



Zariadenie pre seniorov a Zariadenie opatrovateľskej služby

Vyšný mlyn 13, 060 01 Kežmarok, IČO:00691852, DIČ: 2020703223

Tel: 052/452 35 44, www.zpskk.sk

Hmotnosti surovín po tepelnej úprave

Polievky a prílohy

Suroviny	Diéta racionálna, šetriaca
Polievky	0,33l
Cestoviny	200g - ½100g
Noky	225g- ½100g
Noky krupicové	160g- ½100g
Knedle dusené	160g- ½100g
Ryža dusená	190g- ½100g
Ryža zeleninová	170g- ½100g
Ryža s hráškom	160g- ½100g
Tarhoňa dusená	190g
Zemiakový šalát s majonézou (bez majon)	400g
Zemiaková kaša	320g
Zemiaky varené	260g- ½100g
Zemiaky opekané	380g- ½100g
Zemiaky pečené	310g- ½100g
Zem krokety vypr.	300g- ½100g

Hmotnosti mäsa po tepelnej úprave

Suroviny	Diéta racionálna, šetriaca
Br. stehno pečené	63g
Br. plece pečené	63g
Br. mäso krájané	63g

Br. rezeň vyprážený	120g
Rybie filé vyprážené	120g
Rybie filé pečené	100g
Hov. pečienka dus.	62g
Hov. filé plátok	62g
Hov. mäso dus.,var.	60g
Kurací rezeň vypráž.	120g
Kurací rezeň prír.	64g
Kur. stehno	1ks

Zeleninová príloha

Príloha	Diéta racionálna, šetriaca
Zelenina andúзка	200g - ½100g
Zelenina letná zmes	200g - ½ 100g
Fazuľka na masle	250g - ½ 125g
Zelenina miešaná dus.	180g - ½ 90 g
Zelenina miešaná prír.	200g - ½ 100g
Zelenina kúpeľná	200g - ½ 100g
Zeleninová zmes bistro	200g - ½ 100g

Prívarky

Prívarok	Diéta racionálna, šetriaca
Kapusta hlávková dusená	200g
Kapusta kyslá dusená	200g
Kelový prívarok	250g
Fazuľkový prívarok	200g
Tekvicový prívarok	150g
Prívarok z hl.šalátu	200g
Omáčky	150g