



## Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
múka polohrubá	3,50	3,50	4,30	4,30	4,30	4,30	6,00	6,00
droždie	0,15	0,15	0,20	0,20	0,20	0,20	0,30	0,30
cukor kryštálový	0,30	0,30	0,40	0,40	0,40	0,40	0,55	0,55
soľ	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03	0,05	0,05
vajcia	6,00	0,30	8,00	0,40	8,00	0,40	11,00	0,55
olej	0,25	0,25	0,40	0,40	0,40	0,40	0,60	0,60
mlieko	2,00	2,00	2,75	2,75	2,75	2,75	3,75	3,75
olej (na potretie)	0,30	0,30	0,40	0,40	0,40	0,40	0,55	0,55
olej (na plech)	0,10	0,10	0,20	0,20	0,20	0,20	0,35	0,35
múka	0,25	0,25	0,35	0,35	0,35	0,35	0,40	0,40
cukor práškový (na posypanie)	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,35	0,35
lekvár slivkový	1,50	1,50	2,00	2,00	2,00	2,00	3,00	3,00
<b>Hmotnosť porcie v g</b>	80,0		100,0		100,0		135,0	

## Výrobný postup

Z časti vlažného mlieka, cukru a droždia si pripravíme kvások. Múku, cukor preosejeme, pridáme soľ, kvások, vajcia a olej. S vlažným mliekom vypracujeme cesto, ktoré necháme vykysnúť. Vykysnuté cesto rozdelíme na diely, ktoré plníme lekvárom. Zabalíme, poukladáme na plech, dobre pomastíme a necháme ešte dokysnúť. Upečieme. Upečené posypeme práškovým cukrom.

## Nutričné zloženie 1 porcie

Veková skupina	Energia		Bielkoviny g	Tuky g	Sacharidy g	Vláknina g	Vápník mg	Železo mg	Vitamín C mg
	kJ	kcal							
A	1075	257	4,85	6,50	43,70	1,00	37,00	0,70	0,50
B	1394	333	6,17	9,30	54,90	1,30	49,60	0,90	0,70
C	1394	333	6,17	9,30	54,90	1,30	49,60	0,90	0,70
D	1963	469	8,53	13,40	77,00	1,80	69,00	1,30	1,00