



Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
fazuľa suchá	0,30	0,30	0,40	0,40	0,45	0,45	0,60	0,60
maslo	1,00	1,00	1,30	1,30	1,50	1,50	1,80	1,80
jogurt biely (s obsahom tuku 1, 5%)	0,15	0,15	0,20	0,20	0,35	0,35	0,45	0,45
cesnak	0,05	0,04	0,07	0,06	0,08	0,07	0,10	0,09
soľ	0,01	0,01	0,02	0,02	0,02	0,02	0,03	0,03
Hmotnosť porcie v g	20,0		26,0		32,0		40,0	

Výrobný postup

Fazuľu preberieme, umyjeme a uvaríme do mäkka. Uvarenú rozmixujeme, pridáme do vymiešaného masla s jogurtom. Dochutíme soľou, prelisovaným cesnakom a dobre vyšľaháme.

Nutričné zloženie 1 porcie

Veková skupina	Energia		Bielkoviny	Tuky	Sacharidy	Vláknina	Vápník	Železo	Vitamin C
	kJ	kcal	g	g	g	g	mg	mg	mg
A	363	87	0,83	8,30	2,10	0,50	7,60	0,20	0,40
B	407	97	1,92	10,70	3,40	0,70	10,30	0,40	0,90
C	548	131	1,29	12,50	3,30	0,80	12,80	0,30	0,70
D	668	160	1,69	15,00	4,30	1,10	16,20	0,40	0,80