

**Pirmskolas izglītības iestādes ēdienreīžu receptūras
izglītojamiem vecuma grupā 3 – 6 gadi**

Piedevas

Rec. Nr: M-01	<i>Kliju maīze 20 g</i>					
Produktu nosaukums	Ielikums 1 porc., g					
	Bruto	Neto	Bruto	Neto	Bruto	Neto
Kliju maīze	20,00	20,00				
Iznākums	20,00	20,00	-		-	
Pirmapstrāde						
Ēdienu gatavošana						
Pasniegšana						

Rec. Nr: M-03	<i>Rudzu maīze 20 g</i>					
Produktu nosaukums	Ielikums 1 porc., g					
	Bruto	Neto	Bruto	Neto	Bruto	Neto
Rudzu maīze	20,00	20,00				
Iznākums	20,00	20,00	-		-	
Pirmapstrāde						
Ēdienu gatavošana						
Pasniegšana						

Rec. Nr: M-06	<i>Sēklu maīze 20 g</i>					
Produktu nosaukums	Ielikums 1 porc., g					
	Bruto	Neto	Bruto	Neto	Bruto	Neto
Sēklu maīze	20,00	20,00				
Iznākums	20,00	20,00	-		-	
Pirmapstrāde						
Ēdienu gatavošana						
Pasniegšana						

Rec. Nr: M-07	<i>Graudu maīze 20 g</i>					
Produktu nosaukums	Ielikums 1 porc., g					
	Bruto	Neto	Bruto	Neto	Bruto	Neto
Graudu maīze	20,00	20,00				
Iznākums	20,00	20,00	-		-	
Pirmapstrāde						
Ēdienu gatavošana						
Pasniegšana						

**Pirmskolas izglītības iestādes ēdienreīžu receptūras
izglītojamiem vecuma grupā 3 – 6 gadi**

Piedevas

Rec. Nr: IE-01	<i>Ābolu-brūkleņu ievārījums 10 g</i>					
Produktu nosaukums	Ielikums 1 porc., g					
	Bruto	Neto	Bruto	Neto	Bruto	Neto
Ābolu-brūkleņu ievārījums	10,50	10,00				
Iznākums	10,50	10,00	-		-	
Pirmapstrāde						
Ēdienu gatavošana						
Pasniegšana						

Rec. Nr: IE-02	<i>Ievārījums 15 g</i>					
Produktu nosaukums	Ielikums 1 porc., g					
	Bruto	Neto	Bruto	Neto	Bruto	Neto
Ievārījums	15,50	15,00				
Iznākums	15,50	15,00	-		-	
Pirmapstrāde						
Ēdienu gatavošana						
Pasniegšana						

Rec. Nr: P-01	<i>Skābs krējums 20% 5 g</i>					
Produktu nosaukums	Ielikums 1 porc., g					
	Bruto	Neto	Bruto	Neto	Bruto	Neto
Skābs krējums 20%	5,00	5,00				
Iznākums	5,00	5,00	-		-	
Pirmapstrāde						
Ēdienu gatavošana						
Pasniegšana						

**Pirmskolas izglītības iestādes ēdienreīžu receptūras
izglītojamiem vecuma grupā 3 – 6 gadi**

Piedevas

Rec. Nr: PP-02	<i>Vārīti griķi 125 g</i>					
Produktu nosaukums	Ielikums 1 porc., g					
	Bruto	Neto	Bruto	Neto	Bruto	Neto
Griķu putraini	47,00	47,00				
Ūdens	90,00	90,00				
Sāls, rupjais	0,10	0,10				
Iznākums	137,10	137,10	-		-	
Pirmapstrāde						
Ēdienu gatavošana	<p>Katliņā uzvāra ūdeni un verdošā ber iekšā griķu putrainus. Pievieno sāli un vāra uz lēnas uguns apmēram 20 – 25 minūtes. Vārīšanas temperatūra 100 °C. Noņem no plīts un atstāj siltumā uz 5 minūtēm, lai putraini uzbrīst.</p>					
Pasniegšana	<p>Pasniedz porcionētu 60 – 65 °C temperatūrā. Gatavā ēdiena uzglabāšanas laiks marmītā ir līdz 2 stundām 63 – 65 °C temperatūrā.</p>					

