyválíme na plát o síle asi 5 mm. Plát nakrájíme na čtverce (2 na menší a 3 na větší porci), do středu navršíme dávku nakrájeného masa a sbalíme knedlíky, které vkládáme do vařící mírně osolené vody.

Uvařené knedlíky (vaří se 10 - 15 minut) vyjmeme a udržujeme je teplé v páře.

Na tuku osmažíme do světlé, nazlátlé barvy drobně nakrájenou cibuli.

Při expedici knedlíky rozkrojíme na poloviny a omastíme (přelijeme) tukem s osmaženou cibulí.

Vhodné přílohy:

- různé druhy upraveného zelí.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Vepřový uzený bůček s.k.	S	750	g	750
2	Brambory	S	2500	g	1750
3	Mouka hladká	S	400	g	400
4	Krupice	S	150	g	150
5	Vejce	S	80	g	80
6	Sůl	S	40	g	40
7	Mouka hladká	S	60	g	60
8	Tuk	S	200	g	200
9	Cibule	S	250	g	212,5

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
4091 g	91 g	4000 g	3249 KJ	400 g	g	

Výrobní postup:

Špagety uvaříme téměř doměkka (nesmějí být převařené - na lomu má zůstat bílá tečka) v dostatečném množství mírně osolené vody, pečlivě je propláchneme, necháme řádně okapat a promastíme 1/4 dávky tuku.

Na zbylé části tuku krátce podusíme šunku nakrájenou na drobnější kostičky, opláchnutá, očištěná a nakrájená rajčata a nakonec přidáme kečup. Směs znovu krátce podusíme a podle potřeby přisolíme.

Připravené uvařené špagety promícháme s horkou podušenou směsí a mírně opepříme.

Při expedici posypeme jednotlivé porce strouhaným tvrdým sýrem.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Špagety	S	900	g	2040
2	Sůl	S	60	g	60
3	Voda pitná na přípravu špaget	S		g	
4	Tuk	S	200	g	200
5	Šunka	S	500	g	500
6	Rajčata	S	1000	g	900
7	Kečup	S	200	g	200
8	Pepř mletý	S	1	g	1
9	Sýr tvrdý strouhaný	S	200	g	190

Název receptury : **Francouzské brambory**

13421

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3785 g	285 g	3500 g	2581 KJ	350 g	g	

Výrobní postup:

Uzenou vepřovou plec uvaříme téměř doměkka a nakrájíme na drobnější kostičky.

Brambory uvaříme ve sloupce, oloupeme a vychladlé nakrájíme na silnější plátky.

Vejsce uvaříme natvrdo, oloupeme a vychladlé nakrájíme na silnější plátky - kolečka.

Jemně nakrájenou cibuli osmažíme dorůžova na polovině dávky tuku.

Vhodnou nádobu - pekáč, zapékací misku - vymažeme druhou polovinou tuku a vysypeme strouhanou houskou. Na dno rozložíme polovinu dávky nakrájených brambor, mírně osolíme, opepříme, na brambory nasypeme nakrájené uzené maso, na uzené maso naklademe plátky vajec a posypeme je smaženou cibulí. Navrch rozložíme zbývající brambory, opět je mírně osolíme a opepříme a pokapeme zbývajícím rozpuštěným tukem.

Pokrm vložíme do vyhřáté trouby, po částečném propečení zalijeme mírně osolenými vejci, rozšlehanými se smetanou a mlékem a pečeme, až vaječná zálivka ztuhne a povrch pokrmu je zbarvený.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Uzená vepřová plec	S	500	g	500
2	Brambory	S	3000	g	2100
3	Vejsce	S	240	g	240
4	Cibule	S	180	g	144
5	Tuk	S	160	g	160
6	Strouhanka	S	100	g	100
7	Pepř mletý	S	1	g	1
8	Sůl	S	30	g	30
9	Vejsce	S	160	g	160
10	Smetana	S	150	g	150
11	Mléko	S	200	g	200

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3400 g	400 g	3000 g	1831 KJ	300 g	g	90 g uzeniny

Výrobní postup:

Opláchnuté klobásky nebo oloupaný salám nakrájíme na tenčí plátky, krátce osmahneme na jemně nakrájené cibuli předem osmažené dorůžova, přidáme opláchnutou a očištěnou zeleninu nakrájenou na kousky nebo plátky, mírně osolíme a za občasného promíchání podusíme, až zelenina (zejména paprika) částečně změkne. Potom přidáme vejce a za pozvolného míchání je necháme srazit. Pokrm připravujeme na objednávku a ihned expedujeme.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Klobása	S	1000	g	1000
2	(nebo salám měkký)	S		g	
3	Cibule	S	300	g	255
4	Tuk	S	150	g	150
5	Paprikové lusky	S	1500	g	1125
6	Rajčata	S	500	g	450
7	Sůl	S	20	g	20
8	Vejce	S	400	g	400

