

Tabuľky strát potravín

pri predbežnej úprave a tepelnom spracovaní

Skupina druh surovín	straty a odpady v %		
		Citrón - krájaním na ozdabu	10
		- olúpaním a krájaním na plátky	30
		- vytlačeníím na šťavu	60
		Cesnak - čistením	10
- odstránením plutiev a dočistením	15	Chren I.akosť - čistením	50
- tepelným spracovaním, vykostením		Chren II.akosť - čistením	50
a vychladnutím	30	Fazuľové struky - čistením	20
- tepelným spracovaním a vychladnutím	25	Kaleráb čierna reďkovka - ošúpaním	20
- rozmrazením	5	Kapusta hlávková - čistením, odstránením hlúbov	20
		Kel hlávkový - ružičkový - čistením,	
Haringy		odstránením hlúbov	20
- odstránením hláv, vypitvaním, ošúpaním,		Kôpor čerstvý - čistením, odstránením stopiek,	
vykostením a dočistením	40	krájaním	25
- vypitvaním, ošúpaním, vykostením a dočistením	25	Kôpor konzervovaný	25
		Olivy - odstránením kôstok a krájaním	30
Marinovanie rýb - vylúhovaním	15	Paprika čerstvá - čistením	25
lkry, mliečie zo sled'ov a haringov - odblanením	10	Paprika a feferóny konzervované	
Ryby údené - ošúpaním a vykostením		- krájaním do šalátu(celé)	10
(údenáč, údený sled', údená makrela)	30	- krájaním na ozdabu	10
Tuniak - rozoberaním (búraním)	35	Petržlenová vňať a pažítka - čistením a krájaním	25
Halibut - rozoberaním (búraním)	15	Pór - čistením	20
Palamída - rozoberaním (búraním)	45	Rajčiaky čerstvé	
		- krájaním do šalátu	10
Ryby kyslé		- krájaním na ozdabu	20
- vykostením a dočistením(sled', makrela a pod.)	10	- vybraním jadrovníkov a vnútrajška	33, 3
- ošúpaním	20	Špargľa čerstvá - šúpaním a čistením	35
- krájaním	5	Špenát čerstvý - čistením	30
Matjesové filé - krájaním	5	Uhorky čerstvé - šúpaním	20
Ryby konzervované vo vlastnej šťave - šťava	10	Uhorky konzervované	
Sardinky, očká a sardelové rezy - olej	30	- krájaním do šalátu	10
Tresčia pečeň - olej	35	- krájaním na porcie	5
Losos nepravý v oleji - olej	25	- krájaním na ozdabu	20
Rybie konzervy ostatné v oleji - olej	20	Zelenina koreňová (karotka, mrkva, petržlen, zeler)	
Krabie mäso (chatka) - kostice a šťava	18	- čistením a krájaním	20
Krevety, krill - vo vlastnej šťave - šťava	10		
		Huby čerstvé - čistením	15
Syry, vajcia		Kuriatka(huby) - čistením	25
		Šampiňóny čerstvé I.akosť - čistením	
Syry tvrdé - odstránením obalu, tvrdého povrchu	4	a krájaním	5
Syry topené, mäkké a pod. - odstránením obalu	2	Šampiňóny čerstvé II.akosť - čistením	
Syry plesňové niva, hermelín, camembert a pod.	5	a krájaním	8
Vaječné bielky varením a vychladnutím	28	Šampiňóny konzervované - krájaním	5
Zemiaky, zelenina, huby a ovocie		Banány - šúpaním a krájaním	40
		Grapefruity čerstvé - šúpaním a odstránením bielej šupky	50
Zemiaky priemyselne očistené - varením, vychladnutím a dočistením	20	Jablká čerstvé - šúpaním a odstránením	
Zemiaky - čistením a šúpaním(škrabkou)	30	jadrovníkov	35
Zemiaky ošúpané, očistené - varením		Pomaranče čerstvé - šúpaním	50
a vychladnutím	20	Slivky čerstvé - vykôstkovaním	20
Zemiaky škrabaním a šúpaním v škrabke,		Mandle - šúpaním, krájaním	10
varením a vychladnutím	50		
Zemiaky varené v šupke - vychladnutím	10	Pečivo, chlieb	
Zemiaky varené v šupke - ošúpaním	20		
Zemiaky skoré a poloskoré - škrabaním	20	Sendvič na chlebičky - krájaním,	
Zemiaky zimné - čistením	40	odrezávaním koncov	5
Baklažán - šúpaním, čistením	30	Rožok na chuťovky a pod. - krájaním	5
Cibuľa - šúpaním, čistením a krájaním	20	Chlieb - krájaním, odrezávaním koncov	10
Cibuľa zelená - čistením a krájaním	50		

ZVÝŠENIE HMOTNOSTI NIEKTORÝCH SUROVÍN VARENÍM (DUSENÍM)

