**ZUPAS**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Z1** | **Svaigu kāpostu zupa ar gaļu (un krējumu)** | | | | | |
| **Produktu nosaukums** | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | |
| **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** |
| Cūkgaļa, *lāpst.* | 19,5 | 16,6/10\* | 19,5 | 16,6/10\* |  |  |
| Kāposti | 20.6 | 16,5 | 25 | 20 |  |  |
| Burkāni | 5 | 4 | 5,6 | 4,5 |  |  |
| Sīpoli | 5,3 | 4,5 | 6,2 | 5,3 |  |  |
| Eļļa, *rapšu* | 1,5 | 1,5 | 1,9 | 1,9 |  |  |
| Kartupeļi | 38,7 | 29 | 45,3 | 34 |  |  |
| Ūdens | - | 74 | - | 88 |  |  |
| Sāls | 0,3 | 0,3 | 0,38 | 0,38 |  |  |
| Zirnīši,  *zaļie, kons.* | 7,3 | 5,1 | 8,6 | 6 |  |  |
| Krējums, *skābais, 25%* |  |  | 8 | 8 |  |  |
| **Iznākums** | **-** | **125/10** | **-** | **150/10/8** |  |  |

\* - produkta svars pēc siltapstrādes

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Z1** | **Svaigu kāpostu zupa ar gaļu un krējumu** | | | | | |
| **Produktu nosaukums** | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | |
| **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** |
| Cūkgaļa, *lāpst.* | 23,5 | 20/12\* | 29,4 | 25/15\* | 38,8 | 33/20\* |
| Kāposti | 36,25 | 29 | 36,25 | 29 | 41,25 | 33 |
| Burkāni | 8,75 | 7 | 8,75 | 7 | 10 | 8 |
| Sīpoli | 9,4 | 8 | 9,4 | 8 | 10,6 | 9 |
| Eļļa, *rapšu* | 2,8 | 2,8 | 2,8 | 2,8 | 3 | 3 |
| Kartupeļi | 66,7 | 50 | 66,7 | 50 | 76 | 57 |
| Ūdens | - | 129 | - | 129 | - | 147 |
| Sāls | 0,55 | 0,55 | 0,55 | 0,55 | 0,6 | 0,6 |
| Zirnīši,  *zaļie, kons.* | 12,9 | 9 | 12,9 | 9 | 14,6 | 10,2 |
| Krējums, *skābais, 25%* | 10 | 10 | 10 | 10 | 15 | 15 |
| **Iznākums** | **-** | **220/12/10** | **-** | **220/15/10** | **-** | **250/20/15** |

\* - produkta svars pēc siltapstrādes

|  |  |
| --- | --- |
| *Produktu apstrāde* | * Kartupeļus, burkānus mazgā, mizo, skalo, sagriež kubiņos. * Sīpolus notīra, noskalo, sagriež kubiņos. * Gaļu nomazgā, nogriež cīpslas, plēves. * Kāpostiem noņem bojātās lapas, nomazgā, sagriež kvadrātiņos. |
| *Ēdiena gatavošana* | * Gaļu liek vārīties verdošā ūdenī, strauji uzvāra, samazina siltumu, pieliek nedaudz sagrieztus burkānus, pētersīļu saknes un lēni vāra, kamēr gaļa mīksta. Daļu zupai paredzētā sāls pieliek, kad gaļa pusmīksta. * Gatavu gaļu izņem no buljona, padzesē, sagriež mazos gabaliņos, uzlej verdošu buljonu, uzvāra un uzglabā līdz pasniegšanai. * Uzkarsē eļļu, pievieno sasmalcinātos sīpolus un burkānus un turpina izkarsēt, līdz sīpoli caurspīdīgi, bet burkāni iekrāso eļļu oranžīgu (110-120 ºC). * Kāpostus liek vārīties verdošā buljonā, pavāra apm. 5 min., pievieno izkarsētos burkānus, pēc apm. 10 min. pievieno kartupeļus, kad uzvārās, pievieno sīpolus un vāra 12 – 15 min, kamēr dārzeņi mīksti. * Apm. 5 min. pirms zupas gatavības, pievieno atlikušo sāli, zaļos zirnīšus, uzvāra, uzliek vāku un 10 – 15 minūtes ļauj zupai ievilkties.   *Piezīme*: *1-1,5 gadu vecu bērnu uzturam gatavu zupu sablendē, tad uzvāra un nedaudz atdzesē.* |
| *Ēdiena pasniegšana un uzglabāšana* | * Zupu pasniedz 60 - 65°C (bērniem līdz 6 gadu vecumam – 50-60°C). Pasniedzot šķīvī liek gaļu, uzlej zupu, uzliek krējumu. * Ja zupu jāuzglabā, tad to uzglabā marmītā virs 63°C, ne ilgāk kā 3 stundas. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Z2** | **Zirņu zupa ar gaļu un krējumu** | | | | | | | |
| **Produktu nosaukums** | **Ielikums**  **1 porc., g** | | **Ielikums**  **1 porc., g** | | **Ielikums**  **1 porc., g** | | **Ielikums**  **1 porc., g** | |
| **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** |
| Cūkgaļa, *lāpst.* | 20 | 17/10\* | 20 | 17/10\* | 29,4 | 25/15\* | 35,3 | 30/  18\* |
| Zirņi, *kaltēti* | 13,5 | 13,5/  28\* | 19,8 | 19,8/  41,5\* | 19,8 | 19,8/  41,5\* | 23 | 23/  47\* |
| Burkāni | 5,9 | 4,7/  3,2\* | 8,6 | 6,9/  4,6\* | 8,6 | 6,9/  4,6\* | 9,75 | 7,8/  5,5\* |
| Sīpoli | 6,2 | 5,3/4\* | 9,1 | 7,7/  5,7\* | 9,1 | 7,7/  5,7\* | 10,4 | 8,8/6\* |
| Eļļa, *rapšu* | 2,3 | 2,3 | 3,3 | 3,3 | 3,3 | 3,3 | 3,8 | 3,8 |
| Kartupeļi | 45,3 | 34 | 66 | 50 | 66 | 50 | 74,7 | 56 |
| Ūdens | - | 120 | - | 176 | - | 176 | - | 200 |
| Sāls | 0,4 | 0,4 | 0,55 | 0,55 | 0,55 | 0,55 | 0,6 | 0,6 |
| Krējums, *skābais*,  25 % | 5 | 5 | 7 | 7 | 10 | 10 | 14 | 14 |
| **Iznākums** | **-** | **150/**  **10/5** | **-** | **220/**  **10/7** | **-** | **220/**  **15/10** | **-** | **250/**  **18/14** |