Název receptury : **Salám smažený v těstíčku (minutka)**

16005

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
1840 g	440 g	1400 g	2439 KJ	140 g	g	

Výrobní postup:

Salám oloupeme, nakrájíme šikmo na silnější plátky (1 plátek na 50 g, 2 plátky na 100 g), ponoříme do hladkého a mírně osoleného těstíčka připraveného z rozšlehaných vajec s mlékem a z prosáté mouky a usmažíme je do světlé nazlátlé barvy.

Usmažený pokrm ihned expedujeme.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Salám měkký	S	1000	g	970
2	Vejce	S	160	g	160
3	Mléko	S	200	g	200
4	Mouka hladká	S	200	g	200
5	Sůl	S	10	g	10
6	Tuk	S	300	g	300

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2166,5 g	166,5 g	2000 g	1257 KJ	200 g	g	

Výrobní postup:

Sterilované lečo scedíme přes hustý cedník, abychom je zbavili volné tekutiny, prohřejeme na tuku, podle potřeby přisolíme a mírně opepříme.

Vejce rozmícháme, vlijeme do horké zeleniny - leča a zvolna promícháváme, až se srazí do velkých vloček a pokrm mírně zhoustne. Ihned jej expedujeme.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Lečo sterilované	S	1200	g	1200
2	Tuk	S	150	g	150
3	Sůl	S	15	g	15
4	Pepř mletý	S	1,5	g	1,5
5	Vejce	S	800	g	800

Název receptury : **Vaječná omeleta se sýrem (minutka)**

20302

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
2022,5 g	222,5 g	1800 g	2095 KJ	180 g	g	

Výrobní postup:

Do pánvičky s rozpuštěným máslem vlijeme rozmíchaná, mírně osolená vejce, necháme trochu zapéci, posypeme sýrem nakrájeným na drobné kostičky a opláchnutou, jemně nakrájenou petrželovou natí nebo pažitkou, přeložíme na polovinu nebo zabalíme, krátce zapečeme v troubě a ihned expedujeme.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Máslo	S	200	g	200
2	Vejce	S	1200	g	1200
3	Sůl	S	30	g	30
4	Sýr tvrdý	S	600	g	570
5	Petrželová nať	S	30	g	22,5

Název receptury : **Vejce míchaná na cibulce (minutka)**

20308

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
1692,5 g	192,5 g	1500 g	1404 KJ	150 g	g	

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Tuk	S	200	g	200
2	Cibule	S	300	g	255
3	Vejce Poznámka: 1 vejce = 50g	S	1200	g	1200
4	Sůl	S	15	g	15
5	Pažitka	S	30	g	22,5

Název receptury : **Vejce sázené (vojské oko)**

20320

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
455 g	55 g	400 g	397 KJ	40 g	g	1 ks

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Tuk	S	50	g	50
2	Vejce 1 vejce = 40 až 50g	S	400	g	400
3	Sůl	S	5	g	5

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3144 g	344 g	2800 g	2187 KJ	280 g	g	

Výrobní postup:

Jemně nakrájenou cibuli osmahneme dorůžova na tuku se slaninou, nakrájenou na kostičky a částečně roztavenou, přidáme na hrubší nudle, hranolky nebo kostky nakrájené brambory, mírně opepříme, promícháme a krátce osmahneme. Osmahnutou směs zalijeme rozmíchanými, mírně osolenými vejci a v troubě rychleji zapečeme. Upečenou omeletu přeložíme v půli a ihned expedujeme.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g		
1	Cibule	S	150	g	127,5		
2	Slanina	S	150	g	150		
3	Tuk	S	150	g	150		
4	Brambory loupané	S	1500	g	1500		
5	Pepř mletý	S	1,5	g	1,5		
6	Vejce 1 vejce = 40 až 50g	S	1200	g	1200		
7	Sůl	S	15	g	15		

Název receptury : **Houskové knedlíky s vejci**

20324

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3930 g	330 g	3600 g	3831 KJ	360 g	g	

Výrobní postup:

Plátky knedlíků nakrájíme na menší kostky, prohřejeme je na horkém tuku, zalijeme rozmíchanými, mírně osolenými vejci a zvolna mícháme, až se vejce částečně spojí s knedlíky a srazí. Hotový pokrm ihned expedujeme.

