



Základní škola Loštice, okres Šumperk, příspěvková organizace
Komenského 17/10, 789 83 Loštice

školní jídelna
Trávník 596/2, 789 83 Loštice

IČO 636 96 355

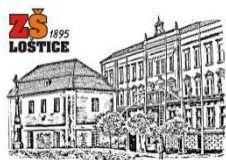
tel. ZŠ: 583 445 251

tel. ŠJ: 583 445 264

e-mail: jídelna.zslostice@iol.cz

PŘEPOČÍтанÁ HMOTNOST PORCE DLE KOEFICIENTŮ

| jídla | věk | věk | věk | věk |
|--|----------------|----------------|----------------|----------------|
| | 3 - 6 let | 7 - 10 let | 11 - 14 let | nad 15 let |
| | koeficient 0,5 | koeficient 0,6 | koeficient 0,7 | koeficient 0,8 |
| MASO | | | | |
| vařené maso hovězí, vepřové | 30 | 36 | 42 | 48 |
| vepřový řízek | 60 | 72 | 84 | 96 |
| vepřový řízek přírodní | 31 | 37 | 43 | 50 |
| vepřenky s cibulí | 50 | 60 | 70 | 80 |
| cigánská hov. pečeně | 30 | 36 | 42 | 48 |
| vepřová roláda | 47 | 57 | 66 | 75 |
| roštěnky | 30 | 36 | 42 | 48 |
| kuřecí stehna kalibr. - syrová | 110 | 160 | 180 | 200 |
| rizoto | 140 | 170 | 200 | 280 |
| | | | | |
| OMÁČKY | | | | |
| pajšl | 100 | 120 | 140 | 200 |
| dušená játra, ledvinky | 32 | 38 | 45 | 52 |
| omáčka: fazolová, koprová, rajčatová, svíčková | 80 | 100 | 110 | 150 |
| | | | | |
| LUŠTĚNINY | | | | |
| čočka na kyselo | 125 | 150 | 175 | 250 |
| hrachová kaše | 150 | 180 | 210 | 300 |
| fazole na kyselo | 125 | 150 | 175 | 250 |
| dušená mrkev, špenát, kapusta, hlávkové a kysané zelí | 55 | 66 | 77 | 150 |
| květák (mozeček) | 125 | 150 | 175 | 200 |
| | | | | |
| PŘÍLOHY | | | | |
| brambory | 125 | 150 | 175 | 250 |
| bramborová kaše | 125 | 150 | 175 | 280 |
| bramborové knedle | 100 | 120 | 140 | 200 |
| bramborový salát | 150 | 180 | 210 | 280 |
| kynuté knedle | 80 | 96 | 112 | 160 |
| rýže | 80 | 96 | 112 | 200 |
| těstoviny | 100 | 120 | 140 | 200 |
| POLÉVKA | 180 | 220 | 255 | 300 |



Základní škola Loštice, okres Šumperk, příspěvková organizace
Komenského 17/10, 789 83 Loštice

školní jídelna
Trávník 596/2, 789 83 Loštice

IČO 636 96 355 tel. ZŠ: 583 445 251 tel. ŠJ: 583 445 264 e-mail: jídelna.zslostice@iol.cz

PŘEPOČÍTANÁ HMOTNOST PORCE DLE KOEFICIENTŮ

| jídla | věk 3 - 6 let | | věk 7 - 10 let | | věk 11 - 14 let | | věk nad 15 let | |
|---|---|------|-------------------|------|--------------------|------|-------------------|------|
| | koeficient 0,5 | | koeficient 0,6 | | koeficient 0,7 | | koeficient 0,8 | |
| SLADKÉ POKRMY | | | | | | | | |
| sladká rýže, šišky s mákem | 180 | | 216 | | 252 | | 288 | |
| žemlovka | 160 | | 192 | | 224 | | 256 | |
| nudlový nákyp | 175 | | 210 | | 245 | | 280 | |
| nudle s mákem | 195 | | 230 | | 270 | | 320 | |
| krupicový nákyp, koblihy, ovocný koláč, buchty ... | 2 ks | | 3 ks | | 4 ks | | 5 ks | |
| buchtíčky (s krémem) | 7 ks | | 10 ks | | 12 ks | | 15 ks | |
| OSTATNÍ | | | | | | | | |
| saláty, kompoty | 60 | | 72 | | 84 | | 120 | |
| zapékané těstoviny | 175 | | 210 | | 245 | | 280 | |
| francouzské brambory | 175 | | 210 | | 245 | | 280 | |
| těstovinové rizoto | 140 | | 170 | | 200 | | 280 | |
| těstoviny po lotrinsku | 140 | | 170 | | 200 | | 280 | |
| masové koule – gramáž před tepelnou úpravou | 2,5 dkg | 2 ks | 4 dkg | 2 ks | 3 dkg | 3 ks | 2,5 dkg | 4 ks |
| bramborové knedlíky - šišky | 10 dkg | 4 ks | 12 dkg | 1 ks | 14 dkg | 2 ks | 16 dkg | 2 ks |
| bramborové knedlíky - koule | 5 dkg | 2 ks | 4 dkg | 3 ks | 5 dkg | 3 ks | 5 dkg | 4 ks |
| sýrová omáčka | 0,25 dcl | | 0,3 dcl | | 0,4 dcl | | 0,5 dcl | |
| chléb na svačinu (1100 g) | MŠ - dítě 1 krajíc, 1chléb = 18 porcí | | | | | | | |
| chléb na oběd (1100g) | 1 chléb = 12 porcí pro dospělého | | | | | | | |
| jánský chléb (420 g), finský chléb (500 g) | MŠ – dítě 1 krajíc, 1 chléb = 10 porcí | | | | | | | |
| | Máslo - 1,5 dkg, pomazánkové máslo 2 dkg | | | | | | | |
| veka krájená (380 g) | MŠ - dítě 2 plátky, 1 veka = 10 porcí (na koef. 6 + 3 veka na přidání) | | | | | | | |
| vánočka | MŠ - dítě 1 plátek, 1 vánočka = 10 porcí | | | | | | | |
| chléb, rohlík, dalamánek | máslo – 1,5 dkg, pomazánkové máslo 2 dkg | | | | | | | |
| vánočka | máslo – 1,0 dkg | | | | | | | |
| zeleninová obloha | ve žlutých normách | | | | | | | |
| ovesná kaše | 1 lt mléka – 0,12 kg ovesných vloček | | | | | | | |
| krupicová kaše | 1 lt mléka – 0,10 kg krupičky | | | | | | | |
| puding vanilkový | 1 lt mléka – 0,08 kg puding.....6 lt mléka na jeden plech | | | | | | | |