\* - produkta svars pēc siltapstrādes

|  |  |
| --- | --- |
| *Produktu apstrāde* | * Zirņus noskalo un briedina aukstā ūdenī (6-18 h). * Kartupeļus, burkānus mazgā, mizo, skalo, sagriež kubiņos. * Sīpolus notīra, noskalo, sagriež kubiņos. * Gaļu nomazgā, nogriež cīpslas, plēves. |
| *Ēdiena gatavošana* | * Noskalotus zirņus izvāra. * Gaļu liek vārīties verdošā ūdenī, strauji uzvāra, samazina siltumu, pieliek nedaudz sagrieztus burkānus, pētersīļu saknes un lēni vāra, kamēr gaļa mīksta. Daļu zupai paredzētā sāls pieliek, kad gaļa pusmīksta. * Gatavu gaļu izņem no buljona, padzesē, sagriež mazos gabaliņos, uzlej verdošu buljonu, uzvāra un uzglabā līdz pasniegšanai. * Uzkarsē eļļu, pievieno sasmalcinātos sīpolus un burkānus un turpina izkarsēt, līdz sīpoli caurspīdīgi, bet burkāni iekrāso eļļu oranžīgu (110-120 ºC). * Verdošā buljonā liek vārīties kartupeļus, vāra apm. 10 min., pievieno eļļā izkarsētos burkānus un sīpolus, vāra 7 – 10 min., pievieno sāli, izvārītos zirņus, vāra vēl 3 - 5 min, uzliek katlam vāku un notur 10 – 15 min., lai zupa ievelkas.   *Piezīme*: *1-1,5 gadu vecu bērnu uzturam gatavu zupu sablendē, tad uzvāra un nedaudz atdzesē.* |
| *Ēdiena pasniegšana un uzglabāšana* | * Zupu pasniedz 50 - 65°C. Pasniedzot šķīvī liek gaļu, uzlej zupu, uzliek krējumu. * Ja zupu jāuzglabā, tad to uzglabā marmītā virs 63°C, ne ilgāk kā 3 stundas. |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Z3** | **Seleriju zupa ar rīsiem un gaļu** | | | | | |
| **Produktu nosaukums** | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | |
| **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** |
| Cūkgaļa, *lāpst.* | 19,6 | 16,7/10\* | 29,4 | 25/15\* | 38,8 | 33/20\* |
| Seleriju saknes | 50 | 35/28\* | 50 | 35/28\* | 50 | 35/28\* |
| Sīpoli | 14,1 | 12/8,4\* | 14,1 | 12/8,4\* | 14,1 | 12/8,4\* |
| Tomātu biezenis | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 |
| Eļļa, *rapšu* | 1,5 | 1,5 | 1,5 | 1,5 | 1,5 | 1,5 |
| Rīsi | 15 | 15/45\* | 15 | 15/45\* | 15 | 15/45\* |
| Ūdens | - | 176 | - | 200 | - | 200 |
| Sāls | 0,55 | 0,55 | 0,6 | 0,6 | 0,6 | 0,6 |
| Pētersīļu zaļumi | 2,35 | 2 | 2,35 | 2 | 2,35 | 2 |
| **Iznākums** | **-** | **220/10** | **-** | **250/15** | **-** | **250/25** |

\* - produkta svars pēc siltapstrādes

|  |  |
| --- | --- |
| *Produktu apstrāde* | * Seleriju saknes mazgā, mizo, skalo, sagriež kubiņos. * Sīpolus notīra, noskalo, sagriež kubiņos. * Gaļu nomazgā, nogriež cīpslas, plēves. |
| *Ēdiena gatavošana* | * Gaļu liek vārīties verdošā ūdenī, strauji uzvāra, samazina siltumu, pieliek nedaudz sagrieztus burkānus, pētersīļu saknes un lēni vāra, kamēr gaļa mīksta. Daļu zupai paredzētā sāls pieliek, kad gaļa pusmīksta. * Gatavu gaļu izņem no buljona, padzesē, sagriež mazos gabaliņos, uzlej verdošu buljonu, uzvāra un uzglabā līdz pasniegšanai. * Uzkarsē eļļu, pievieno sasmalcinātos sīpolus un izkarsē, līdz sīpoli caurspīdīgi, pievieno tomātu biezeni un turpina karsēt (110-120 ºC). * Verdošā buljonā liek vārīties seleriju kubiņus, rīsus un vāra apm. 15 -20 min., pievieno eļļā izkarsētos sīpolus, sāli, vāra līdz visi produkti gatavi. Uzliek katlam vāku un notur 10 – 15 min., lai zupa ievelkas. |
| *Ēdiena pasniegšana un uzglabāšana* | * Zupu pasniedz 50 - 65°C. Pasniedzot šķīvī liek gaļu, uzlej zupu, uzliek krējumu. * Ja zupu jāuzglabā, tad to uzglabā marmītā virs 63°C, ne ilgāk kā 3 stundas. |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Z4** | **Kartupeļu zupa ar gaļas frikadelēm un krējumu** | | | | | |
| **Produktu nosaukums** | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | |
| **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** |
| *Frikadelēm:* | | | | | | |
| Cūkgaļa, *lāpst.* | 13,5 | 11,5 | 20 | 17 | 26,7 | 23 |
| Olas | 0,02 gb. | 1,4 | 0,03 gb. | 2 | 0,04 gb. | 2,7 |
| Ūdens | - | 0,9 | - | 1,4 | - | 1,8 |
| Sāls | 0,04 | 0,04 | 0,07 | 0,07 | 0,09 | 0,09 |
| *Frikadeļu masa* | - | 14 | - | 20 | - | 27 |
| *Gatavas frikadeles* | - | 10 | - | 15 | - | 20 |
| Kartupeļi | 80 | 60 | 104 | 78 | 114,7 | 86 |
| Burkāni | 5,9 | 4,7/3,3\* | 7,8 | 6,2/4,2\* | 8,6 | 6,8/4,6\* |
| Sīpoli | 6,2 | 5,3/3,7\* | 8,3 | 7/5\* | 9,1 | 7,7/5,5\* |
| Eļļa, *rapšu* | 1,8 | 1,8 | 2,4 | 2,4 | 2,6 | 2,6 |
| Ūdens | - | 108 | - | 144 | - | 158 |
| Sāls | 0,3 | 0,3 | 0,4 | 0,4 | 0,44 | 0,44 |
| Pētersīļu zaļumi | 0,6 | 0,5 | 0,75 | 0,6 | 0,83 | 0,7 |
| Krējums, *skābais,* 25 % | 5 | 5 | 8 | 8 | 10 | 10 |
| **Iznākums** | **-** | **150/10/5** | **-** | **200/15/8** | **-** | **220/20/10** |