Rec. Nr: PP-05	<i>Zirņu-kartupeļu biezenis 120 g</i>					
Produktu nosaukums	Ielikums 1 porc., g					
	Bruto	Neto	Bruto	Neto	Bruto	Neto
Kartupeļi	58,75	52,00				
Zaļie zirnīši, saldēti	33,00	33,00				
Piens 2,5%	13,00	12,94				
Sviests 82%	5,00	4,97				
Ūdens	60,00	60,00				
Sāls, rupjais	0,30	0,30				
Iznākums	170,05	163,21	-		-	
Pirmapstrāde	Kartupeļus nomazgā, nomizo, noskalo un sagriež gabaliņos.					
Ēdienu gatavošana	<p>Uzvāra ūdeni un tajā liek sagrieztos kartupeļus, vāra 20 minūtes. Pievieno sāli un saldētos zaļos zirnīšus. Vāra vēl 15 minūtes. Kad kartupeļi un zirnīši ir mīksti, nokāš lieko šķidrumu. Pievieno uzkarsetu pienu līdz 80 °C un sviestu, visu samīca viendabīgā masā un maisot uzkaršē līdz 100 °C.</p>					
Pasniegšana	<p>Pasniedz porcionētu, 60 – 65 °C temperatūrā. Gatavā ēdiena uzglabāšanas laiks marmītā ir līdz 2 stundām 63 – 65 °C temperatūrā.</p>					

**Pirmskolas izglītības iestādes ēdienreīzu receptūras
izglītojamiem vecuma grupā 3 – 6 gadi**

Piedevas

Rec. Nr: PP-07	<i>Kartupeļu-burkānu-kāļu biezenis 110 g</i>					
Produktu nosaukums	Ielikums 1 porc., g					
	Bruto	Neto	Bruto	Neto	Bruto	Neto
Kartupeļi	103,00	70,00				
Burkāni	50,00	39,00				
Kāļi	25,00	19,00				
Piens 2,5%	10,00	10,00				
Ūdens	50,00	50,00				
Sviests 82%	1,50	1,48				
Sāls, rupjais	0,30	0,30				
Iznākums	239,80	189,78	-		-	
Pirmapstrāde	Kartupeļus, burkānus un kāļus nomazgā, nomizo, noskalo un sagriež gabaliņos.					
Ēdienu gatavošana	Katlā uzvāra ūdeni un tajā liek sagrieztos burkānus un kāļus. Vāra 100 °C 20 minūtes. Pievieno kartupeļus un vāra vēl 20 – 25 min. Kad dārzeņi gatavi, šķidrumu nokāš, pievieno uzkarsetu pienu (80 °C), sviestu un visu sastampā ar stampiņu vai sablenderē, lai veidojas viendabīga masa. Maisot uzkarsetē līdz 100 °C.					
Pasniegšana	Pasniedz porcionētu, 60 – 65 °C temperatūrā. Gatavā ēdiena uzglabāšanas laiks marmītā ir līdz 2 stundām 63 – 65 °C temperatūrā.					

Rec. Nr: PP-09	<i>Vārīti kus-kus putraini 100 g</i>					
Produktu nosaukums	Ielikums 1 porc., g					
	Bruto	Neto	Bruto	Neto	Bruto	Neto
Kus-kus putraini	40,00	40,00				
Sāls, rupjais	0,20	0,20				
Ūdens	80,00	80,00				
Iznākums	120,20	120,20	-		-	
Pirmapstrāde						
Ēdienu gatavošana	Uzvāra ūdeni un ieber kus-kus putrainus. Uz mazas uguns pavāra 3 min., tad izslēdz un atstāj uzbriest 7 minūtes.					
Pasniegšana	Pasniedz porcionētu, 60 – 65 °C temperatūrā. Gatavā ēdiena uzglabāšanas laiks marmītā ir līdz 2 stundām 63 – 65 °C temperatūrā.					

**Pirmskolas izglītības iestādes ēdienreīžu receptūras
izglītojamiem vecuma grupā 3 – 6 gadi**

Piedevas

Rec. Nr: PP-13	<i>Kartupeļu biezenis 120 g</i>					
Produktu nosaukums	Ielikums 1 porc., g					
	Bruto	Neto	Bruto	Neto	Bruto	Neto
Kartupeļi	153,00	112,00				
Piens 2,5%	20,00	20,00				
Sviests 82%	3,00	3,00				
Sāls, rupjais	0,40	0,40				
Iznākums	176,40	135,40	-		-	
Pirmapstrāde	Kartupeļus nomizo, noskalo, sagriež gabalos.					
Ēdienu gatavošana	Kartupeļus izvāra sālsūdenī, nokāš, nosusina, sastampā. Pielej karstu pienu, izkausētu sviestu, uzkarsē, saputo.					
Pasniegšana	Pasniedz karstu (60 – 65 °C). Ja nepieciešams biezeni uzglabāt, tad uzglabā marmītā virs 63 °C, līdz 1 stundai.					