Poznámka:

Na přání je možné připravit knedlíky s vejci obdobně jako omeletu s tím, že nakrájené knedlíky na horkém tuku opečeme, zalijeme rozmíchanými, mírně osolenými vejci a necháme případně zapéci v troubě.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g		
1	Knedlíky	S	2400	g	2400		
2	Tuk	S	300	g	300		
3	Vejce	S	1200	g	1200		
4	Sůl	S	30	g	30		

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3235 g	235 g	3000 g	2342 KJ	300 g	g	

Výrobní postup:

Přebraný, několikrát propláchnutý hrách zalijeme studenou vodou a necháme bobtnat nejlépe přes noc v chladničce. Nabobtnalý hrách uvaříme zcela doměkka ve vodě.

Uvařený hrách umeleme najemno nebo prolisujeme, mírně okořeníme mletým pepřem a drcenou majoránkou, česnekem rozetřeným se solí, rozředíme horkým vývarem, podle potřeby přisolíme a krátce povaříme za stálého míchání.

Hrachovou kaši expedujeme omaštěnou s jemně nakrájenou cibulí osmaženou do nazlátlé barvy na sádlo.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g		
1	Hrách	S	1100	g	2420		
2	Voda	S		g			
3	Pepř mletý	S	1,5	g	1,5		
4	Majoránka	S	1,5	g	1,5		
5	Česnek	S	30	g	27		
6	Sůl	S	30	g	30		
7	Vývar B - receptura č. 10101	S	300	g	300		
8	Cibule	S	300	g	255		
9	Sádlo škvařené	S	200	g	200		

Název receptury : **Čočka na kyselo**

20403

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3250 g	250 g	3000 g	2272 KJ	300 g	g	

Výrobní postup:

Přebranou, několikrát propláchnutou čočku zalijeme studenou vodou a necháme v chladu 1 - 2 hod. bobtnat.

Nabobtnalou čočku vaříme zvolna téměř doměkka ve vodě.

Jemně nakrájenou cibuli osmahneme na tuku dorůžova, přidáme prosátou mouku, krátce osmahneme a zamícháme do čočky, přichutíme solí a octem a pokrm dovaříme.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g		
1	Čočka	S	1125	g	2812,5		
2	Voda	S		g			
3	Cibule	S	150	g	127,5		
4	Tuk	S	200	g	200		
5	Mouka hladká	S	30	g	30		
6	Sůl	S	30	g	30		
7	Ocet	S	50	g	50		

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
3209,5 g	209,5 g	3000 g	2165 KJ	300 g	g	

Výrobní postup:

Přebrané, několikrát propláchnuté fazole zalijeme studenou vodou a necháme nabobtnat nejlépe přes noc v chladničce. Nabobtnalé fazole vaříme zvolna doměkka ve vodě.

Jemně nakrájenou cibuli osmahneme na sádle dorůžova, zamícháme je do fazolí, mírně osolíme, opepříme, zastříkneme vývarem B, mírně okyselíme a velmi krátce podusíme.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Fazole bílé	S	1000	g	2500
2	Voda	S		g	
3	Cibule	S	150	g	128
4	Sádlo škvařené	S	200	g	200
5	Sůl	S	30	g	30
6	Pepř mletý	S	1,5	g	1,5
7	Vývar B - receptura č. 10101	S	300	g	300
8	Ocet	S	50	g	50

Název receptury : **Bramborový guláš**

20504

10 porcí

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
4740 g	740 g	4000 g	1823 KJ	400 g	g	

Výrobní postup:

Jemně nakrájenou cibuli osmahneme dorůžova na slanině nakrájené na kostičky a částečně roztavené, zaprášíme paprikou, zpěníme, přidáme kmín, zalijeme vývarem B a uvedeme do varu. Do vařícího základu vložíme opláchnuté, na větší kostky nakrájené brambory, mírně osolíme a opepříme a chvíli dusíme pod poklicí. Částečně podušené brambory mírně zahustíme světlou zasmažkou připravenou z tuku a z prosáté mouky, dochutíme rozetřeným česnekem a za občasného promíchání dovaříme doměkka.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Cibule	S	400	g	340
2	Slanina	S	160	g	160
3	Paprika mletá	S	20	g	20
4	Kmín	S	2	g	2
5	Vývar B - receptura č. 10101	S	1600	g	1600
6	Brambory loupané	S	2400	g	2400
7	Sůl	S	20	g	20
8	Pepř mletý	S	2	g	2
9	Tuk	S	80	g	80
10	Mouka hladká	S	80	g	80
11	Česnek	S	40	g	36

