Příloha č. 2 – Normy potravin pro jednu porci jídla

	Dospělí	do 6 let	7-10 r.	11 – 14 r.	15.l.
maso v syrovém stavu(kromě drůbežích stehen)	100g	55g	64 g	70g	75g
polévky	300g	190 g	210g	240g	260g
brambory	250 g	155 g	175g	180g	200g
bramborová kaše	250 g	170 g	175g	180g	200g
bramborový salát	300 g	190 g	210g	240g	260g
rýže	160 g	100 g	112g	128g	148g
těstoviny – příkrm	200 g	120 g	140g	160g	180g
špagety – hlavní jídlo	200 g	120g	140g	160g	180g
knedlíky kynuté	160 g	100 g	112g	128g	148g
těstoviny hlavní jídlo	300 g	200 g	210g	240g	260g
omáčky	100 g	60 g	70g	80g	90g
šťáva k masu	80 g	50 g	56g	64g	74g
zelenina	125 g	50 g	80g	100g	110g
zelenina přírodní	120 g	60 g	84g	96g	106g
zelí, kapusta	125 g	50 g	80g	100g	110g
hrách, čočka, fazole	300 g	190g	210g	240g	260g
rizoto	280 g	170 g	196g	224g	244g
bramborové šišky – hlavní jídlo s mákem, strouhankou	200 g	120 g	140g	160g	180g
halušky – hlavní jídlo	300 g	190g	210g	240g	260g
bramborový guláš	300 g	190g	210g	240g	260g
rýžová kaše	360 g	220g	252g	288g	310g
kompoty	120 g	74 g	84g	96g	110g
saláty	120 – 150 g	54g	-84g	84g – 105g	96g- 120g

Zpracovala: Mária Kaimlová, vedoucí školní jídelny SOU a PrŠ Kladno - Vrapice

Dne: 01.08.2022