

**Vispārējās izglītības iestādes ēdienreīžu receptūras 1.-4. klašu izglītojamiem ar ārsta apstiprinātu diagnozi cukura diabēts**

**Dzērieni**

Rec. Nr: DZ-01	<i>Karkadē tēja 200 ml</i>					
Produktu nosaukums	<b>Ielikums 1 porc., g</b>					
	Bruto	Neto	Bruto	Neto	Bruto	Neto
Ūdens	200,00	200,00				
Karkadē tējas lapiņas	4,00	4,00				
<b>Iznākums</b>	<b>204,00</b>	<b>204,00</b>	-		-	
Pirmapstrāde						
Ēdienu gatavošana	Uzvāra ūdeni un pievieno Karkadē tējas lapiņas. Atļauj ievilkties 5 minūtes. Nokāš biezumus.					
Pasniegšana	Tēju lej krūzītēs un pasniedz 60–65 °C temperatūrā. Gatavā dzēriena uzglabāšanas laiks marmītā līdz 2 stundām 63–65 °C.					

Rec. Nr: DZ-02	<i>Kefīrs 2,5% 200 g</i>					
Produktu nosaukums	<b>Ielikums 1 porc., g</b>					
	Bruto	Neto	Bruto	Neto	Bruto	Neto
Kefīrs 2,5%	200,00	200,00				
<b>Iznākums</b>	<b>200,00</b>	<b>200,00</b>	-		-	
Pirmapstrāde						
Ēdienu gatavošana						
Pasniegšana	Kefīru lej glāzēs un pasniedz 5–12 °C temperatūrā. Saporcionēta kefīra uzglabāšanas laiks ledusskapī līdz 2 stundām pie temperatūras 2–5 °C.					

Rec. Nr: DZ-03	<i>Ūdens ar citroniem 205 ml</i>					
Produktu nosaukums	<b>Ielikums 1 porc., g</b>					
	Bruto	Neto	Bruto	Neto	Bruto	Neto
Dzeramais ūdens	200,00	200,00				
Citroni	10,00	5,00				
<b>Iznākums</b>	<b>210,00</b>	<b>205,00</b>	-		-	
Pirmapstrāde	Citronus nomazgā, nomizo un sagriež šķēlēs.					
Ēdienu gatavošana	Uzvārtam, atdzesētam ūdenim pievieno citrona šķēlītes.					
Pasniegšana	Dzērienu lej glāzēs un pasniedz 5–12 °C temperatūrā. Gatava dzēriena uzglabāšanas laiks ledusskapī līdz 8 stundām 2–5 °C temperatūrā.					

**Vispārējās izglītības iestādes ēdienreīžu receptūras 1.-4. klašu izglītojamiem ar ārsta  
apstiprinātu diagnozi cukura diabēts**

**Dzērieni**

Rec. Nr: DZ-04	<i>Piparmētru tēja 200 ml</i>					
Produktu nosaukums	Ielikums 1 porc., g					
	Bruto	Neto	Bruto	Neto	Bruto	Neto
Ūdens	200,00	200,00				
Piparmētru lapiņas, kaltētas	4,00	4,00				
<b>Iznākums</b>	<b>204,00</b>	<b>204,00</b>	-		-	
Pirmapstrāde						
Ēdienu gatavošana	Uzvāra ūdeni un pievieno piparmētru tējas lapiņas. Atļauj ievilkties 5 minūtes. Nokāš biezumus.					
Pasniegšana	Tēju lej krūzītēs un pasniedz 60–65 °C temperatūrā. Gatavā dzēriena uzglabāšanas laiks marmītā līdz 2 stundām 63–65 °C.					

Rec. Nr: DZ-05	<i>Paniņas 0,5% 180 g</i>					
Produktu nosaukums	Ielikums 1 porc., g					
	Bruto	Neto	Bruto	Neto	Bruto	Neto
Paniņas 0,5%	180,00	180,00				
<b>Iznākums</b>	<b>180,00</b>	<b>180,00</b>	-		-	
Pirmapstrāde						
Ēdienu gatavošana						
Pasniegšana	Paniņas lej glāzēs un pasniedz 5–12 °C. Saporcionētu paniņu uzglabāšanas laiks ledusskapī ir līdz 2 stundām 2–5 °C temperatūrā.					

Rec. Nr: DZ-06	<i>Ūdens ar dzērvenēm 210 ml</i>					
Produktu nosaukums	Ielikums 1 porc., g					
	Bruto	Neto	Bruto	Neto	Bruto	Neto
Dzeramais ūdens	200,00	200,00				
Dzērvenes	10,00	10,00				
<b>Iznākums</b>	<b>210,00</b>	<b>210,00</b>	-		-	
Pirmapstrāde	Dzērvenes nomazgā.					
Ēdienu gatavošana	Uzvārtam, atdesētam ūdenim pievieno dzērvenes.					
Pasniegšana	Dzērienu lej glāzēs un pasniedz 5–12 °C temperatūrā. Gatava dzēriena uzglabāšanas laiks ledusskapī līdz 8 stundām 2–5 °C temperatūrā.					