\*- produkta svars pēc siltapstrādes

|  |  |
| --- | --- |
| *Produktu apstrāde* | * Kartupeļus, burkānus mazgā, mizo, skalo, sagriež kubiņos. * Sīpolus notīra, noskalo, sagriež kubiņos. * Gaļu nomazgā, nogriež cīpslas, plēves, sagriež gabalos, samaļ divas reizes. * Olas nomazgā, dezinficē, skalo. |
| *Ēdiena gatavošana* | * Maltai gaļai pievieno sāli, aukstu ūdeni, olas un masu kārtīgi sastrādā. * Masu sadala vienādās daļās (2 – 4 frikadeles porcijā), saveļ apaļas lodītes, liek viegli pasālītā verdošā ūdenī, vāra 10 – 15 min. un līdz pasniegšanai uzglabā buljonā, kurā tās vārītas. * Sīpolus viegli izkarsē eļļā (110 - 120°C). * Burkānus viegli izkarsē eļļā (110 - 120°C). * Verdošā buljonā liek izkarsētos burkānus, vāra apm. 10 min., pievieno kartupeļus, vāra apm. 10 min., tad pievieno sīpolus, sāli, vāra vēl 5 min., siltumu izslēdz, uzliek katlam vāku un notur 10 – 15 min., lai zupa ievelkas. |
| *Ēdiena pasniegšana un uzglabāšana* | * Zupu pasniedz 60 - 65°C. Pasniedzot šķīvī liek frikadeles, uzlej zupu, uzliek krējumu. * Ja zupu jāuzglabā, tad to uzglabā marmītā virs 63°C, ne ilgāk kā 3 stundas. |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Z5** | **Borščs ar gaļu un skābo krējumu** | | | | | |
| **Produktu nosaukums** | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | |
| **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** |
| Cūkgaļa, *lāpstiņa* | 29,4 | 25/15\* | 37,6 | 32/19\* | 29,4 | 25/15\* |
| Ūdens | - | 180 | - | 240 | - | 264 |
| Bietes | 30 | 24 | 40 | 40/32\* | 44 | 44/35\* |
| Kāposti | 15 | 12 | 20 | 16 | 22 | 18 |
| Burkāni | 7,5 | 6 | 10 | 8 | 11 | 9 |
| Sīpoli | 7 | 6 | 9,6 | 8 | 10,6 | 9 |
| Pētersīļu saknes | 1,9 | 1,5 | 2,56 | 2 | 2,8 | 2,2 |
| Kartupeļi | 40 | 30 | 53,3 | 40 | 58,7 | 44 |
| Eļļa, *rapšu* | 2,3 | 2,3 | 3 | 3 | 3,3 | 3,3 |
| Tomātu biezenis | 4,5 | 4,5 | 6 | 6 | 6,6 | 6,6 |
| Cukurs | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 | 1,1 | 1,1 |
| Sāls | 0,3 | 0,3 | 0,4 | 0,4 | 0,44 | 0,44 |
| Citroni | 6,7 | 3\*\* | 8,88 | 4\*\* | 10 | 4,5\*\* |
| Plūmes, *melnās, žāvētas* | 6 | 6 | 8 | 8 | 9 | 9 |
| Pētersīļu zaļumi | 0,42 | 0,36 | 0,57 | 0,48 | 0,62 | 0,53 |
| Krējums, *skābais*, 25% | 5 | 5 | 5 | 5 | 10 | 10 |
| **Iznākums** | **-** | **150/15/5** | **-** | **200/19/5** | **-** | **220/15/10** |

\* - produkta svars pēc siltapstrādes

\*\* - citronu sula

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Z5** | **Borščs ar gaļu un skābo krējumu** | | | | | |
| **Produktu nosaukums** | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | |
| **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** |
| Cūkgaļa, *lāpstiņa* | 47,1 | 40/24 \* | 47,1 | 40/24\* | 47,1 | 40/24\* |
| Ūdens | - | 264 | - | 300 | - | 325 |
| Bietes | 44 | 44/35\* | 50 | 50/40\* | 54 | 54/43\* |
| Kāposti | 22 | 18 | 25 | 20 | 27,5 | 22 |
| Burkāni | 11 | 9 | 12,5 | 10 | 13,8 | 11 |
| Sīpoli | 10,6 | 9 | 11,8 | 10 | 12,9 | 11 |
| Pētersīļu saknes | 2,8 | 2,2 | 3,2 | 2,5 | 3,9 | 3 |
| Kartupeļi | 58,7 | 44 | 66,7 | 50 | 73,3 | 55 |
| Eļļa, *rapšu* | 3,3 | 3,3 | 3,5 | 3,5 | 3,7 | 3,7 |
| Tomātu biezenis | 6,6 | 6,6 | 7,5 | 7,5 | 8 | 8 |
| Cukurs | 1,1 | 1,1 | 1,25 | 1,25 | 1,4 | 1,4 |
| Sāls | 0,44 | 0,44 | 0,5 | 0,5 | 0,54 | 0,54 |
| Citroni | 10 | 4,5\*\* | 11,1 | 5,8\*\* | 13,8 | 6,2\* |
| Plūmes, *melnās, žāvētas* | 9 | 9 | 10 | 10 | 11 | 11 |
| Pētersīļu zaļumi | 0,62 | 0,53 | 0,71 | 0,6 | 0,8 | 0,65 |
| Krējums, *skābais*, 25% | 15 | 15 | 20 | 20 | 20 | 20 |
| **Iznākums** | **-** | **220/24/15** | **-** | **250/24/20** | **-** | **270/24/20** |

\* - produkta svars pēc siltapstrādes

\*\* - citronu sula

|  |  |
| --- | --- |
| *Produktu apstrāde* | * Gaļas gabalu nomazgā. * Bietes nomazgā, nogriež saknes daļu. * Kāpostiem noņem ārējās lapas, noskalo, izgriež kacenu, sagriež salmiņos. * Burkānus rūpīgi nomazgā, nomizo, noskalo un sagriež salmiņos * Kartupeļus nomazgā, nomizo, noskalo, sagriež salmiņos. * Pētersīļu sakni nomazgā, nomizo, skalo, sagriež mazos kubiņos. * Sīpolus notīra, noskalo, sagriež smalki. * Ķiplokus notīra, noskalo, saspiež. * Melnās plūmes rūpīgi noskalo, sagriež salmiņos vai četrās daļās. * Citronu nomazgā, pārgriež u pusēm, izspiež sulu. * Pētersīļu zaļumus pārlasa, noskalo, nosusina, sasmalcina. |
| *Ēdiena gatavošana* | * Gaļu liek vārīties verdošā ūdenī, strauji uzvāra, samazina siltumu (95-98°C), pieliek nedaudz svaigus burkānus un lēni vāra, kamēr gaļa mīksta, daļu zupai paredzētā sāls pieliek, kad gaļa pusmīksta. * Gatavu gaļu izņem no buljona, padzesē, izņem kaulus, gaļu sagriež mazos gabaliņos, uzlej verdošu buljonu, uzvāra un uzglabā līdz pasniegšanai. * Bietes liek vārīties aukstā ūdenī, vāra līdz gatavībai, atdzesē, nomizo un sarīvē uz rupjās dārzeņu rīves. Bietes sajauc ar tomātu biezeni, citrona sulu, sāli, cukuru, ķiplokiem. * Uzkarsē eļļu, pievieno sasmalcinātos sīpolus, burkānus, turpina karsēt, līdz sīpoli caurspīdīgi, bet burkāni iekrāso eļļu oranžīgu (110 - 120°C). * Karstā buljonā vārīties liek kāpostus, vāra apmēram 3- 5 min, pievieno kartupeļus, pētersīļu sakni, uzvāra. Pievieno izkarsētos burkānus, sīpolus, vāra apmēram 3-5 min. Tad pievieno plūmes, uzvāra un pievieno biešu masu, uzvāra. Kā noslēdzošo pievieno vārītu gaļu, uzvāra. * Zupu slēgtā katlā iztur 10- 15 min. |
| *Ēdiena pasniegšana un uzglabāšana* | * Pasniedz karstu, 55- 65°C. Pasniedzot šķīvī liek gaļu, uzlej zupu, pieliek ar skābu krējumu, pārkaisa ar zaļumiem. * Ja zupu jāuzglabā, tad to uzglabā marmītā virs 63°C, ne ilgāk kā 3 stundas. |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Z6** | **Dārzeņu zupa ar vistas fileju (ar krējumu)** | | | | | |
| **Produktu nosaukums** | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | |
| **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** |
| Kartupeļi | 45,3 | 34 | 73,3 | 55 | 81,3 | 61 |
| Burkāni | 6,3 | 5 | 10 | 8 | 11,3 | 9 |
| Sīpoli | 2,9 | 2,5 | 4,7 | 4 | 5,2 | 4,4 |
| Pētersīļu zaļumi | 0,8 | 0,7 | 1,2 | 1 | 1,3 | 1,1 |
| Ķiploki |  |  | 0,7 | 0,6 | 0,8 | 0,7 |
| Eļļa, *rapšu* | 2,2 | 2,2 | 3 | 3 | 3,3 | 3,3 |
| Citroni | 2,8 | 1,25\* | 4,4 | 2\* | 4,8 | 2,2\* |
| Cukurs | 0,6 | 0,6 | 1 | 1 | 1,1 | 1,1 |
| Sāls | 0,3 | 0,3 | 0,5 | 0,5 | 0,55 | 0,55 |
| Vistas fileja | 7,2 | 6,8/5,5\*\* | 10,1 | 9,6/8\*\* | 10,1 | 9,6/8\*\* |
| Ūdens | - | 94 | - | 150 | - | 165 |
| Krējums, *skābais*, 25% |  |  | 5 | 5 | 8 | 8 |
| **Iznākums** | **-** | **125/5,5** | **-** | **200/8/5** | **-** | **220/8/8** |