Druh potravín	1 000 g		Priemerné %, o ktoré	
	po uvarení váži		sa hmotnosť zvyšuje	
Šošovica	2 500	g	150	%
Fazuľa biela	2 500	g	150	%
Hrach	2 222	g	120	%
Krúpy trhané	3 000	g	200	%
Krúpy trhané	2 800	g	180	%
Ryža	2 000	g	100	%
Cestoviny	2 400	g	140	%

ORIENTAČNÉ ÚDAJE: PREHĽAD DÁVOK ZÁKLADNÝCH SUROVÍN, STRÁT A CELKOVÝCH DÁVOK PRÍLOH, ZELENINY A ŠALÁTOV

Názov príloh	Dávky hmotnosť surových potravín v g	Strata odpad spolu v g	Dávka hmotnosť hotového výrobku (porcie)
Vyprážené zemiakové hranolčeky	350	140	100
Vyprážené zemiakové lupienky	245	98	50
Opekané zemiaky	350	140	200
Zemiaky pečené na cibulke	267	107	150
Varené zemiaky	350	140	200
Varené zemiaky nové	262, 5	52, 5	200
Varené zemiaky omastené maslom	350	140	200/10
Varené zemiaky omastené masťou	350	140	200/5
Varené zemiaky nové s maslom	262, 5	52, 5	200/10
Varené zemiaky nové s masťou	262, 5	52, 5	200/5
Zemiaková kaša omastená maslom	257	103	200/10
Zemiakové knedle	190	38	200
Zemiakové knedle omastené	190	38	200/5
Zemiakové knedle so žemľou	170	34	200
Zemiakové knedle so žemľou omastené	170	34	200/5
Chlpaté knedle	292	117	200
Zemiakový šalát	200	40	200
Žemľové knedle (múka + žemle)	105		160
Žemľové knedle omastené masťou	105		160/5
Žemľové knedle omastené maslom	105		160/10
Žemľové knedle kysnuté	85		160
Domáce cestoviny (múka + vajce)	82		200
Cestoviny prílohové	80		200
Ryža dusená	70		150
Ryža petržlenová	70		150
Ryža karí	70		160
Ryža papriková	70		160
Ryža rajčiaková	70		160
Ryža šampiňónová	70		160
Ryža šunková	70		160
Ryža hrášková	70		170
Ryža hrozienková	70		170
Ryža ovocná	70		180
Ryža zeleninová	70		180
Cestovinová ryža	100		200
Halušky	90		180
Krupicové halušky			160
Maslové halušky			160
Hrach, 2/3 porcie			200

Názov príloh	Dávky hmotnosť surových potravín v g	Strata odpad spolu v g	Dávka hmotnosť hotového výrobku (porcie)
Hrachová kaša, 2/3 porcie			200
Fazuľa nakyslo, 2/3 porcie			200
Kyslá kapusta	90		100
Hlávková kapusta dusená (konzerva)	85		100
Hlávková kapusta	120	24	100
Hlávková kapusta s rajčiakovým pretlakom	200	50	250
Zelený hrášok	100		100
Špargľa čerstvá	160	56	100
Špargľa konzervovaná	100		130
Prírodná karotka	130	26	100
Karotka, 1/2 porcie	105	21	100
Prírodný špenát	150	45	100
Špenát, 1/2 porcie	110	33	100
Prírodné fazuľové struky	130	26	100
Fazuľové struky, 1/2 porcie	95	18	100
Prírodný kel	130	26	100
Kel, 1/2 porcie	105	21	100
Prírodné kaleráby	130	26	100
Kaleráb, 1/2 porcie	105	21	100
Tekvica prívarok	500	250	300
Cvikla	125	25	120
Rajčiakový šalát	110	10	120
Šalát z kyslej kapusty	90		100
Fazuľový šalát	40		120
Zelerový šalát	125	25	120
Šalát z fazuľových strukov	130	26	120
Hlávkový šalát	1/2 hl.		1/2 hl. +15 g marinády
Hlávkový šalát so slaninou	1/2 hl.		1/2 hl. +5 g slaniny a 5 g marinády
Hlávkový šalát so smotanou	1/2 hl.		1/2 hl.+ 100 g marinády
Hlávkový šalát s kyslým mliekom	1/2 hl.		1/2 hl.+ 100 g marinády
Paprikový šalát	150	37, 5	120
Šalát z červenej kapusty	130	26	120
Zemiaky nakyslo	234	94	230
Uhorkový šalát	150	30	120
Uhorkový šalát so smotanou	100	20	130

ORIENTAČNÉ ÚDAJE: PRIEMERNÉ STRATY OČISTENÍM, VYKOSTENÍM, TEPELNOU ÚPRAVOU A VYCHLADNUTÍM NIEKTORÝCH DRUHOV UPRAVENÉHO JATOČNÉHO MÄSA, DROBOV, HYDINY A RÝB

