

# KALKULOVANÉ VÁHOVÉ NORMY PRO ŽÁKY SPŠ RAKOVNÍK

## PŘÍLOHY

HOUSKOVÝ KNEDLÍK.....	10 PLÁTKŮ
RÝŽE .....	250 g
BRAMBORY .....	320 g
BRAMBOROVÝ KNEDLÍK, ŠIŠKY, ŠPALÍK.....	12 PLÁTKŮ/KS
BRAMBOROVÁ KAŠE.....	350 g
TĚSTOVINY, ŠPECLE .....	300 g
ČOČKA.....	350 g
FAZOLE.....	300 g
BRAMBORÁKY .....	350 g
ŠPEKOVÉ KNEDLÍKY .....	370 g

## ZEL. SALÁTY A OSTATNÍ DOPLŇKY

SALÁTY, KOMPOTY .....	120 g ( SE ZÁLIVKOU)
ŠPENÁT .....	120 g
ZELÍ, MYSLIVECKÉ ZELÍ.....	120 g, 200g
DUŠENÁ ZELENINA .....	120 g

## MASO ( V SYROVÉM STAVU)

VEPŘOVÉ, HOVĚZÍ.....	80 g
SEKANÁ.....	80 g
SEKANÝ ŘÍZEK PŘÍRODNÍ .....	80 g
SEKANÝ ŘÍZEK OBALOVANÝ .....	120 g
PREJT .....	120 g
KUŘATA PEČENÁ (S KOSTÍ), PLÁTEK .....	220 g, 80 g
RYBA NA MÁSLÉ, OBALOVANÁ, ZAPEČENÁ.....	100 g, 120g, 150g
UZENINA .....	80 g

### OSTATNÍ JÍDLA

RIZOTO + SÝR.....	300 g + 20 g
LEČO S UZENINOU .....	250 g
FRANCOUZSKÉ BRAMBORY .....	400 g
FLEKY S UZENÝM MASEM.....	350 g
KVĚTÁK ZAPEČENÝ, OBALOVANÝ .....	250 g
ŽEMLOVKA.....	350 g
LÍVANCE .....	5 KS
PALAČINKY .....	4 KS
OVOCNÉ KNEDLÍKY .....	5-6 KS
BUCHTY.....	5-6 KS
BUCHTIČKY SE ŠODÓ .....	50 g + ŠODÓ
KYNUITÉ SMAŽENÉ ŠÍŠKY.....	5- 6 KS

Kalkulace váhových norem je v souladu s Vyhláškou č. 107/2005 Sb., o školním stravování, příloha 1a.

Vypracovala : Michálková Jana – vedoucí ŠJ 3. ZŠ Rakovník

---

Váhové normy pro zaměstnance SPŠ jsou stejné, pouze u masa jsou navýšeny na:

maso, mletá masa, ryba přírodní 100g, obalené nebo zapékané 140g / 170g, pečené kuře 250g