\* citrona sula

\*\* produkta svars pēc siltapstrādes

|  |  |
| --- | --- |
| *Produktu apstrāde* | * Burkānus un kartupeļus mazgā, mizo, skalo, sagriež kubiņos. * Ķiplokus, sīpolus notīra, noskalo, sasmalcina. * Pētersīļu zaļumus noskalo, nosusina, sasmalcina. * Vistas fileju mazgā, attīra, sagriež kubiņos (1,5 x 1,5cm). * Citronus mazgā, pārgriež, izspiež sulu. |
| *Ēdiena gatavošana* | * Citrona sulu samaisa ar sāli, cukuru, eļļu, ķiplokiem, pētersīļu zaļumiem, samaisa ar vistas fileju. * Katliņā uzkarsē eļļu, izkarsē burkānus, sīpolus (110 - 120°C), pielej uzvārītu ūdeni, pieliek kartupeļus un vāra. * Pēc laika pievieno vistas fileju, vāra vēl 5-7 min. Notur 10 min. |
| *Ēdiena pasniegšana un uzglabāšana* | * Zupu pasniedz karstu (50 -65ºC) ar skābo krējumu. * Ja zupu jāuzglabā, tad to uzglabā marmītā virs 63°C, ne ilgāk kā 3 stundas. |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Z7** | **Siera zupa ar dārzeņiem** | | | | | |
| **Produktu nosaukums** | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | |
| **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** |
| Siers, *kausētais* | 10,8 | 10,8 | 15 | 15 |  |  |
| Zirnīši, *zaļie, konservēti* |  |  | 14,3 | 10 |  |  |
| Burkāni | 13,3 | 10,6 | 18,8 | 15 |  |  |
| Sīpoli | 4 | 3,4 | 5,9 | 5 |  |  |
| Kartupeļi | 50,7 | 38 | 72 | 54 |  |  |
| Eļļa, *rapšu* | 1,6 | 1,6 | 2,3 | 2,3 |  |  |
| Ūdens | - | 96 | - | 137 |  |  |
| Sāls | 0,06 | 0,06 | 0,09 | 0,09 |  |  |
| Krējums, *saldais*, 35% | 3,2 | 3,2 | 4,5 | 4,5 |  |  |
| Dilles | 0,7 | 0,6 | 1,1 | 0,9 |  |  |
| **Iznākums** | **-** | **140** | **-** | **200** |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Z7** | **Siera zupa ar dārzeņiem** | | | | | |
| **Produktu nosaukums** | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | |
| **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** |
| Siers, *kausētais* | 17 | 17 | 20 | 20 |  |  |
| Zirnīši, *zaļie, konservēti* | 15,7 | 11 | 17,9 | 12,5 |  |  |
| Burkāni | 20,88 | 16,7 | 23,75 | 19 |  |  |
| Sīpoli | 6,2 | 5,3 | 7,1 | 6 |  |  |
| Kartupeļi | 80 | 60 | 100 | 75 |  |  |
| Eļļa, *rapšu* | 2,5 | 2,5 | 3 | 3 |  |  |
| Ūdens | - | 150 | - | 170 |  |  |
| Sāls | 0,1 | 0,1 | 0,1 | 0,1 |  |  |
| Krējums, *saldais*, 35% | 5 | 5 | 6 | 6 |  |  |
| Dilles | 1,18 | 1 | 1,4 | 1,2 |  |  |
| **Iznākums** | **-** | **220** | **-** | **250** |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| *Produktu apstrāde* | * Burkānus, kartupeļus mazgā, mizo, skalo, sagriež kubiņos. * Sīpolus notīra, noskalo, sagriež kubiņos. * Dilles šķiro, skalo, nosusina un sasmalcina. * Ziedkāpostiem noņem ārējās lapas, atdala rozetes, skalo. |
| *Ēdiena gatavošana* | * Sakarsētā eļļā izkarsē burkānus un sīpolus, līdz sīpoli caurspīdīgi, bet burkāni iekrāso eļļu oranžīgu (110-120°C). * Ūdeni uzvāra, pievieno kartupeļus, izkarsētās garšsaknes un turpina vārīt 12-15 min. * 5 min. pirms gatavības beigām zupai pievieno kausēto sieru, saldo krējumu, zaļos zirnīšus, sāli un uzvāra. |
| *Ēdiena pasniegšana un uzglabāšana* | * Pasniedz 50-65 ºC temperatūrā. Pasniedzot pārkaisa dilles. * Gatava ēdiena uzglabāšanas laiks marmītā līdz 2 stundām, virs 63 ºC. |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Z8** | **Piena zupa ar kartupeļiem un putraimiem** | | | | | |
| **Produktu nosaukums** | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | |
| **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** |
| Piens, 2,5 % | 90 | 90 | 100 | 100 | 110 | 110 |
| Ūdens | - | 90 | - | 100 | - | 110 |
| Kartupeļi | 33 | 33 | 49,3 | 37 | 54,2 | 41 |
| Miežu putraimi | 5,4 | 5,4 | 6 | 6/18\* | 6,6 | 6,6/20\* |
| Sāls | 0,45 | 0,45 | 0,5 | 0,5 | 0,55 | 0,55 |
| **Iznākums** | **-** | **180** | **-** | **200** | - | **220** |