Čistá váha	Ztráty celkem	Hmotnost výrobku	Energet.hodn.	Hmotnost 1 porce	Z toho masa	včetně
1400 g	500 g	900 g	1878 KJ	90 g	g	(1 ks)

Výrobní postup:

Opláchnuté brambory nastrouháme najemno, po krátkém ustátí slijeme vodu, přidáme mléko, prosátou mouku, vejce, rozetřený česnek se solí, pečlivě rozdrčenou majoránku a pepř a směs surovin důkladně promícháme.

Z těsta pečeme po obou stranách na horkém sádle ve vhodném lívanečnicku nebo malých pánvích bramboráky do nazlátlé barvy, Bramborák podáváme čerstvě upečený, delším udržováním v teple ztrácí křehkost.

Poznámka:

Podáváme-li bramborák jako hlavní jídlo, dáváme vždy několik kusů na 1 porci, například:

3 ks na porci - 270 g,

4 ks na porci - 360 g atd.

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g		
1	Brambory loupané	S	840	g	840		
2	Mléko	S	100	g	100		
3	Mouka hladká	S	200	g	200		
4	Vejce	S	40	g	40		
5	Česnek	S	10	g	9		
6	Sůl	S	10	g	10		
7	Majoránka	S	1	g	1		
8	Sádlo škvařené	S	200	g	200		

Na večer

Název receptury : **Nakládané tvarůžky**

50000

10 porcí

Čistá váha 2473 g Ztráty celkem g Hmotnost výrobku 2473 g Energet.hodn. KJ Hmotnost 1 porce 247,3 g Z toho masa g včetně g

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Olomoucké tvarůžky	S	320	kg	320
2	Pivní sýr	S	400	kg	400
3	Romadur	S	200	kg	200
4	Niva	S	300	kg	300
5	Feferonky	S	100	kg	100
6	Cibule	S	200	kg	200
7	Česnek	S	80	g	80
8	Petrzel	S	50	g	50
9	Kmín	S	10	kg	10
10	Paprika mletá	S	8	kg	8
11	Bobkový list	S	5	kg	5
12	Pivo černé	S	200	kg	200
13	Olej	S	600	kg	600

Název receptury : **Utopenci s cibulí**

50001

10 porcí

Čistá váha 4450 g Ztráty celkem g Hmotnost výrobku 4450 g Energet.hodn. KJ Hmotnost 1 porce 445 g Z toho masa g včetně g

Čís.	Druh potravin	Typ	Hrubá hmotnost g	MJ	Čistá hmotnost g
1	Cibule	S	800	kg	800
2	Sul	S	10	g	10
3	Voda	S	800	kg	800
4	Ocet	S	500	kg	500
5	Cukr	S	100	kg	100
6	Pepr	S	70	g	70
7	Nové korení	S	70	kg	70
8	Feferonky	S	100	kg	100
9	Špekáček	S	2000	g	2000

