

Příkrmy		Žemlovka		Houskový knedlík		Kysel ovocný		Ostatní	
zelenina	0.15	housky	0,08 0,10	hr. mouka	0.08	ovoce	0,15+1/8 vody	rýže na nákyp	0.1
kapusta, zelí	0,020-0,25	mléko	0.1	mléko	1/10	kompot	0.15	mléko na bramborovou kaši	0.1
brambory	0,25 - 0,30 - 0,50	cukr	0.015	vejce	1/2-1/5	cukr	0,005-0,01	džus pro dietu č. 6	0.25
obiloviny, rýže	0.07	<small>jablka, tvaroh (pokud dohromady tak tvaroh 0,05 a jablka 0,10)</small>	0.15	housky	0.02	bramborová moučka	0.005	krupice na kaši	0,06 na 1/2 l
těstoviny	0.07	vejce	0.01	sůl, kypřicí prášek		Saláty		rýže na kaši	0,06 na 1/2 l
luštěniny	0,10-0,12	<small>máslo - f., poltí - 0,01</small>	0.005	Jemný knedlík		saláty	0,1 - 0,15	obiloviny	0,10-0,12
Mouka		strouhanka - f.	0.02	houska	0.08	hlávkový salát	0.05	těstoviny	0,10 (0,12)
na omáčku	0.02	cukr na sypání	0,005-0,01	hr. mouka	0.03	kompoty	0.1	luštěniny	0,10-0,12
na zadělávanou zeleninu	0.015	Španělský ptáček		vejce - sníh	1/2	Zálivka		žemle na žemlovku	0.08
Obal na smažení		uzenina	0.01	mléko	1/10 - 1/8	ocet	0.01		
vejce	1/5	slanina	0.005	sůl, kypřicí prášek		citrón	0.02		
hl. mouka	0,015-0,02	okurka	0.01	<small>máslo - ubrousek 0,005</small>		citrón na mrkvový salát	0,04		
strouhanka	0,02(0,03)	vejce	1/6 (1/5)	Noky krupicové		cukr	0,005-0,02 (mrkvový)		
<small>olej 0,05 (0,03) - propočítává se jen 0,02!</small>		Do mletého masa		mléko	1/4	Bramborový knedlík 3:1			
Zapékané maso s bešamelem		<small>maso vepřové, hovězí</small>	0,45 - 0,45	vejce	1/2	hr. mouka	0.025		
máslo	0.01	houska	0.01	<small>hr. mouka - 0,03, krupice - 0,06</small>		krupice	0.025		
hl. mouka	0.01	mléko	0.02	Tvarohový knedlík		vejce	1/4		
mléko	1/20	strouhanka	0.01	tvaroh	0,15-0,20	mouka na vál	0.02		
vejce	1/4	vejce	1/5	hrubá mouka	0.07	Bramborové opečenky 5:1			
eidam	0.01	Lečo		vejce	1/4	brambory	0,15 č.h		
šunka, hrášek, mrkev	0,01	rajčata	0.1	Kynutý knedlík		hr. mouka	0,03 - 0,05		
Povidlové taštičky		papriky	0.05	hr. mouka	0.08	vejce	1/5		
hr. mouka	0.1	cibule	0.02	houska	0.02	olej	0.02		
vejce	1 ks	olej	0.01	mléko, voda	1/20	mouka na vál	0.02		
lžíce vody	2	vejce	1	droždí	0.002	Bramborák = 10:1			
povidla	0.05	uzenina	0.06	vejce	1/5 - 1/10	Škubánky = 5:1			
cukr	0.01	Kypření		olej	0.002	0,15 č.h. Brambory : Mouka			
bílek na spojení	0.015	kypř. prášek 1 ks=0,015 na 0,50 kg mouky							
Kompot	0,1 (1/1 pro 6 os.)	droždí 0,01-0,02 na 0,50 mouky (lehké)							
Pyré	0,15 ovoce nebo kompotu	droždí 0,03-0,05 na 0,50 kg mouky(tužší, tuhé)							