

# Obsah

A — Z Vyhlášky ministerstva zdravotnictví	4
B — Jídelníček	6
C — Lžičkové míry a váhy	9
D — Recepty	10
1. Vývary a polévky (VY, PO)	10
2. Masité pokrmy	22
3. Bezmasé pokrmy (BP)	38
4. Zeleninové pokrmy (ZE)	41
5. Luštěninové pokrmy (LU)	48
6. Vaječné pokrmy (VA)	50
7. Sladké pokrmy (SL)	52
8. Omáčky (OM)	57
9. Přílohy (PR)	59
10. Saláty (SA)	65



## Další literatura:

- Hyněk Gregor a kol.: Tábornická kuchařka (Parta 1991)
- Dr. Bartošová: Když je hluboko do kapsy... (KONVOJ 1992)
- Petr Hora: Péťa Vaříč (Práce 1979)
- Janeček a Chroust: Skautská táborová kuchařka (Liberec 1979)