Inspirace

- (1) sobota Bramborový guláš (20504), chléb, čaj, svačina oplatek, večeře obložený chléb (zelenina, sýr, salám), čaj
- (2) neděle snídaně chléb, máslo, sýr - tvrdý, melta, čaj, svačina Ovoce, oběd Zeleninová polévka se strouháním (10233), Znojemská (11203), houskový knedlík, svačina Chléb s máslem, rajče, večeře Chléb, rybičková pomazánka, čaj
- (3) pondělí snídaně Vánočka, kakao, svačina Ovoce, rohlík, oběd Fazolová polévka (10144), Květákový mozeček (20205), brambory (21001), okurkový, salát, svačina Chléb se zeleninou, večeře Rohlík s párkem, houska se sekanou, hořčice, zelenina, kečup
- (4) úterý, snídaně Chléb s marmeládou, kakao, čaj, svačina Mrkev, rohlík, oběd Bramborová polévka (10103), Kuřecí maso na indický způsob (18024), rýže (21042), svačina Chléb, sýrová pomazánka, večeře Krupicová kaše s máslem a kakaem (20607), čaj
- (5) středa, snídaně Chléb, kapiová pomazánka, čaj, svačina Bal: Chléb se salámem, zelenina, oběd Gulášová polévka (10129), Šišky s mákem (20602), svačina Jogurt, rohlík, večeře Čočka na kyselo (20403), vejce, chléb
- (7) pátek, snídaně Vánočka, kakao, svačina Chléb s tvarohovou pomazánkou, oběd Zeleninová polévka s nudlemi (10107), Kuře na paprice (18009), těstoviny (21027), svačina Perník, večeře Chléb se strouhaným sýrem
- (8) sobota, snídaně Chléb s rybičkovou pomazánkou, čaj, svačina Oplatek, oběd Špenátová polévka (10126), Vepřové rizoto (13210), okurek, svačina Rohlík s nutellou, večeře Nudle se zelím a vepřovkou
- (9) neděle, snídaně Koláčky, kakao, svačina Ovoce, rohlík, oběd Vývarová s knedlíčky (10402), Segedinský guláš (13241), houskový knedlík, svačina Nanukový dort, rohlík, večeře Chléb s česnekovou pomazánkou, čaj
- (10) pondělí Chléb s játrovkou, čaj, svačina Mrkev s jablky, rohlík, Pórková s bramborem a vločkama (10119), Těstoviny (21027), boloňské špagety (13419), svačina Chléb, máslo, rajče, večeře Brambory (21001), sekaná (15303)
- (11) úterý snídaně Chléb s marmeládou, melta, svačina Zelenina, rohlík, oběd Zelná polévka (10114) Buchtičky s krémem (20627), svačina Rohlík, tavený sýr, večeře Fazolový guláš (10144), chléb
- (12) středa snídaně, Drobenkový (sladký) rohlík, kakao, svačina Mrkvová pomazánka, rohlík, oběd Rybí polévka mléčná (10301), Rajská omáčka (20004), houskový knedlík, hovězí pečeně (11110), svačina Zelný salát s koprem, rohlík, večeře Chléb, šunková pěna
- (13) čtvrtek, snídaně Tvarohová pomazánka s jarní cibulkou, chléb, melta, svačina Oplatek, oběd Čočková polévka (10113), Špalíčky (21016) se zelím (21054) a uzeným masem, svačina Jogurt, rohlík večeře Obložený chléb (máslo, salám, sýr, zelenina)
- (14) pátek snídaně Šáteček, kakao, svačina Zeleninový salát, rohlík, oběd Droždňová polévka Smažený řízek (13301), brambory (21001), kompot, svačina Rohlík s nutellou, večeře Chléb, párky, kečup, hořčice
- (15) sobota snídaně Chléb se sýrem, čaj, svačina Balíček na cestu

Normy a zákony

- Nařízení Evropského parlamentu a Rady (ES) č. 852/2004 ze dne 29. dubna 2004 o hygieně potravin
- Nařízení Evropského parlamentu a Rady (ES) č. 178/2002 ze dne 28. ledna 2002, kterým se stanoví obecné požadavky potravinového práva, zřizuje se Evropský úřad pro bezpečnosti potravin a stanoví postupy týkající se bezpečnosti potravin
- Zákon č. 258/2000 Sb. o ochraně veřejného zdraví a o změně některých souvisejících zákonů, ve znění pozdějších předpisů
- Vyhláška č. 137/2004 Sb. o hygienických požadavcích na stravovací služby a o zásadách osobní a provozní hygieny při činnostech epidemiologicky závažných, ve znění pozdějších předpisů
- Nařízení Komise (ES) č. 1441/2007 ze dne 5. prosince 2007, kterým se mění nařízení (ES) č. 2073/2005 o mikrobiologických kritériích pro potraviny
- vyhláška č. 252/2004 Sb., kterou se stanoví hygienické požadavky na pitnou a teplou vodu a četnost a rozsah kontroly pitné vody, ve znění pozdějších předpisů
- Vyhláška MZ ČR č. 148/2004 Sb. o hygienických požadavcích na zotavovací akce pro děti
- Vyhláška MZ ČR č. 137/2004 Sb. o hygienických požadavcích na stravovací služby a o zásadách osobní a provozní hygieny při činnostech epidemiologicky závažných.

Aktualizované finanční limity dle Vyhlášky 107/2005 Sb. (Celodenní strava)

Věk	Od (běžná činnost)	Do (sportovní činnost)
Děti do 6 let věku včetně	75,- Kč	113,- Kč
7 – 10 let věku včetně	94,- Kč	141,- Kč
11 – 14 let věku včetně	100,- Kč	150,- Kč
15 a více let	111,- Kč	167,- Kč
PRŮMĚR	95,- Kč	143,- Kč
PRŮMĚR CELKEM	119,- Kč	