

## Velikosti porcí pro strávníky

Velikost porcí je určena recepturami pro školní stravování.

### Příklady váhy porcí:

*Přírodní (vepřový, hovězí, kuřecí, králičí) plátek, krájené (guláš apod), masová směs apod*

7-10 let hotová porce masa 3,8 dkg (syrové maso 6 dkg)

11-14 let, hotová porce masa 4,2 dkg (syrové maso 7 dkg)

15-18 let, dospělí hotová porce masa 5,1 dkg (syrové maso 8 dkg)

### *Rybí filé přírodní*

7-10 let hotová porce masa 7,5 dkg (syrové 10 dkg)

11-14 let hotová porce masa 7,5 dkg (syrové 10 dkg)

15-18 let, dospělí hotová porce masa 7,5 dkg (syrové 10 dkg)

### *Mleté maso (sekaná, čevapčiči, karbanátek)*

7-10 let hotová porce 5,5 dkg (syrové 5 dkg)

11-14 let hotová porce 6 dkg (syrové 6 dkg)

15-18 let, dospělí hotová porce 6,5 dkg (syrové 7 dkg)

### *Smažený řízek*

7-10 let hotová porce 7,2 dkg (syrové maso 6 dkg)

11-14 let hotová porce 8,4 dkg (syrové maso 7 dkg)

15-18 let, dospělí hotová porce 9,6 dkg (syrové maso 8 dkg)

### *Knedlíky houskové, bramborové*

7-10 let hotová porce 140 g

11-14 let hotová porce 160 g

15-18 let, dospělí hotová porce 200 g

### *Rýže*

7-10 let hotová porce 145 g

11-14 let hotová porce 165 g

15-18 let, dospělí hotová porce 185 g

atd.

Pokud některý strávník nechce plnou porci, může kuchařka jinému strávníkovi přidat. Každá kuchařka rozhoduje o množství přídatků.