\* - produkta svars pēc siltapstrādes

|  |  |
| --- | --- |
| *Produktu apstrāde* | * Kartupeļus nomazgā, nomizo, noskalo, sagriež kubiņos. |
| *Ēdiena gatavošana* | * Noskalotus putraimus liek vārīties aukstā ūdenī. * Kad putraimi gandrīz mīksti, pievieno kartupeļus, sāli un vāra, līdz dārzeņi mīksti. Tad pielej verdošu pienu, uzvāra. * Tad siltumu izslēdz, katlam uzliek vāku un notur 10 – 15 min., lai zupa ievelkas. |
| *Ēdiena pasniegšana un uzglabāšana* | * Zupu pasniedz 50 - 65°C. * Ja zupu jāuzglabā, tad to uzglabā marmītā virs 63°C, ne ilgāk kā 2 stundas. |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Z8-1** | **Piena zupa ar miežu putraimiem** | | | | | |
| **Produktu nosaukums** | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | |
| **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** |
| Piens, 2,5 % | 140 | 140 |  |  |  |  |
| Ūdens | - | 70 |  |  |  |  |
| Miežu putraimi | 15 | 15 |  |  |  |  |
| Sāls | 0,5 | 0,5 |  |  |  |  |
| Cukurs | 2 | 2 |  |  |  |  |
| Sviests, 82,5% | 2 | 2 |  |  |  |  |
| **Iznākums** | **-** | **200** |  |  |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| *Ēdiena gatavošana* | * Noskalotus putraimus liek vārīties aukstā ūdenī. * Kad putraimi gandrīz mīksti, pievieno kartupeļus, sāli un vāra, līdz dārzeņi mīksti. Tad pielej verdošu pienu, uzvāra. * Tad siltumu izslēdz, katlam uzliek vāku un notur 10 – 15 min., lai zupa ievelkas. |
| *Ēdiena pasniegšana un uzglabāšana* | * Zupu pasniedz 50 - 65°C. * Ja zupu jāuzglabā, tad to uzglabā marmītā virs 63°C, ne ilgāk kā 2 stundas. |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Z9** | **Biešu zupa ar frikadelēm** | | | | | |
| **Produktu nosaukums** | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | |
| **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** |
| Bietes | 37,5 | 30/24\* | 44 | 44/35\* | 50 | 50/40\* |
| Kāposti | 15 | 12 | 22 | 18 | 25 | 20 |
| Burkāni | 7,5 | 6/4\* | 11 | 9/6\* | 12,5 | 10/7\*\* |
| Sīpoli | 7,1 | 6/4\* | 12 | 9/6\* | 14,1 | 10/7\*\* |
| Tomātu biezenis | 4,8 | 4,8 | 7 | 7 | 8 | 8 |
| Eļļa, *rapšu* | 2,4 | 2,4 | 3,5 | 3,5 | 4 | 4 |
| Cukurs | 1,2 | 1,2 | 1,8 | 1,8 | 2 | 2 |
| Etiķis, 3% | 1,2 | 1,2 | 1,8 | 1,8 | 2 | 2 |
| Kartupeļi | 8 | 6 | 11,7 | 9 | 13,3 | 10 |
| Ķiploki | 0,7 | 0,6 | 1 | 0,9 | 1,18 | 1 |
| Ūdens | - | 120 | - | 176 | - | 200 |
| Sāls | 0,4 | 0,4 | 0,44 | 0,44 | 0,5 | 0,5 |
| *Frikadelēm:* |  |  |  |  |  |  |
| Liellopu gaļa, *sānu gab.* | 20,6 | 16,5 | 35 | 28 | 35 | 28 |
| Sīpoli | 1,4 | 1,2 | 2,4 | 2 | 2,4 | 2 |
| Ūdens | - | 1,8 | - | 3 | - | 3 |
| Olas | 0,02 gb. | 1,2 | 0,033 gb. | 2 | 0,033 gb. | 2 |
| Sāls | 0,04 | 0,04 | 0,07 | 0,07 | 0,07 | 0,07 |
| Pipari,  *melnie, malti* | 0,01 | 0,01 | 0,02 | 0,02 | 0,02 | 0,02 |
| *Gatavas frikadeles* | - | 15 | - | 25 | - | 25 |
| Krējums, *skābais*, 25 % | 5 | 5 | 15 | 15 | 20 | 20 |
| **Iznākums** | **-** | **150/**  **15/5** | - | **220/**  **25/15** | **-** | **250/**  **25/20** |

\* vārītas, mizotas bietes

\*\* produkta svars pēc siltapstrādes

|  |  |
| --- | --- |
| *Produktu apstrāde* | * Bietes nomazgā, liek vārīties, tad nedaudz padzesē, nomizo, sagriež kubiņos. * Kāpostiem noņem ārējās lapas, noskalo, izgriež kacenu, sagriež kvadrātiņos. * Kartupeļus, burkānus nomazgā, nomizo, noskalo, sagriež kubiņos. * Sīpolus notīra, noskalo, sagriež smalki. * Ķiplokus notīra, noskalo, saspiež. |
| *Ēdiena gatavošana* | * Uzkarsē eļļu, pievieno sasmalcinātos sīpolus un burkānus, un karsē, līdz sīpoli caurspīdīgi, bet burkāni iekrāso eļļu oranžīgu (110-120 ºC), pievieno tomātu biezeni, turpina izkarsēt. * Verdošā sālsūdenī liek kāpostus, pavāra apm. 5 min, tad pievieno izkarsētās garšsaknes, kartupeļus un vāra, līdz dārzeņi mīksti. * Pievieno sagatavotās bietes, garšvielas (cukuru, etiķi), ķiplokus un vāra vēl 3- min. Tad uzliek vāku un gatavo zupu notur 10-15 min, lai ievelkas. * Frikadelēm: gaļu kopā ar sīpoliem samaļ, pievieno sāli, piparus, pielej ūdeni un masu labi sastrādā. Veido apaļas frikadeles (apm. 1 cm diametrā). Frikadeles izvāra atsevišķi, pasālītā ūdenī. Frikadeļu buljonu pievieno zupai. |
| *Ēdiena pasniegšana un uzglabāšana* | * Zupu pasniedz 50 - 65°C. Pasniedzot šķīvī liek frikadeles, uzlej zupu, pievieno skābo krējumu. * Ja zupu jāuzglabā, tad to uzglabā marmītā virs 63°C, ne ilgāk kā 3 stundas. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Z10** | **Ķirbju biezeņzupa ar baltmaizi un sieru** | | | | | | | |
| **Produktu nosaukums** | **Ielikums**  **1 porc., g** | | **Ielikums**  **1 porc., g** | | **Ielikums**  **1 porc., g** | | **Ielikums**  **1 porc., g** | |
| **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** |
| Ķirbji | 65 | 45,5/27\* | 93,6 | 65,5/39\* |  |  |  |  |
| Burkāni | 35,6 | 28,5/20\* | 51,3 | 41/29\* |  |  |  |  |
| Sīpoli | 13,5 | 11,5/8\* | 19,5 | 16,6/11,5\* |  |  |  |  |
| Ķiploki | 0,8 | 0,7 | 1,2 | 1 |  |  |  |  |
| Timiāns, *kalt.* | 0,03 | 0,03 | 0,03 | 0,03 |  |  |  |  |
| Eļļa, *rapšu* | 1,1 | 1,1 | 1,6 | 1,6 |  |  |  |  |
| Ūdens | - | 80 | - | 115 |  |  |  |  |
| Sāls | 0,3 | 0,3 | 0,4 | 0,4 |  |  |  |  |
| Ingvers, *kalt.* | 0,03 | 0,03 | 0,03 | 0,03 |  |  |  |  |
| Mannas putraimi | 5,5 | 5,5 | 8 | 8 |  |  |  |  |
| Krējums, saldais, 35% | 4,4 | 4,4 | 6,3 | 6,3 |  |  |  |  |
| Saulespuķu sēklas, *lobītas* | 2 | 2 | 3 | 3 |  |  |  |  |
| Baltmaize | 10 | 10 | 15 | 15 |  |  |  |  |
| Siers,  *Krievijas,* 45% | 3 | 3 | 5 | 5 |  |  |  |  |
| **Iznākums** | **-** | **125/10/3** | **-** | **180/15/5** |  |  |  |  |

\* produkta svars pēc siltapstrādes

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Z10** | **Ķirbju biezeņzupa ar siera grauzdiņiem** | | | | | | | |
| **Produktu nosaukums** | **Ielikums**  **1 porc., g** | | **Ielikums**  **1 porc., g** | | **Ielikums**  **1 porc., g** | | **Ielikums**  **1 porc., g** | |
| **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** |
| Ķirbji | 105,6 | 74/44\* | 114,3 | 80/48\* | 121,43 | 85/51\* | 130 | 91/55\* |
| Burkāni | 57,6 | 46/32\* | 62,5 | 50/35\* | 66,25 | 53/37\* | 71,25 | 57/40\* |
| Sīpoli | 21,5 | 18/13\* | 23,5 | 20/14\* | 24,7 | 21/15\* | 27,1 | 23/16\* |
| Ķiploki | 1 | 0,9 | 1,18 | 1 | 1,18 | 1 | 1,65 | 1,4 |
| Timiāns, *kalt.* | 0,04 | 0,04 | 0,05 | 0,05 | 0,05 | 0,05 | 0,06 | 0,06 |
| Eļļa, *rapšu* | 1,7 | 1,7 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2,2 | 2,2 |
| Ūdens | - | 130 | - | 140 | - | 150 | - | 159 |
| Sāls | 0,43 | 0,43 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 0,57 | 0,57 |
| Ingvers, *kalt.* | 0,43 | 0,43 | 0,05 | 0,05 | 0,05 | 0,05 | 0,06 | 0,06 |
| Mannas putraimi | 9 | 9 | 10 | 10 | 10,5 | 10,5 | 11 | 11 |
| Krējums, saldais, 35% | 7 | 7 | 8 | 8 | 8 | 8 |  |  |
| Saulespuķu sēklas, *lobītas* | 2,6 | 2,6 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 |
| Baltmaize | 30 | 30 | 35 | 35 | 35 | 35 | 40 | 40 |
| Siers,  *Krievijas,* 45% | 6 | 6 | 7 | 7 | 7 | 7 | 8 | 8 |
| ***Grauzdiņi*** | - | 30 | - | 35 | - | 35 | - | 40 |
| **Iznākums** | **-** | **200/30** | **-** | **220/35** | **-** | **230/35** | **-** | **250/40** |

\* produkta svars pēc siltapstrādes

|  |  |
| --- | --- |
| *Produktu apstrāde* | * Ķirbjus nomazgā, pārgriež, nomizo, izņem sēklas, sagriež palielos kubos. * Burkānus nomizo, noskalo, sagriež kubiņos vai sarīvē. * Sīpolus, ķiplokus, notīra, noskalo, sīki sagriež. |
| *Ēdiena gatavošana* | * Ķirbjus liek uz ietaukotas cepešpannas un cepeškrāsnī apcep (180-200 °C). * Sīpolus, ķiplokus viegli izkarsē eļļā (110 - 120°C), pievieno burkānus un turpina karsēt. Beigās pievieno timiānu un vēl nedaudz izkarsē. * Verdošā ūdenī liek apceptos dārzeņus un lēni vāra 10-15 min. Tad zupu sablenderē, pielej saldo krējumu, pieliek sāli, ingveru un uzvāra. Tad pieber mannu un zupu lēnām iebiezina. Izslēdz siltumu, katlam uzliek vāku un notur 5 – 10 min., lai zupa ievelkas. * Saulespuķu sēklas nedaudz apgrauzdē cepeškrāsnī (200-220 °C), līdz izdalās riekstu aromāts. * Grauzdiņiem: baltmaizes šķēles pārkaisa ar sarīvētu sieru, cepeškrāsnī cep (180-200 °C), līdz siers izkusis. |
| *Ēdiena pasniegšana un uzglabāšana* | * Zupu pasniedz 50 - 65°C. Pasniedzot šķīvī lej zupu, pārkaisa sēklas. Atsevišķi pasniedz grauzdiņus.   *Piezīme*: *bērniem līdz 3 gadiem atsevišķi pasniedz baltmaizi (negrauzdētu), bet sieru pārkaisa zupai*.   * Ja zupu jāuzglabā, tad to uzglabā marmītā virs 63°C, ne ilgāk kā 2 stundas |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Z11** | **Ziedkāpostu biezeņzupa ar sieru** | | | | | |
| **Produktu nosaukums** | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | |
| **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** |
| Ziedkāposti | 100 | 67/60\* | 109,5 | 74/66\* | 119,4 | 80/72\* |
| Burkāni | 5 | 4/3\* | 5,7 | 4,4/3,3\* | 6,25 | 5/3,5\* |
| Sīpoli | 20 | 17/12\* | 21,6 | 19/13\* | 23,5 | 20/14\* |
| Ķiploki | 0,9 | 0,8 | 1,1 | 0,9 | 1,18 | 1 |
| Eļļa, *rapšu* | 1 | 1 | 1,1 | 1,1 | 1,3 | 1,3 |
| Seleriju saknes | 24,3 | 17/13\* | 26,2 | 19/14\* | 28,57 | 20/16\* |
| Ūdens | - | 125 | - | 138 | - | 150 |
| Sāls | 0,4 | 0,4 | 0,44 | 0,44 | 0,5 | 0,5 |
| Manna | 8 | 8 | 9 | 9 | 10 | 10 |
| Krējums,  *saldais*, 35% | 8 | 8 | 9 | 9 | 10 | 10 |
| Saulespuķu sēklas, *lobītas* | 3 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 |
| Siers,  *Krievijas*, 45% | 5 | 5 | 8 | 8 | 10 | 10 |
| **Iznākums** | **-** | **200/5** | **-** | **220/8** | **-** | **240/10** |

\*- produkta svars pēc siltapstrādes

|  |  |
| --- | --- |
| *Produktu apstrāde* | * Ziedkāpostiem noņem ārējās lapas, noskalo, sadala rozetēs. * Burkānus nomizo, noskalo, sagriež kubiņos vai sarīvē. * Sīpolus, ķiplokus, notīra, noskalo, sīki sagriež. * Seleriju saknes notīra, nomazgā, sagriež kubiņos. |
| *Ēdiena gatavošana* | * Sīpolus, ķiplokus viegli izkarsē eļļā (110 - 120°C), pievieno burkānus un turpina karsēt. * Verdošā ūdenī liek ziedkāpostus, seleriju un apceptos dārzeņus un lēni vāra 10-15 min. Tad zupu sablenderē, pielej saldo krējumu, pieliek sāli un uzvāra. * Zupai pieber mannu un lēnām iebiezina. Izslēdz siltumu, katlam uzliek vāku un notur 5 – 10 min., lai zupa ievelkas. * Saulespuķu sēklas nedaudz apgrauzdē cepeškrāsnī (200-220 °C), līdz izdalās riekstu aromāts. * Sieru sarīvē. |
| *Ēdiena pasniegšana un uzglabāšana* | * Zupu pasniedz 50 - 65°C. Pasniedzot šķīvī lej zupu, pārkaisa sēklas un sarīvēto sieru. * Ja zupu jāuzglabā, tad to uzglabā marmītā virs 63°C, ne ilgāk kā 2 stundas |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Z11-1** | **Ziedkāpostu biezeņzupa** | | | | | |
| **Produktu nosaukums** | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | |
| **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** |
| Ziedkāposti | 62,7 | 42 |  |  |  |  |
| Burkāni | 3,8 | 3 |  |  |  |  |
| Sīpoli | 12,9 | 11 |  |  |  |  |
| Ķiploki | 0,6 | 0,5 |  |  |  |  |
| Eļļa, *rapšu* | 0,7 | 0,7 |  |  |  |  |
| Seleriju saknes | 15,7 | 11 |  |  |  |  |
| Ūdens | - | 80 |  |  |  |  |
| Sāls | 0,25 | 0,25 |  |  |  |  |
| Manna | 5 | 5 |  |  |  |  |
| Krējums,  *saldais*, 35% | 11 | 11 |  |  |  |  |
| **Iznākums** | **-** | **135** |  |  |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| *Produktu apstrāde* | * Ziedkāpostiem noņem ārējās lapas, noskalo, sadala rozetēs. * Burkānus nomizo, noskalo, sagriež kubiņos vai sarīvē. * Sīpolus, ķiplokus, notīra, noskalo, sīki sagriež. * Seleriju saknes notīra, nomazgā, sagriež kubiņos. |
| *Ēdiena gatavošana* | * Sīpolus, ķiplokus viegli izkarsē eļļā (110 - 120°C), pievieno burkānus un turpina karsēt. * Verdošā ūdenī liek ziedkāpostus, seleriju un apceptos dārzeņus un lēni vāra 10-15 min. Tad zupu sablenderē, pielej saldo krējumu, pieliek sāli un uzvāra. * Zupai pieber mannu un lēnām iebiezina. Izslēdz siltumu, katlam uzliek vāku un notur 5 – 10 min., lai zupa ievelkas. |
| *Ēdiena pasniegšana un uzglabāšana* | * Zupu pasniedz 50 - 65°C. * Ja zupu jāuzglabā, tad to uzglabā marmītā virs 63°C, ne ilgāk kā 2 stundas |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Z12** | **Piena zupa ar biezpiena klimpām** | | | | | |
| **Produktu nosaukums** | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | |
| **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** |
| Piens, 2,5 % | 96 | 96 | 108 | 108 | 120 | 120 |
| Ūdens | - | 32 | - | 36 | 40 | 40 |
| Miežu putraimi | 4,8 | 4,8 | 5,4 | 5,4 | 6 | 6 |
| Sāls | 0,4 | 0,4 | 0,45 | 0,45 | 0,5 | 0,5 |
| *Klimpām* |  |  |  |  |  |  |
| Milti, *kviešu, augst. lab*. | 3,2 | 3,2 | 3,6 | 3,6 | 4 | 4 |
| Olas | 0,04 gb. | 2,4 | 0,045 gb. | 2,7 | 0,05 gb. | 3 |
| Biezpiens, 9% | 16,3 | 16 | 18,4 | 18 | 20,4 | 20 |
| **Iznākums** | **-** | **160** | **-** | **180** | **-** | **200** |

\* - produkta svars pēc siltapstrādes

|  |  |
| --- | --- |
| *Produktu apstrāde* | * Olas mazgā, dezinficē, skalo. |
| *Ēdiena gatavošana* | * Noskalotus putraimus liek vārīties aukstā ūdenī. Kad putraimi mīksti, pielej verdošu pienu, pieliek sāli un uzvāra. * *Klimpām*: biezpienu samaļ, pievieno olas. sāli, miltus un samaisa mīklu. Patur 30 min, lai uzbriestu miltu lipeklis. * Ja klimpu mīkla ir veļama, tad to uzliek uz miltiem apkaisīta galda, saveļ veltnīti (1-1,5 cm diametrā), sagriež nelielus gabaliņus, saveļ apaļas klimpiņas, kuras ber zupā. Ja klimpu mīkla ir pašķidra, tad ar karoti atdala mazas klimpiņas * Klimpas pavāra 3-5 min. |
| *Ēdiena pasniegšana un uzglabāšana* | * Zupu pasniedz 50 - 65°C. * Ja zupu jāuzglabā, tad to uzglabā marmītā virs 63°C, ne ilgāk kā 2 stundas. |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Z13** | **Piena zupa ar auzu pārslām un rozīnēm** | | | | | |
| **Produktu nosaukums** | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | |
| **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** |
| Piens, 2,5 % | 107 | 107 | 112 | 112 | 128 | 128 |
| Ūdens | - | 51 | - | 56 | - | 61 |
| Auzu pārslas | 9 | 9 | 9,6 | 9,6 | 11 | 11 |
| Sāls | 0,23 | 0,23 | 0,24 | 0,24 | 0,3 | 0,3 |
| Cukurs | 0,8 | 0,8 | 0,8 | 0,8 | 1 | 1 |
| Rozīnes | 1,5 | 1,5 | 1,6 | 1,6 | 1,8 | 1,8 |
| Sviests, 82,5% | 1,9 | 1,9 | 2 | 2 | 2,3 | 2,3 |
| **Iznākums** | **-** | **150** | **-** | **160** | **-** | **180** |

|  |  |
| --- | --- |
| *Produktu apstrāde* | * Rozīnes pārlasa, skalo. |
| *Ēdiena gatavošana* | * Verdošā ūdenī liek auzu pārslas, rozīnes, sāli, cukuru un vāra 3-5 min. Tad pielej karstu pienu , uzvāra, pieliek sviestu. |
| *Ēdiena pasniegšana un uzglabāšana* | * Zupu pasniedz 50 - 65°C. * Uzglabā marmītā virs 63°C, ne ilgāk kā 2 stundas. |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Rec. Nr: **Z14** | **Vistas gaļas zupa ar nūdelēm** | | | | | |
| **Produktu nosaukums** | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | |
| **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** |
| Vistas šķiņķis, *ar kauliem* | 18,5 | 18,5/10\* | 24 | 24/13\* | 30 | 30/16\* |
| Nūdeles | 9 | 9/27\* | 12 | 12/36\*\* | 15 | 15/45\*\* |
| Kartupeļi | 40 | 30 | 53,3 | 40 | 66,7 | 50 |
| Burkāni | 5,6 | 4,5/3,2\* | 7,5 | 6/4,2\*\* | 9,4 | 7,5/5,3\*\* |
| Sīpoli | 6,2 | 5,3/3,7\* | 8,2 | 7/5,2\*\* | 10,4 | 8,8/6,2\*\* |
| Eļļa, *rapšu* | 1,9 | 1,9 | 2,5 | 2,5 | 3 | 3 |
| Ūdens | - | 98 | - | 130 | - | 163 |
| Sāls | 0,38 | 0,38 | 0,5 | 0,5 | 0,6 | 0,6 |
| Pētersīļu zaļumi | 0,47 | 0,4 | 0,59 | 0,5 | 0,71 | 0,6 |
| **Iznākums** | **-** | **150/10** | **-** | **200/13** | **-** | **250/16** |

\* vārīta vistas gaļa bez kauliem, (kauli – 25%)

\*\* produkta svars pēc siltapstrādes

|  |  |
| --- | --- |
| *Produktu apstrāde* | * Gaļu nomazgā. * Sīpolus notīra, noskalo, sīki sagriež. * Kartupeļus nomazgā, nomizo, noskalo, sagriež kubiņos vai stienīšos. * Pētersīļu zaļumus šķiro, skalo, nosusina, sasmalcina. * Burkānus nomazgā, nomizo, noskalo, sagriež kubiņos vai sarīvē. |
| *Ēdiena gatavošana* | * Vistas šķiņķus liek vārīties verdošā ūdenī, strauji uzvāra, samazina siltumu (95-98°C), pieliek nedaudz svaigus burkānus un lēni vāra, kamēr gaļa mīksta, daļu zupai paredzētā sāls pieliek, kad gaļa pusmīksta. * Gatavu gaļu izņem no buljona, padzesē, izņem kaulus, gaļu sagriež mazos gabaliņos, uzlej verdošu buljonu, uzvāra un uzglabā līdz pasniegšanai. * Uzkarsē eļļu, pievieno sasmalcinātos sīpolus un burkānus un turpina izkarsēt, līdz sīpoli caurspīdīgi, bet burkāni iekrāso eļļu oranžīgu (110-120 ºC). * Verdošā buljonā liek vārīties kartupeļus un vāra apm. 7 - 10 min, pievieno izkarsētos burkānus un sīpolus, nūdeles, sāli un vāra vēl 5 – 7 min, kamēr visas sastāvdaļas mīkstas. Tad siltumu izslēdz, katlam uzliek vāku un notur 10 – 15 min., lai zupa ievelkas. |
| *Ēdiena pasniegšana un uzglabāšana* | * Zupu pasniedz 50 - 65°C. Pasniedzot šķīvī liek gaļu, uzlej zupu, pārkaisa zaļumus. * Ja zupu jāuzglabā, tad to uzglabā marmītā virs 63°C, ne ilgāk kā 2 stundas. |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Z15** | **Piena zupa ar dārzeņiem** | | | | | |
| **Produktu nosaukums** | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | |
| **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** |
| Piens, 2,5 % | 80 | 80 | 90 | 90 | 100 | 100 |
| Ūdens | - | 32 | - | 36 | - | 40 |
| Ziedkāposti | 26,9 | 18 | 30,3 | 20,3 | 33,6 | 22,5 |
| Kartupeļi | 32 | 24 | 36 | 27 | 40 | 30 |
| Burkāni | 18 | 14,4 | 20,3 | 16,2 | 22,5 | 18 |
| Zirnīši,  *zaļie, saldēti* | 6 | 6 | 6,8 | 6,8 | 7,5 | 7,5 |
| Sāls | 0,32 | 0,32 | 0,36 | 0,36 | 0,4 | 0,4 |
| Sviests, 82,5% | 2,4 | 2,4 | 2,7 | 2,7 | 3 | 3 |
| **Iznākums** | **-** | **160** | **-** | **180** | **-** | **200** |

|  |  |
| --- | --- |
| *Produktu apstrāde* | * Ziedkāpostiem noņem ārējās lapas, noskalo, sadala rozetēs, sagriež sīkāk. * Burkānus nomizo, noskalo, sagriež kubiņos. * Kartupeļus mazgā, mizo, notīra, skalo, sagriež kubiņos. |
| *Ēdiena gatavošana* | * Verdošā ūdenī liek kartupeļus un burkānus, pēc kāda laika – ziedkāpostus. Beigās pievieno zirnīšus. * Kad dārzeņi mīksti, pievieno karstu pienu, uzvāra, pieliek Aizvākotā katlā notur zupu 10-15 min. |
| *Ēdiena pasniegšana un uzglabāšana* | * Zupu pasniedz 50 - 65°C. * Ja zupu jāuzglabā, tad to uzglabā marmītā virs 63°C, ne ilgāk kā 2 stundas. |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Z16** | **Piena zupa ar makaroniem** | | | | | |
| **Produktu nosaukums** | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | |
| **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** |
| Piens, 2,5 % | 91 | 91 | 105 | 105 | 140 | 140 |
| Ūdens | - | 29 | - | 33 | - | 44 |
| Makaroni | 10,4 | 10,4 | 12 | 12 | 16 | 16 |
| Sāls | 0,2 | 0,2 | 0,23 | 0,23 | 0,3 | 0,3 |
| Cukurs | 1,3 | 1,3 | 1,5 | 1,5 | 2 | 2 |
| Sviests, 82,5% | 1,7 | 1,7 | 2 | 2 | 2,5 | 2,5 |
| **Iznākums** | **-** | **130** | **-** | **150** | **-** | **200** |

|  |  |
| --- | --- |
| *Ēdiena gatavošana* | * Verdošā ūdenī liek makaronus, sāli, cukuru un vāra 5-10 min. Tad pielej karstu pienu, uzvāra, pieliek sviestu. |
| *Ēdiena pasniegšana un uzglabāšana* | * Zupu pasniedz 50 - 65°C. * Ja zupu jāuzglabā, tad to uzglabā marmītā virs 63°C, ne ilgāk kā 2 stundas. |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Z17** | **Piena zupa ar rīsiem un rozīnēm** | | | | | |
| **Produktu nosaukums** | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | | **Ielikums 1 porc., g** | |
| **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** | **Bruto** | **Neto** |
| Piens, 2,5 % | 84 | 84 | 105 | 105 | 140 | 140 |
| Ūdens | - | 48 | - | 60 | 80 | 80 |
| Rīsi | 7,2 | 7,2 | 9 | 9 | 12 | 12 |
| Rozīnes | 6 | 6 | 7,5 | 7,5 | 10 | 10 |
| Sāls | 0,24 | 0,24 | 0,3 | 0,3 | 0,4 | 0,4 |
| Sviests, 82,5% | 1,2 | 1,2 | 1,5 | 1,5 | 2 | 2 |
| **Iznākums** | **-** | **120** | **-** | **150** | **-** | **200** |

|  |  |
| --- | --- |
| *Ēdiena gatavošana* | * Verdošā ūdenī liek rīsus un vāra pusgatavus, pieliek noskalotas rozīnes un vāra gatavu. Tad pielej karstu pienu, pieliek sāli un vāra 5-10 min. beigās pieliek sviestu. |
| *Ēdiena pasniegšana un uzglabāšana* | * Zupu pasniedz 50 - 65°C. * Ja zupu jāuzglabā, tad to uzglabā marmītā virs 63°C, ne ilgāk kā 2 stundas. |