

Hodnocení:

Sestavený jídelní lístek odpovídá dané normě pro dietu

i s povolenou odchylkou.

Norma	9500	65.0	70.0	320.0
plus 10%	10450	71.5	77.0	352.0
mínus 10%	8550	58.5	63.0	288.0



Jméno:	Dieta:	Datum:	DNT 2/ sk.
Snídaně: jogurt, müsli			
Přesnídávka: jablko			
Oběd: smažený vepřový řízek, brambory, okurek sterilovaný			
Svačina: lipánek (mléko), loupák			
Večeře: chléb, hermelín, rajče			
2. večeře jablko			

potravina	kg, l, ks	kJ v kg	kJ celkem	B v kg	B celkem	T v kg	T celkem	S v kg	S celkem	Poznámka	Ca	Fe
jogurt	0.125	3640	455	39.0	4.9	31.0	3.9	108.0	13.5		150	
müsli	0.040	18200	728	91.0	3.6	140.0	5.6	643.0	25.7			
mezisoučet			1183		8.5		9.5		39.2		150	
jablko	0.150	2550	383	4.0	0.6	4.0	0.6	144.0	21.6		13.5	1
mezisoučet			383		0.6		0.6		21.6		13.5	1
vepřové maso	0.100	15020	1502	152.0	15.2	330.0	33.0	0.0	0.0	průměrně	12	2.5
hladká mouka	0.020	14780	296	113.0	2.3	15.0	0.3	733.0	14.7		3.8	0.3
vejce	0.010	6700	67	125.0	1.3	119.0	1.2	7.0	0.1		5.9	0.2
strouhanka	0.020	15240	305	100.0	2.0	10.0	0.2	786.0	15.7		8	0.3
olej	0.020	37560	751	1.0	0.0	996.0	19.9	1.0	0.0	slunečnicový	0	0.1
voda, sůl, kmín			0		0.0		0.0		0.0			
brambory	0.100	3310	331	18.0	1.8	3.0	0.3	182.0	18.2	10.-12. m	14	0.9
okurek	0.100	880	88	5.0	0.5	1.0	0.1	48.0	4.8	sterilovaný	25	0.7
mezisoučet			3340		23.0		55.0		53.5		39	5
lipánek	0.250	980	245	12.4	3.1	5.2	1.3	34.0	8.5	mléko	160	1.6
loupák	0.100	12690	1269	85.0	8.5	32.0	3.2	601.0	60.1	makovka	35	0.7
mezisoučet			1514		11.6		4.5		68.6		195	2.3
chléb	0.100	10220	1022	80.0	8.0	13.0	1.3	502.0	50.2	konzumní	25	2
hermelín	0.100	10600	1060	192.0	19.2	192.0	19.2	9.0	0.9		496	0.5
rajče	0.100	1030	103	11.0	1.1	3.0	0.3	46.0	4.6		26	1.2
mezisoučet			2185		28.3		20.8		55.7		547	3.7
jablko	0.150	2550	383	4.0	0.6	4.0	0.6	144.0	21.6		13.5	1
mezisoučet			383		0.6		0.6		21.6		13.5	1
Rekapitulace:			kJ celkem		B celkem		T celkem		S celkem		Ca	Fe
Snídaně			1183		8.5		9.5		39.2		150	
Přesnídávka			383		0.6		0.6		21.6		13.5	1
Oběd			3340		23.0		55.0		53.5		39	5

Svačina		1514	11.6	4.5	68.6	195	2.3
Večeře		2185	28.3	20.8	55.7	547	3.7
2. večeře		383	0.6	0.6	21.6	13.5	1
		8987	72.6	91.0	260.2	958	13
Norma:		9500	80.0	70.0	320.0		
plus 10%		10450	88.0	77.0	352.0		
minus 10%		8550	72.0	63.0	288.0		

Hodnocení: Sestavený jídelní lístek odpovídá dané normě pro dietu i s povolenou odchylkou.

Vypracoval/a: