



Rec. Nr: RZ-01	Kāpostu-tomātu zupa ar skābo krējumu					
	Ielikums 1 porc., g		Ielikums 1 porc., g		Ielikums 1 porc., g	
	Bruto	Neto	Bruto	Neto	Bruto	Neto
Kāposti, svaigi	25	18,75	40	30	50	37,5
Burkāni	8	6	15	11,25	30	22,5
Sīpoli	5	4,15	10	8,3	10	8,3
Selerija sakne	5	3,5	10	7	10	7
Kartupeļi	26	20	35	24,5	50	35
Tomāti savā sulā	4	4	20	20	20	20
Eļļa, rapšu	5	5	5	5	5	5
Citroni	0,5	0,3	1	0,6	1	0,6
Sāls	0,4	0,4	0,7	0,7	1	1
Pipari, malti	0,15	0,15	0,25	0,25	0,25	0,25
Ūdens	110	110	130	130	175	175
Skābais krējums 20%	5	5	5	5	10	10
<b>Iznākums</b>	-	120/5		180/5	-	250/10

Pirmapstrāde	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kartupeļus mazgā, mizo, skalo, sagriež kubiņos.</li><li>• Selerijas sakni un burkānus mazgā, mizo, skalo, sarīvē rupjās skaidiņās.</li><li>• Sīpolus notīra, noskalo, sagriež kubiņos.</li><li>• Kāpostiem noņem bojātās lapas, nomazgā, izgriež kacenu un sagriež kvadrātiņos.</li><li>• Citronus mazgā, pārgriež, izspiež sulu.</li><li>• Konservēto tomātu savā sulā kārbas nomazgā, atvāko un tomātus sasmalcina.</li></ul>
Ēdienu gatavošana	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pagatavo buljonu – ūdenim pievieno garšvielas un ½ sāls, uzvāra.</li><li>• Uz pannas uzkarsē eļļu, pievieno sasmalcinātos sīpolus un burkānus un turpina izkarsēt, līdz sīpoli caurspīdīgi, bet burkāni iekrāso eļļu oranžīgu (110–120 °C).</li><li>• Kāpostus liek vārīties verdošā buljonā, pavāra apm. 5 min., pievieno izkarsētos burkānus un sīpolus.</li><li>• Pēc apm. 10 min. pievieno kartupeļus un rīvēto selerijas sakni un, kad tie uzvārās, vāra 12–15 min, līdz dārzeņi mīksti.</li><li>• Apmēram 5 min. pirms zupas gatavības, pievieno atlikušo sāli, tomātus savā sulā, citronu sulu. Visu uzvāra, uzliek vāku un 10–15 minūtes ļauj zupai ievilkties.</li></ul>
Pasniegšana	<ul style="list-style-type: none"><li>• Zupu pasniedz 60–65 °C. Pasniedzot šķīvī lej zupu, uzliek krējumu.</li><li>• Var pārkaisīt ar svaigiem zaļumiem.</li><li>• Ja zupu jāuzglabā, tad to uzglabā marmītā virs 63 °C, ne ilgāk kā 3 stundas.</li></ul>

Rec. Nr: RZ-02	Biešu-pupiņu zupa ar skābo krējumu					
Produkta nosaukums	Ielikums 1 porc., g		Ielikums 1 porc., g		Ielikums 1 porc., g	
	Bruto	Neto	Bruto	Neto	Bruto	Neto
Bietes	25	25/18,75*	45	45/33,75*	50	50/37,5*
Pupiņas, raibas	10	10/20**	20	20/40**	20	20/40**
Burkāni	8	6	15	11,25	10	7,5
Kartupeļi	18	12,6	30	21	20	14
Puravi	5	4	10	8	5	4
Eļļa, rapšu	5	5	5	5	5	5
Garšviela garšaugi, bez sāls	0,15	0,15	0,25	0,25	0,25	0,25
Lauru lapas	0,05	0,05	0,1	0,1	0,1	0,1
Sinepju graudi	0,05	0,05	0,1	0,1	0,1	0,1
Sāls	0,3	0,3	0,5	0,5	0,5	0,5
Ūdens	100	100	120	120	200	200
Skābais krējums 20%	5	5	5	5	10	10
<b>Iznākums</b>	-	120/5	-	180/5	-	250/10

