*Tehniskās specifikācijas 3.pielikums*

**Ēdienkarte 10 dienām dienas centrā “Integra”, dienas centrā “Atbalsts” un dienas aprūpes centrā ” Dienas aprūpes centrs pilngadīgām personām ar smagiem funkcionāliem traucējumiem” klientu ēdināšanas pakalpojums**

Tehnoloģiskās kartes

Receptūras

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | Produktu daudzums, g | |
| Rec.Nr. | *Produktu nosaukums* | Bruto | Neto |
| 1. | **Svaigu kāpostu salāti ar ķimenēm** |  |  |
|  | Kāposti, svaigi | 53 | 42 |
|  | Ķimenes |  | 0.0005 |
|  | Burkāni | 5-5.5 | 4 |
|  | Eļļa |  | 2.5 |
|  | Citrons | 0.6 | 0.25 |
|  | Cukurs |  | 0.25 |
|  | Ūdens (vārīts, atdzesēts) |  | 1.5 |
|  | Iznākums: |  | 50 |
| 2. | **Svaigu dārzeņu salāti** |  |  |
|  | Sezonas aktuālie dārzeņi | 57.6 | 46.5 |
|  | Eļļa |  | 2.5 |
|  | Citrons | 0.5 | 0.25 |
|  | Cukurs |  | 0.25 |
|  | Ūdens (vārīts, atdzesēts) |  | 1.5 |
|  | Iznākums: |  | 50 |
| 3. | **Biešu un skābetu kāpostu salāti** |  |  |
|  | Bietes | 32-34 | 25 |
|  | Kāposti, skābēti | 22 | 15 |
|  | Burkāni | 6.25-6.7 | 5 |
|  | Eļļa |  | 5 |
|  | Cukurs |  | 1.5 |
|  | Iznākums: |  | 50 |
| 4. | **Svaigu dārzeņu zupa** |  |  |
|  | Kaposti svaigi | 125 | 100 |
|  | Burkāni | 25 | 20 |
|  | Sīpoli | 24 | 20 |
|  | Pētersīļa sakne | 7 | 5 |
|  | Pipari saldie | 20 | 15 |
|  | Eļļa |  | 6 |
|  | Pakšu pupiņas | 28 | 25 |
|  | Milti, kviešu, a.lab. |  | 3 |
|  | Ūdens |  | 400 |
|  | Krējums skābais |  | 10 |
|  | Zaļumi | 3 | 2 |
|  | Iznākums: |  | 100 |
| 5. | **Biešu zupa** |  |  |
|  | Bietes | 218-233 | 175 |
|  | Burkāni | 25-26 | 20 |
|  | Sīpoli | 24 | 20 |
|  | Eļļa |  | 5 |
|  | Tomātu mērce vai biezenis |  | 20 |
|  | Milti, kviešu a.lab. |  | 2 |
|  | Cukurs |  | 2 |
|  | Citronskābe |  | 0.2 |
|  | Krējums skābais |  | 10 |
|  | Zaļumi | 3 | 2 |
|  | Buljons gaļas |  | 350 |
|  | Iznākums: |  | 500 |
| 6. | **Makaronu zupa ar dārzeņiem** |  |  |
|  | Makaroni |  | 40 |
|  | Burkāni | 25-26 | 20 |
|  | Sīpoli | 24 | 20 |
|  | Puravi | 13 | 10 |
|  | Eļļa |  | 5 |
|  | Buljons vai ūdens |  | 400 |
|  | Iznākums: |  | 500 |
| 7. | **Kartupeļu zupa ar gaļas frikadelēm** |  |  |
|  | Kartupeļi | 133-167 | 100 |
|  | Burkāni | 12-13 | 10 |
|  | Sīpoli | 12 | 10 |
|  | Sviests |  | 2.5 |
|  | Buljons vai ūdens |  | 180 |
|  | Zaļumi | 1.5 | 1 |
|  | Iznākums: |  | 250 |
|  | *Gaļas frikadeles* |  |  |
|  | Gaļa |  | 40 |
|  | Sīpoli | 4.2 | 3.5 |
|  | Ķimenes |  | 0.1 |
|  | Olas |  | 2.8 |
|  | Ūdens |  | 3.5 |
|  | Iznākums: |  | 35 |
| 8. | **Skābu kāpostu zupa ar cūkas gaļu** |  |  |
|  | Skabēti kaposti | 90 | 62.5 |
|  | Burkāni | 13-13.25 | 10 |
|  | Sīpoli | 3.25 | 10 |
|  | Eļļa | 12 | 1.25 |
|  | Miežu putraimi |  | 2.5 |
|  | Cūkgaļa |  | 41.75 |
|  | Ūdens |  | 195 |
|  | Zaļumi | 1.5 | 1 |
|  | Krējums skabais |  | 5 |
|  | Iznākums: |  | 300 |
| 9. | **Zivju lodītes ar mērci** |  |  |
|  | Zivs gaļa | 79 | 75 |
|  | Baltmaize |  | 10 |
|  | Piens |  | 15 |
|  | Olas | 1/8gb | 5 |
|  | Sīpoli | 15 | 13 |
|  | Mērce |  | 50 |
|  | Iznākums: |  | 100 z.lod./50 mērce |
| 10. | **Majas kotletes** |  |  |
|  | Gaļa |  | 60 |
|  | Baltmaize |  | 11 |
|  | Olas | 1/7gb | 6 |
|  | Piens |  | 14.5 |
|  | Garšvielas, sāls |  |  |
|  | Sīpoli |  | 12 |
|  | Eļļa cepšanai |  |  |
|  | Iznākums: |  | 80 |
| 11. | **Vistas fileja krējuma mērcē** |  |  |
|  | Vistas fileja | 105 | 104 |
|  | Eļļa |  | 5 |
|  | Garšvielas, sāls |  |  |
|  | Milti |  | 3.75 |
|  | Krējums, saldais |  | 27 |
|  | Ūdens |  | 55 |
|  | Dilles | 3 | 2 |
|  | Iznākums: |  | 75 vista/75 mērce |
| 12. | **Sautēta gaļa mērcē** |  |  |
|  | Gaļa |  | 83 |
|  | Burkāni | 5 | 4 |
|  | Sīpoli | 5 | 4 |
|  | Eļļa |  | 5 |
|  | Tomātu mērce/ biezenis |  | 12 |
|  | Milti |  | 4 |
|  | Krējums, skābais |  | 15 |
|  | Iznākums: |  | 50 gaļa/ 75 mērce |
| 13. | **Uzputenis ar pienu** |  |  |
|  | Ogas | 12 | 11 |
|  | Cukurs |  | 11 |
|  | Manna |  | 7.5 |
|  | Ūdens |  | 49 |
|  | Iznākums: |  | 75 |
|  | Piens |  | 75 |
| 14. | **Mannas biezputra ar saldo mērci** |  |  |
|  | Manna |  | 9.4 |
|  | Piens |  | 60 |
|  | Cukurs |  | 3.75 |
|  | Sviests |  | 1.5 |
|  | Olas | 1/9gb | 4.5 |
|  | Saldā mērce |  | 50 |
|  | Iznākums: |  | 75biezputra/ 50 mērce |
| 15. | **Baltmaize ar āboliem (cepta cepeškrāsnī)** |  |  |
|  | Baltmaize | 23 | 20 |
|  | Sviests |  | 3 |
|  | Āboli | 71 | 50 |
|  | Krējums, skābais |  | 10 |
|  | Cukurs |  | 10 |
|  | Olas |  | 4 |
|  | Iznakums: |  | 85 |