

**GRAMÁŽ JEDNOTLIVÝCH JÍDEL NA 1 OSOBU**

|  |         |                                 |
|--|---------|---------------------------------|
| Maso v syrovém stavu                         | 110 g   |                                 |
| Maso po tepelné úpravě                       | 62 g    | (vařené maso, dušené maso)      |
| Smažené maso (v syr. stavu)                  | 150 g   |                                 |
| Smažené maso (po tep. úpravě)                | 180 g   | (obal. ve strouhance, těstíčku) |
| Polévka                                      | 3,5 dcl |                                 |
| Omáčky                                       | 3 dcl   |                                 |
| Šťávy  | 2 dcl   |                                 |
| Luštěniny (hlavní chod)                      | 400 g   |                                 |
| Knedlíky 6 ks                                | 160 g   |                                 |
| Rýže   | 300 g   |                                 |
| Těstoviny                                    | 300 g   |                                 |
| Vařené brambory                              | 300 g   |                                 |
| Bramborová kaše                              | 300 g   |                                 |
| Bramborový salát                             | 300 g   |                                 |
| Americké brambory                            | 200 g   |                                 |
| Bramboráčky                                  | 200 g   |                                 |
| Hranolky steakové                            | 200 g   |                                 |
| Krokety                                      | 200 g   |                                 |
| Zeleninové saláty                            | 150 g   |                                 |
| Tatarská omáčka                              | 50 g    |                                 |
| Kompot                                       | 150 g   |                                 |
| Sterilované saláty                           | 150 g   |                                 |
| Chléb 3 ks                                   | 120 g   |                                 |
| Sýr na rizoto a špagety                      | 15 g    |                                 |
| Okurek steril.                               | 50 g    |                                 |
| Vepř. rizoto, lečo s uzeninou                | 400 g   |                                 |
|  |         |                                 |
| Výběrová jídla                               |         |                                 |
| V1 - minutkového typu - maso v syrovém stavu | 160 g   |                                 |
| Maso po tepelné úpravě                       | 93 g    |                                 |
|  |         |                                 |
| V2 - zeleninový talíř                        | 400 g   |                                 |