\* vārītas, notīrītas bietes

\*\*svars pēc uzbriešanas

Pirmapstrāde	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pupiņas noskalo un briedina aukstā ūdenī (6–18 h).</li> <li>• Bietes rūpīgi nomazgā, liek vārīties aukstā ūdenī, strauji uzvāra, turpina lēni vārīt, kamēr bietes gandrīz gatavas, uzliek vāku un vēl patur karstumā apm. 30 min., nokāš, padzesē, nomizo, sagriež kubiņos.</li> <li>• Kartupeļus, burkānus mazgā, mizo, skalo, sagriež kubiņos.</li> <li>• Puraviem, ja nepieciešams noņem ārējo lapu, noskalo, sagriež ripiņās.</li> </ul>
Ēdienu gatavošana	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Noskalotas pupiņas vāra līdz gatavībai, nokāš un noskalo.</li> <li>• Uz pannas uzkarsē, pievieno sasmalcinātos puravus un burkānus un turpina izkarsēt, līdz burkāni iekrāso eļļu oranžīgu (110–120 °C).</li> <li>• Pagatavo buljonu – ūdenim pievieno garšvielas un ½ sāls, uzvāra.</li> <li>• Kartupeļus liek vārīties verdošā buljonā, pavāra apm. 5 min., pievieno izkarsētos burkānus un sīpolus.</li> <li>• Pēc apm. 10 min. pievieno bietes un pupiņas un vāra 12–15 min, līdz visi dārzeņi mīksti.</li> <li>• Apmēram 5 min. pirms zupas gatavības, pievieno atlikušo sāli. Visu uzvāra, uzliek vāku un 10–15 minūtes ļauj zupai ievilkties.</li> </ul>
Pasniegšana	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zupu pasniedz 60–65 °C. Pasniedzot šķīvī lej zupu, uzliek krējumu.</li> <li>• Var pārkaisīt ar svaigiem zaļumiem.</li> <li>• Ja zupu jāuzglabā, tad to uzglabā marmītā virs 63 °C, ne ilgāk kā 3 stundas.</li> </ul>

Rec. Nr: RZ-03	Sēņu soļanka ar skābo krējumu			
Produktu nosaukums	Ielikums 1 porc., g		Ielikums 1 porc., g	
	Bruto	Neto	Bruto	Neto
Burkāni	7	5,25	20	15
Kartupeļi	20	14	25	17,5
Šampinjoni	20	14	30	21
Sīpoli	3	2,49	7	5,81
Ķiploki	2	1,6	2	1,6
Gurķi, konservēti	27	16	20	12
Tomātu pasta	10	10	5	5
Pipari, malti	0,2	0,2	0,2	0,2
Eļļa, rapšu	5	5	5	5
Lauru lapas	0,1	0,1	0,1	0,1
Sāls	0,5	0,5	0,5	0,5
Ūdens	140	140	200	200
Skābais krējums, 20%	5	5	10	10
<b>Iznākums</b>	-	150/5	-	250/10

Pirmapstrāde	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Burkānus un kartupeļus mazgā, mizo, skalo, sagriež salmiņos.</li> <li>• Sīpolus notīra, noskalo, sagriež salmiņos.</li> <li>• Šampinjonus mazgā un sagriež šķēlēs.</li> <li>• Marinētajiem gurķiem nolej konservējošo šķidrumu, nogriež galus, sagriež salmiņos.</li> <li>• Ķiplokus notīra, noskalo, saspiež.</li> </ul>
Ēdienu gatavošana	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pagatavo buljonu – ūdenim pievieno ½ sāls un garšvielas, uzvāra.</li> <li>• Gurķiem pielej nedaudz karsta ūdens un tvaiko līdz tie mīksti.</li> <li>• Uz pannas uzkarsē eļļu, pievieno sasmalcinātos sīpolus, ķiplokus, burkānus un šampinjonus, un karsē, līdz sīpoli caurspīdīgi, bet burkāni iekrāso eļļu oranžīgu (110–120 °C), tad pievieno tomātu biezeni un turpina izkarsēt.</li> <li>• Verdošā buljonā liek kartupeļus, vāra 10–15 min, tad pievieno izkarsētos dārzeņus un šampinjonus, un vāra līdz dārzeņi mīksti.</li> <li>• Pievieno tvaikotos gurķus, atlikušo sāli, vāra vēl 5 min.</li> <li>• Tad siltumu izslēdz, katlam uzliek vāku un notur 10–15 min., lai zupa ievilks.</li> </ul>
Pasniegšana	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zupu pasniedz 60–65 °C ar krējumu.</li> <li>• Ja zupu jāuzglabā, tad to uzglabā marmītā virs 63 °C, ne ilgāk kā 3 stundas.</li> </ul>