Druh mäsa	Hmotnosť 1 porcie v surovom stave v g	Odseknutím, odblaneníím očistením v g	Tepelnou úpravou prípadne čiastočným vykosením v g	Hmotnosť 1 porcie Po tepelnej úprave v g	Straty Vychladnutím v g	Hmotnosť 1 porcie studenej v g
Hovädzia pečienka dusená	100		37	63	6	
Roštenka(pečená, dusená)	100		37	63	6	
Hovädzie mäso(krájané, dusené)	100		37	63	6	
Španielsky vtáčik (vrátane plnky)	147		57	90	6	
Hovädzie filé, plátok(pečené, dusené)	100		38	62	6	

**Orientačné údaje: priemerné straty očistením, vykostením
tepelnou úpravou niektorých druhov upraveného
jatočného mäsa, drobov, hydiny a rýb**

Druh mäsa	Hmotnosť 1 porcie v surovom stave v g	Odseknutím, odblanení, očistením v g	Tepelnou úpravou, prípadne čiastočným vykostením	Hmotnosť 1 porcie po tepelnej úprave v g
Hovädzia pečienka dusená	100	—	37	63
Roštenka (pečená, dusená)	100	—	37	63
Hovädzie mäso (krájané, dusené)	100	—	37	63
Španielsky vtáčik (vrátane náplne)	147	—	57	90
Hovädzie filé-plátok (pečené, dusené)	100	—	38	62
Hovädzie mäso varené - predné alebo zadné	100	—	38	62
Hovädzie rebro s k.	200	—	100	100
Hovädzí jazyk varený-bez podjazyčia	100	—	43	57
Hovädzia pečienka krájaná (dusená)	100	5	33	62
Hovädzie obličky krájané (dusené)	100	20	30	50
Anglický biftek (minútka)	150	7,5	27,5	115
Roštenka na rošte (minútka)	150	—	35	115
Držky varené	100	5	42,5	52,5
Plúcka varené	100	15	26	59
Teľacia hrud' pečená s k.	150	15	48	87
Teľacie karé pečené s k.	150	15	48	87
Teľacie stehno (pečené, dusené)	100	—	35	65 vr.slaniny
Teľacie koleno (pečené, dusené)	100	—	35	65 vr.slaniny
Teľacie krájané (dusené, varené)	100	—	36	64
Teľacia hrud' vyprášaná s k.	100	10	—	100
Teľací rezeň vyprášaný	100	—	—	120
Teľacie rebierko vyprášané s k.	150	15	—	165
Teľacia pečienka vyprášaná	100	5	—	120
Teľacia pečienka anglická	150	7,5	27,5	115
Teľacia pečienka restovaná	150	7,5	37,5	105
Maslový rezeň	100	—	—	120
Teľací jazyk dusený-bez podjazyčia	100	—	40	60
Teľací jazyk vyprášaný-bez podjazyčia	100	—	5	95
Teľací brzlík vyprášaný	100	5	—	110
Teľací mozog vyprášaný	150	7,5	—	150
Teľací mozog varený	100	5	30	65
Teľací rezeň prírodný	100	—	32	68
Bravčový bôčik plnený s k.	100	5	—	115
Bravčové stehno (pečené, dusené)	100	—	36	64
Bravčové pliecko (pečené, dusené)	100	—	36	64
Bravčové rebierko dusené s k.	100	10	30	60
Bravčové rebierko-minútka s k.	150	15	35	100
Bravčový rezeň prírodný	100	—	35	65
Bravčové mäso krájané-pliecko,orez	100	—	36	64
Bravčový bôčik krájaný s k.	100	—	35	65
Bravčový rezeň vyprášaný	100	—	—	120
Bravčové rebierko vyprášané	100	10	—	120

Druh mäsa	Hmotnosť 1 porcie v surovom stave v g	Odseknutím, odblanéním, očistením v g	Tepelnou úpravou, prípadne čiastočným vykústením	Hmotnosť 1 porcie po tepelnej úprave v g
Údená pečienka varená s k.	100	—	po vykústení	60
Údená krkovička varená s k.	100	—	po vykústení	60
Údené pliecko rolované	100	—	25	75
Teplá šunka varená b k.	100	—	10	90
Údené bravčové stehno varené b k.	100	—	27	63
Bravčové obličky krájané (dusené)	100	10	40	50
Bravčová pečienka restovaná	100	5	25	70
Bravčová pečienka vyprážená	100	5	—	120
Baranie stehno dusené	100	—	40	60
Baraní chrbát dusený s k.	200	20	55	125
Baranie stehno anglické	100	—	40	60
Baraní chrbát anglický s k.	200	20	55	125
Hus - kačica pečená	200	—	80	120
Kurča pečené	250	—	70	180
Moriak pečený	250	—	90	160
Ryby vyprážené-kapor, štika, zubáč	150	—	—	160
Ryby varené-kapor, štika, zubáč	150	—	—	120
Rybie filé vyprážené	150	—	—	150
Rybie filé pečené	150	—	40	110
Pstruh varený, pečený	150	—	30	120