

Technologinė kortelė Nr. DES-3

Patiekalo pavadinimas	Vaisių kokteilis
Paskaičiavimo norma, proc.	1
Patiekalo Nr.	
Išeiga (gramais)	200

Eil. Nr.	Produktų rūšys	Matavimo vienetas	Norma 1 Porcijai (bruto)	Norma 1 Porcijai (neto)	Gamybos technologijos aprašymas
1	Bananai	g.	52,00	40,00	Vaisiai apduošiami pagal instrukciją Nr. 1. Į stiklinę dedame jogurto sluoksnį, vaisių sluoksnį vėl jogurto sluoksnį. Ant viršaus užberame uogų. Realizacijos laikas - 3 val. Laikyti ne aukštesnėje kaip 6 °C temperatūroje.
2	Apelsinai	g.	52,00	40,00	
3	Obuoliai (salotoms)	g.	55,00	50,00	
4	Ekologiškas jogurtas (pilstomas) (A)	g.	50,00	50,00	
5	Šaldytos/šviežios sezoninės uogos	g.	20,00	20,00	
	Iš viso:				

	B	R	A	Kcal
1 porcijos maistinė ir energetinė vertė	2,40	1,65	26,34	124,00

Technologė (vyr. virėja)

Technologinė kortelė Nr. IKEPN-21

Patiekalo pavadinimas	Pilno grūdo morkų keksiukai
Paskaičiavimo norma, proc.	1
Patiekalo Nr.	
Išėiga (gramais)	70

Eil. Nr.	Produktų rūšys	Matavimo vienetas	Norma 1 Porcijai (bruto)	Norma 1 Porcijai (neto)	Gamybos technologijos aprašymas
1	Morkos	g.	43,20	36,00	Morkos apduošiamos pagal instrukciją Nr.1. Kiaušiniai apduošiami pagal instrukciją Nr.2. Sumaišyti miltus, cukrų, cinamoną ir kepimo miltelius. Kitame inde iki vientisos masės suplakti kiaušinius. Gautą masę sumaišyti su miltais, sudėti tarkuotas morkas, supilti aliejų ir išmaišyti. Masę išpilstyti į popierines keksiukų formeles, išdėlioti ant skardos ir kepti ~10-15min. 220-240°C temp. Iškeptus keksiukus atvėsinti. Laikoma nuo 6 iki 23°C temp. Realizuoti per <12h.
2	Ekologiški kvietiniai miltai viso grūdo (A)	g.	14,40	14,40	
3	Cukrus	g.	9,00	9,00	
4	Cinamonas	g.	0,72	0,72	
5	Kepimo milteliai	g.	0,90	0,90	
6	Ekologiški kiaušiniai (A)	g.	9,00	9,00	
7	Rapsų rafinuotas aliejus	g.	0,70	0,70	
	Iš viso:				

	B	R	A	Kcal
1 porcijos maistinė ir energetinė vertė	3,04	2,03	23,85	119,46

Technologė (vyr. virėja)

Technologinė kortelė Nr. IUŽKN-102A

Patiekalo pavadinimas Sveikuolis lavašas

Paskaičiavimo norma, proc.

Patiekalo Nr.

Išeiga (gramais)

60/90

Eil. Nr.	Produktų rūšys	Matavimo vienetas	Norma 1 Porcijai (bruto)	Norma 1 Porcijai (neto)	Gamybos technologijos aprašymas
1	Vištienos ketvirčiai	g.	52,15	35,00	<p>Tešlos masė:</p> <p>Į dalį pašildyto vandens sudėti mieles, cukrų ir 10-15 min. parauginti, tada sudėti miltus, sumaišyti tešlą ir palikti 1-1,5 val., kad išrūgtų. Rūgimo metu tešlą perminkyti. Paruoštą tešlą iškočioti, kad gautųsi blynas-lavašas. Lavašą dėti į aliejumi išteptą skardą ir kepti 10-15 min. 220-240° temp. orkaitėje.</p> <p>Mėsą apčiuošiame pagal instrukciją Nr.3. Mėsą išverdame, įdedame druskos ir pipirų. Verdame apie 15-20 min. Mėsos vidinė temperatūra turi pasiekti ne žemesnę kaip 85°C temp. Daržovės apčiuošiame pagal instrukciją Nr. 1. Agurką, papriką ir vištieną supjaustome kubeliais, įberame druskos, pipirų ir supilame jogurtą. Viską sumaišome.</p> <p>Atvėsusį lavašą aptepame sumaišytu mišiniu, klojame salotos lapus. Susukame lavašą į ritinėlį, perpjauname per pusę ir patiekiamo. Realizacijos trukmė 4 val.</p>
2	Salotos	g.	12,50	10,00	
3	Agurkai švieži	g.	20,60	20,00	
4	Saldžioji paprika	g.	12,00	10,00	
5	Joduota druska	g.	0,11	0,11	
6	Pipirai juodieji	g.	0,06	0,06	
7	Ekologiškas jogurtas natūralus (A)	g.	20,00	20,00	
8	Žalumynai (džiovinti arba šviežūs)	g.	0,25	0,25	
9	Tešlos masė:	g.			
10	Ekologiški kvietiniai miltai viso grūdo (A)	g.	14,00	14,00	
11	Vanduo	g.	10,00	10,00	
12	Mielės sausos	g.	1,20	1,20	
13	Joduota druska	g.	0,02	0,02	
14	Cukrus	g.	0,10	0,10	
	Iš viso:				

	B	R	A	Kcal
1 porcijos maistinė ir energetinė vertė	9,04	5,12	13,54	132,94

Technologė (vyr. virėja)

Technologinė kortelė Nr. IUŽKN-103A

Patiekalo pavadinimas	Cukinių pica su dešrelėmis (a.r.) ir pomidorais
Paskaičiavimo norma, proc.	
Patiekalo Nr.	
Išėiga (gramais)	200

Eil. Nr.	Produktų rūšys	Matavimo vienetas	Norma 1 Porcijai (bruto)	Norma 1 Porcijai (neto)	Gamybos technologijos aprašymas
1	Ekologiški kvietiniai miltai viso grūdo (A)	g.	50,00	50,00	<p>Persijojami miltai, įberiama druska, sutrupintas mieles įberiamės į miltuose padarytą duobutę, užberiamės cukraus ir užpilame kelis šaukštus vandens, išmaišome ingredientus duobutėje, apiberiamės miltais ir leidžiame pastovėti 7 min., kol susidarys kauburėlis. Tada palaipsniui supilame vandenį ir maišome tešlą nuo šonų į vidurį, kai išsimaišo, minkome rankomis, įtarkuojame cukinijas (apruoštas pagal instrukciją Nr.1). Kai pradeda darytis rutulys pilame aliejų ir minkome, kol bus elastinga ir nelips prie rankų. Paliekame tešlą apie 1 val. kad padvigubėtų. Iškočiojame į norimą storį ir formą, dedame kepti apie 5 min 200°C temp. išimame ir dedame pomidorų padažą, supjaustytas gabaliukais dešreles ir uždedame ant pado, tada užbarstomas tarkuotas sūris, uždedami pomidorai supjaustyti griežinėliais ir kepame orkaitėje apie 20min.200°C temp, kol apskrus padas ir išsilydys sūris. Pomidorai ir petražolės apruošiamos (pagal instrukciją nr.1). Iškepus picai papuošiame žalumynais. Realizavimo trukmė 4val.</p>
2	Mielės presuotos	g.	2,00	2,00	
3	Ekologiškas rapsų aliejus šalto spaudimo	g.	2,00	2,00	
4	Cukrus	g.	0,50	0,50	
5	Vanduo	g.	32,00	32,00	
6	Joduota druska	g.	0,33	0,33	
7	Cukinija	g.	50,40	42,00	
8	Pomidorų padažas	g.	10,00	10,00	
9	Virtos dešrelės (A)	g.	25,00	25,00	
10	Joduota druska	g.	0,33	0,33	
11	Pipirai juodieji	g.	0,30	0,30	
12	Ekologiškas fermentinis sūris 45% (A)	g.	15,00	15,00	
13	Pomidorai	g.	20,60	20,00	
14	Petražolių lapai	g.	1,92	1,60	
	Iš viso:				

	B	R	A	Kcal
1 porcijos maistinė ir energetinė vertė	13,34	12,74	42,50	333,36

Technologė (vyr. virėja)

Technologinė kortelė Nr. AKMPN-204

Patiekalo pavadinimas	Maltos vištienos kukulaičių vėrinukai su paprika ir cukinija
Paskaičiavimo norma, proc.	1
Patiekalo Nr.	
Išėiga (gramais)	100/5/5/5

Eil. Nr.	Produktų rūšys	Matavimo vienetas	Norma 1 Porcijai (bruto)	Norma 1 Porcijai (neto)	Gamybos technologijos aprašymas
1	Vištienos šlaunelių mėsa	g.	113,30	110,00	Mėsa apdušama pagal instrukciją Nr.3. Vištiena nuplaunama, nusauginama, sumalama, sudedami miltai, kiaušiniai, suberiama druska, pipirai. Iš vištienos formuojami kukulaičiai. Paprikos ir cukinija (apdušti pagal instrukciją Nr.1) supjaustomi gabalėliais ir pakaitomis su vištiena suveriami ant iešmelių. Kukuliukai apšlakstomi aliejumi. Paruoštas pusgaminiš kepamas garo konvekciniame krosnyje, režime "Oras+garas" 150°C temperatūroje, 4-8min., o po to 4-6min. režime "Oras" 170°C temperatūroje. Mėsos viduje turi būti pasiekta 85 °C temperatūra. Patiekama 68°C temp. Realizacijos laikas - 4 val.
2	Joduota druska	g.	0,40	0,40	
3	Pipirai juodieji	g.	0,11	0,11	
4	Ekologiški kiaušiniai (A)	g.	4,52	4,52	
5	Ekologiški kvietiniai miltai viso grūdo (A)	g.	5,00	5,00	
6	Mėsos kukulių pusgaminiš masė:	g.	120,03	120,03	
7	Geltonoji paprika	g.	6,60	5,50	
8	Saldžioji paprika	g.	6,60	5,50	
9	Cukinija	g.	6,60	5,50	
10	Paprikos ir cukinių pusgaminiš masė:	g.	16,50	16,50	
11	Ekologiškas rapsų aliejus šalto spaudimo	g.	10,00	10,00	
	Iš viso:				

	B	R	A	Kcal
1 porcijos maistinė ir energetinė vertė	19,80	21,88	4,72	292,07

Technologė (vyr. virėja)