Rec. Nr: RZ-03a	Veģetārā soļanka ar skābo krējumu			
Produktu nosaukums	Ielikums 1 porc., g		Ielikums 1000 g	
	Bruto	Neto	Bruto	Neto
Burkāni	10	7.5	80	60
Kartupeļi	15	10.5	120	84
Sīpoli	3	2.49	24	20
Ķiploki	1	0.8	8	6
Gurķi, konservēti	16	9.6	128	77
Tomātu pasta	7	7	56	56
Pipari, malti	0.1	0.1	1	1
Eļļa, rapšu	4	4	32	32
Lauru lapas	0.05	0.05	0	0
Sāls	0.3	0.3	2	2
Ūdens	110	110	-	-
Skābais krējums, 20%	5	5	40	40
<b>Iznākums</b>	-	120/5	-	1000

Pirmapstrāde	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Burkānus un kartupeļus mazgā, mizo, skalo, sagriež salmiņos.</li> <li>• Sīpolus notīra, noskalo, sagriež salmiņos.</li> <li>• Marinētajiem gurķiem nolej konservējošo šķidrumu, nogriež galus, sagriež salmiņos.</li> <li>• Ķiplokus notīra, noskalo, saspiež.</li> </ul>
Ēdienu gatavošana	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pagatavo buljonu – ūdenim pievieno ½ sāls un garšvielas, uzvāra.</li> <li>• Gurķiem pielej nedaudz karsta ūdens un tvaiko līdz tie mīksti.</li> <li>• Uz pannas uzkarsē eļļu, pievieno sasmalcinātos sīpolus, ķiplokus, burkānus un karsē, līdz sīpoli caurspīdīgi, bet burkāni iekrāso eļļu oranžīgu (110–120 °C), tad pievieno tomātu biezeni un turpina izkarsēt.</li> <li>• Verdošā buljonā liek kartupeļus, vāra 10–15 min, tad pievieno izkarsētos dārzeņus, un vāra līdz dārzeņi mīksti.</li> <li>• Pievieno tvaikotos gurķus, atlikušo sāli, vāra vēl 5 min.</li> <li>• Tad siltumu izslēdz, katlam uzliek vāku un notur 10–15 min., lai zupa ievilks.</li> </ul>
Pasniegšana	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zupu pasniedz 60–65 °C ar krējumu.</li> <li>• Ja zupu jāuzglabā, tad to uzglabā marmītā virs 63 °C, ne ilgāk kā 3 stundas.</li> </ul>

Rec. Nr: RZ-04	Pelēko zirņu zupa ar skābo krējumu			
Produktu nosaukums	Ielikums 1 porc., g		Ielikums 1000 g	
	Bruto	Neto	Bruto	Neto
Zirņi, pelēkie	35	35/70*	135	135/270*
Burkāni	30	22,5	115	87
Sīpoli	10	8,3	38	32
Kartupeļi	30	21	115	81
Eļļa, rapšu	5	5	19	19
Garšviela garšaugi, bez sāls	0.25	0.25	1	1
Pipari, graudu	0,1	0,1	0	0
Ūdens	200	200	769	769
Sāls	1	1	4	4
<b>Iznākums</b>	-	250/10	-	1000

\*svars pēc uzbriešanas

Pirmapstrāde	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pelēkos zirņus noskalo un briedina aukstā ūdenī (6–18 h).</li> <li>• Kartupeļus, burkānus mazgā, mizo, skalo, sagriež kubiņos.</li> <li>• Sīpolus notīra, noskalo, sagriež kubiņos.</li> </ul>
Ēdienu gatavošana	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Noskalotus zirņus vāra līdz gatavībai, nokāš un noskalo.</li> <li>• Uzvāra ūdeni.</li> <li>• Uz pannas uzkarsē eļļu, pievieno sasmalcinātos sīpolus un burkānus un turpina izkarsēt, līdz burkāni iekrāso eļļu oranžīgu (110–120 °C).</li> <li>• Verdošā ūdenī liek garšvielas un kartupeļus, vāra 10-15 min, tad pievieno izkarsētos sakņaugus, vārītus pelēkos zirņus, un vāra līdz dārzeņi mīksti.</li> <li>• Apmēram 5 min. pirms zupas gatavības, pievieno sāli. Visu uzvāra, uzliek vāku un 10–15 minūtes ļauj zupai ievilkties.</li> </ul>
Pasniegšana	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zupu pasniedz 60–65 °C ar krējumu.</li> <li>• Ja zupu jāuzglabā, tad to uzglabā marmītā virs 63 °C, ne ilgāk kā 3 stundas.</li> </ul>

Rec. Nr: ZZ-01	Borščs ar skābo krējumu			
Produkta nosaukums	Ielikums 1 porc., g		Ielikums 1000 g	
	Bruto	Neto	Bruto	Neto
Bietes	35	35/26,25*	135	135/101*
Kāposti, skābēti	20	18	77	69
Kartupeļi	37	25,9	142	100
Burkāni	15	11,25	58	43
Sīpoli	7	5,81	27	22
Ķiploki	3	2,4	12	9
Selerija sakne	10	7	38	27
Tomātu pasta	5	5	19	19
Eļļa, rapšu	5	5	19	19
Pipari, malti	0.25	0,25	1	1
Sāls	0.5	0,5	2	2
Citroni	1	0,6	4	2
Ūdens	180	180	692	692
Skābais krējums 20%	10	10	38	38
<b>Iznākums</b>	-	250/10	-	1000

\* vārītas, notīrītas bietes

Pirmapstrāde	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bietes rūpīgi nomazgā, liek vārīties aukstā ūdenī, strauji uzvāra, turpina lēni vārīt, kamēr bietes gandrīz gatavas, uzliek vāku un vēl patur karstumā apm. 30 min., nokāš, padzesē, nomizo, sagriež kubiņos.</li> <li>Kartupeļus mazgā, mizo, skalo, sagriež kubiņos.</li> <li>Burkānus un seleriju saknes mizo, mazgā, sagriež salmiņos.</li> <li>Sīpolus mizo, mazgā, sagriež kubiņos.</li> <li>Ķiplokus notīra, noskalo, saspiež.</li> <li>Citronus nomazgā, pārgriež, izspiež sulu.</li> </ul>
Ēdienu gatavošana	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kāpostiem nospiež sulu, ja ļoti skābi – nomazgā, liek verdošā ūdenī un vāra gatavus.</li> <li>Pagatavo buljonu - ūdenim pievieno garšvielas un ½ sāls, uzvāra.</li> <li>Vārītās bietes izkarsē uz pannas sakarsētā eļļā (120–130 °C).</li> <li>Sīpolus, ķiplokus un burkānus viegli izkarsē eļļā (110–120 °C).</li> <li>Buljonā liek kartupeļus un seleriju sakni, pavāra apm. 12–15 min, tad pievieno izkarsētos sīpolus, ķiplokus, burkānus un bietes, vāra vēl apm. 10 min, līdz dārzeņi mīksti.</li> <li>Beigās pievieno izsautētos kāpostus, citronu sulu, tomātu pastu, sāli, uzvāra, uzliek vāku un 10–15 minūtes ļauj zupai ievilkties.</li> </ul>
Pasniegšana	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zupu pasniedz 60–65 °C. Pasniedzot šķīvī lej zupu, uzliek krējumu.</li> <li>Var pārkaisīt ar svaigiem zaļumiem.</li> <li>Ja zupu jāuzglabā, tad to uzglabā marmītā virs 63 °C, ne ilgāk kā 3 stundas.</li> </ul>

Rec. Nr: ZZ-02	Ķirbju biezzupa ar grauzdētiem turku zirņiem			
Produkta nosaukums	Ielikums 1 porc., g		Ielikums 1 porc., g	
	Bruto	Neto	Bruto	Neto
Ķirbji	35	24,5	120	84
Kālis	30	24	30	24
Burkāni	20	15	50	37,5
Kartupeļi	33	25	-	-
Turku (auna) zirņi	10	10/20*	25	25/50*
Saldais krējums, 35%	5	5	10	10
Garšviela garšaugi, bez sāls	0,25	0,25	0,5	0,5
Sāls	0,25	0,25	0,5	0,5
Pipari, malti	0,1	0,1	0,25	0,25
Ūdens	70	70	120	120
Eļļa, rapšu	3	3	3	3
<b>Iznākums</b>	-	130	-	250

\* pēc mērcēšanas un vārīšanas

Pirmapstrāde	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Turku zirņus 12–24h mērcē, mazgā, liek vārīties, vāra līdz gatavībai, nokāš un noskalo.</li> <li>• Ķirbjus nomazgā, pārgriež, nomizo, izņem sēklas, sagriež palielos kubos.</li> <li>• Kartupeļus mizo, skalo, sagriež kubiņos.</li> <li>• Burkānus mazgā, mizo, skalo, sagriež ripiņās.</li> <li>• Kāli mazgā, mizo, skalo, sagriež kubiņos.</li> </ul>
Ēdienu gatavošana	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Turku zirņus apslaka ar eļļu, pārkaisa ar sāli un pipariem, apmaisa un liek krāsnī 180 °C 20 min apgrauzdēties.</li> <li>• Ķirbjus liek uz ietaukotas cepešpannas un cepeškrāsnī apacep (180–200 °C).</li> <li>• Uz pannas uzkarsē eļļu, pievieno sasmalcinātos sīpolus un burkānus un turpina izkarsēt, līdz burkāni iekrāso eļļu oranžīgu (110–120°C).</li> <li>• Verdošā ūdenī liek vārīties garšvielas un kāļus, pavāra apm. 12–15 min, tad pievieno izkarsētos sīpolus un burkānus, un krāsnī apectos ķirbjus, vāra vēl apm. 10 min līdz gatavībai.</li> <li>• Tad zupu sablenderē, pievieno saldo krējumu, pieliek sāli un uzvāra. Izslēdz siltumu, katlam uzliek vāku un notur 5–10 min., lai zupa ievilks.</li> </ul>
Pasniegšana	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zupu pasniedz 60–65 °C. Pasniedzot šķīvī lej zupu, pārkaisa ar grauzdētiem turku zirņiem.</li> <li>• Ja zupu jāuzglabā, tad to uzglabā marmītā virs 63 °C, ne ilgāk kā 2 stundas.</li> </ul>

Rec. Nr: ZZ-03	Kartupeļu-sēņu biezzupa ar skābo krējumu			
Produkta nosaukums	Ielikums 1 porc., g		Ielikums 1000 g	
	Bruto	Neto	Bruto	Neto
Kartupeļi	45	31,5	243	170
Šampinjoni	35	24,5	189	132
Burkāni	15	11,25	81	61
Selerija sakne	10	7	54	38
Sīpoli	10	8,3	54	45
Ķiploki	2	1,6	11	9
Eļļa, rapšu	3	3	16	16
Sāls	0,5	0,5	3	3
Pipari, malti	0,1	0,1	1	1
Garšviela garšaugi, bez sāls	0,2	0,2	1	1
Ūdens	135	135	730	730
Skābais krējums, 20%	5	5	27	27
<b>Iznākums</b>	-	180/5	-	1000/27

Pirmapstrāde	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kartupeļus, selerijas sakni mazgā, mizo, skalo, sagriež kubiņos.</li> <li>• Burkānus mizo, skalo, sagriež ripiņās.</li> <li>• Sīpolus notīra, noskalo, sagriež kubiņos.</li> <li>• Ķiplokus notīra, noskalo, saspiež.</li> <li>• Šampinjonus mazgā un sagriež šķēlēs.</li> </ul>
Ēdienu gatavošana	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pagatavo buljonu - ūdenim pievieno garšvielas un ½ sāls, uzvāra.</li> <li>• Sīpolus, ķiplokus un burkānus viegli izkarsē uz pannas sakarsētā eļļā (110–120 °C).</li> <li>• Buljonā liek kartupeļus, šampinjonus un seleriju sakni, pavāra apm. 12–15 min, tad pievieno izkarsētos sīpolus, ķiplokus un burkānus, vāra vēl apm. 10 min, līdz dārzeņi mīksti.</li> <li>• Tad zupu sablenderē, pieliek atlikušo sāli un uzvāra.</li> </ul>
Pasniegšana	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zupu pasniedz 60–65 °C. Pasniedzot šķīvī lej zupu, uzliek krējumu.</li> <li>• Var pārkaisīt ar svaigiem zaļumiem.</li> <li>• Ja zupu jāuzglabā, tad to uzglabā marmītā virs 63 °C, ne ilgāk kā 3 stundas.</li> </ul>



Rec. Nr: ZZ-04	Biešu zupa ar skābo krējumu			
Produkta nosaukums	Ielikums 1 porc., g		Ielikums 1 porc., g	
	Bruto	Neto	Bruto	Neto
Bietes	35	35/26,25*	60	60/45*
Kartupeļi	30	24	40	28
Sīpoli	8	6,64	15	12,45
Pastinaks	10	7,5	20	15
Citroni	3	1,8	5	3
Eļļa, rapšu	5	5	5	5
Ķīmenes	0,3	0,3	0,5	0,5
Lauru lapas	0,05	0,05	0,1	0,1
Garšviela garšaugi, bez sāls	0,1	0,1	0,2	0,2
Sāls	0,3	0,3	0,5	0,5
Lociņi	2	1,66	3	2,49
Ūdens	90	90	110	110
Skābais krējums 20%	5	5	5	5
<b>Iznākums</b>	-	130/5	-	180/5

\*vārītas, notīrītas bietes

Pirmapstrāde	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bietes nomazgā, liek vārīties. Izvārītas nedaudz atdzesē, nomizo, griež stienīšos.</li> <li>• Kartupeļus, pastinakus mazgā, mizo, skalo, sagriež salmiņos.</li> <li>• Sīpolus notīra, noskalo, sagriež kubiņos.</li> <li>• Citronus nomazgā, pārgriež, izspiež sulu.</li> <li>• Lociņus noskalo un smalki sagriež.</li> </ul>
Ēdienu gatavošana	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pagatavo buljonu - ūdenim pievieno garšvielas un ½ sāls, uzvāra.</li> <li>• Sīpolus viegli izkarsē uz pannas eļļā (110–120 °C).</li> <li>• Karstā buljonā liek vārīties kartupeļus un pastinakus, pavāra apm. 10 min, tad pievieno izkarsētos sīpolus un vāra vēl apm. 10 min, līdz dārzeņi mīksti.</li> <li>• Pievieno izvārītas, sarīvētas bietes, citronu sulu, atlikušo sāli un vāra vēl 3–5 min. Uzliek vāku un gatavo zupu notur 10–15 min, lai ievilkas.</li> </ul>
Pasniegšana	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zupu pasniedz 60–65 °C. Pasniedzot šķīvī lej zupu, uzliek krējumu, pārkaisa ar sasmalcinātiem lociņiem.</li> <li>• Ja zupu jāuzglabā, tad to uzglabā marmītā virs 63 °C, ne ilgāk kā 3 stundas.</li> </ul>

Rec. Nr: ZZ-05	Piena zupa ar dārzeņiem un grūbām			
Produktu nosaukums	Ielikums 1 porc., g		Ielikums 1 porc., g	
	Bruto	Neto	Bruto	Neto
Piens, 2%	50	50	70	70
Ķirbis	15	10,5	25	17,5
Puķkāposts	10	7	20	14
Burkāni	7	5,25	12	9
Kartupeļi	33	25	-	-
Grūbas	12	12	10	10
Zirnīši zaļie, konservēti	8	8	15	15
Sāls	0,3	0,3	0,5	0,5
Ūdens	55	55	70	70
Garšviela garšaugi, bez sāls	0,1	0,1	0,2	0,2
<b>Iznākums</b>	-	130	-	180

Pirmapstrāde	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Grūbas noskalo 3–4 reizes.</li> <li>• Ķirbi mazgā, mizo, izgriež sēklotni un sarīvē.</li> <li>• Burkānus mizo, skalo, sarīvē.</li> <li>• Kartupeļus mizo, skalo, sagriež kubiņos.</li> <li>• Puķkāpostu noskalo un sadala nelielās rozetēs.</li> <li>• Zaļo zirnīšu kārbas nomazgā, atvāko, nolej konservējošo šķidrumu.</li> </ul>
Ēdienu gatavošana	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Noskalotas grūbas liek vārīties aukstā ūdenī līdz gatavībai; noskalo atkārtoti, kad gatavas.</li> <li>• Karstā ūdenī liek vārīties garšvielas un dārzeņus; vāra līdz dārzeņi gatavi.</li> <li>• Pievieno zaļos zirnīšus, izvārītās grūbas, pienu un sāli. Visu uzvāra, pa vāra 3–5 min. Uzliek vāku un gatavo zupu notur 10–15 min, lai ievilkas.</li> </ul>
Pasniegšana	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zupu pasniedz 60–65 °C.</li> <li>• Ja zupu jāuzglabā, tad to uzglabā marmītā virs 63 °C, ne ilgāk kā 3 stundas.</li> </ul>

Rec. Nr: ZZ-06	Skābu kāpostu zupa ar skābo krējumu			
Produkta nosaukums	Ielikums 1 porc., g		Ielikums 1 porc., g	
	Bruto	Neto	Bruto	Neto
Kāposti, skābēti	30	27	40	36
Burkāni	15	11,25	25	18,75
Miežu putraimi	15	15	18	18
Kartupeļi	33	25	-	-
Sīpoli	5	4,15	7	5,81
Çiploki	1	0,8	2	1,6
Eļļa, rapšu	4,5	4,5	5	5
Lauru lapas	0,05	0,05	0,1	0,1
Pipari, graudu	0,1	0,1	0,2	0,2
Garšviela garšaugi, bez sāls	0,15	0,15	0,25	0,25
Citronskābe	0,05	0,05	0,1	0,1
Çimenes	0,2	0,2	0,3	0,3
Ūdens	90	90	135	135
Skābais krējums, 20%	10	10	5	5
<b>Iznākums</b>	-	130/10	-	180/5

Pirmapstrāde	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Putraimus noskalo līdz tek tīrs ūdens.</li> <li>• Burkānus nomazgā, nomizo, noskalo, sarīvē skaidiņās.</li> <li>• Kartupeļus mizo, skalo, sagriež kubiņos.</li> <li>• Sīpolus mizo, mazgā, sagriež kubiņos.</li> <li>• Çiplokus notīra, noskalo, saspiež.</li> </ul>
Ēdienu gatavošana	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kāpostiem nospiež sulu, ja ļoti skābi – nomazgā, liek verdošā ūdenī un vāra gatavus.</li> <li>• Sīpolus, çiplokus un burkānus 10–15 min viegli izkarsē eļļā uz pannas (110–120 °C).</li> <li>• Noskalotus putraimus liek vārīties aukstā ūdenī, pavāra apm. 20–25 min, pa vidu noputo. Tad pievieno izkarsētos sīpolus, çiplokus un burkānus, vāra vēl apm. 10 min, līdz dārzeņi mīksti.</li> <li>• Beigās pievieno izsautētos kāpostus, citronskābi, sāli, uzvāra, uzliek vāku un 15–20 minūtes ļauj zupai ievilkties.</li> </ul>
Pasniegšana	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zupu pasniedz 60–65 °C. Pasniedzot šķīvī lej zupu, uzliek krējumu.</li> <li>• Var pārkaisīt ar svaigiem zaļumiem.</li> <li>• Ja zupu jāuzglabā, tad to uzglabā marmītā virs 63 °C, ne ilgāk kā 3 stundas.</li> </ul>

Rec. Nr: RZ-05	Šķelto zirņu biezzupa			
Produkta nosaukums	Ielikums 1 porc., g		Ielikums 1 porc., g	
	Bruto	Neto	Bruto	Neto
Zirņi, šķeltie	10	10/20*	16	16/32*
Rīsi	4	4	7	7
Pastinaks	9	6.75	14	10,5
Ķirbji	10	7	12	8,4
Puravi	5	4	5	4
Pipari, malti	0,05	0,05	0,1	0,1
Sāls	0,3	0,3	0,5	0,5
Ūdens	80	80	120	120
Eļļa rapšu	3	3	2,5	2,5
<b>Iznākums</b>	-	100	-	150

\*pēc briedināšanas

Pirmapstrāde	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Šķeltos zirņus noskalo un briedina aukstā ūdenī (6–18 h).</li> <li>• Ķirbjus nomazgā, pārgriež, nomizo, izņem sēklas, sagriež palielos kubos.</li> <li>• Pastinakus mazgā, mizo, skalo, sagriež ripiņās.</li> <li>• Puraviem, ja nepieciešams noņem ārējo lapu, noskalo, sagriež ripiņās.</li> </ul>
Ēdienu gatavošana	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Noskalotus zirņus izvāra.</li> <li>• Uz pannas uzkarsē eļļu, pievieno sasmalcinātos puravus un 5 min izkarsē (110–120 °C).</li> <li>• Rīsus noskalo un liek verdošā ūdenī vārīties kopā ar garšvielām, ķirbi, pastinaku un vāra līdz gatavībai.</li> <li>• Beigās pievieno vārītos zirņus. sāli, uzvāra, sablenderē, uzliek vāku un 10–15 minūtes ļauj zupai ievilkties.</li> </ul>
Pasniegšana	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zupu pasniedz 60–65 °C. Pasniedzot šķīvī lej zupu, uzliek krējumu.</li> <li>• Var pārkaisīt ar svaigiem zaļumiem.</li> <li>• Ja zupu jāuzglabā, tad to uzglabā marmītā virs 63 °C, ne ilgāk kā 3 stundas.</li> </ul>

Rec. Nr: RZ-06	Dārzeņu zupa ar lēcām un skābo krējumu			
Produktu nosaukums	Ielikums 1 porc., g		Ielikums 1 porc., g	
	Bruto	Neto	Bruto	Neto
Kālis	12	9,6	20	16
Burkāni	9	6,75	11	8,25
Tomāti savā sulā	9	9	15	15
Selerija sakne	7	4,9	5	3,5
Sīpoli	4	3,32	7	5,81
Lēcas oranžas, šķeltas	7	7	10	10
Pētersīļi (zaļumi)	1,5	1,05	3	2,1
Eļļa, rapšu	3	3	5	5
Garšviela garšaugi bez sāls	0,1	0,1	0,2	0,2
Sāls	0,3	0,3	0,5	0,5
Ūdens	90	90	120	120
Skābais krējums, 20%	10	10	5	5
<b>Iznākums</b>	-	120/10	-	150/5

Pirmapstrāde	<ul style="list-style-type: none"> <li>Saknes (kāli, burkānu, selerijas sakni) mazgā, mizo, skalo un sagriež salmiņos vai sarīvē uz rupjās dārzeņu rīves.</li> <li>Sīpolus notīra, noskalo, sagriež salmiņos.</li> <li>Konservēto tomātu savā sulā kārbas nomazgā, atvāko un tomātus sasmalcina.</li> <li>Pētersīļus noskalo, nosusina, nogriež lielos kātus, bet lapas smalki sasmalcina.</li> </ul>
Ēdienu gatavošana	<ul style="list-style-type: none"> <li>Uz pannas uzkarsē eļļu, pievieno sasmalcinātos sīpolus, burkānus un selerijas sakni un turpina izkarsēt, līdz burkāni iekrāso eļļu oranžīgu (110–120 °C).</li> <li>Šķeltās lēcas rūpīgi noskalo un liek vārties verdošā ūdenī kopā ar garšvielām un kāli. Pavāra 10 min un tad pievieno izkarsētos sīpolus, burkānus un selerijas sakni; vāra līdz dārzeni gatavi.</li> <li>Apmēram 5 min. pirms zupas gatavības, pievieno sāli, sasmalcinātus tomātus savā sulā. Visu uzvāra, uzliek vāku un 10–15 minūtes ļauj zupai ievilkties.</li> </ul>
Pasniegšana	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zupu pasniedz 60–65 °C. Pasniedzot šķīvī lej zupu, uzliek krējumu un pārkausa ar svaigiem, sasmalcinātiem pētersīļiem.</li> <li>Ja zupu jāuzglabā, tad to uzglabā marmītā virs 6 °C, ne ilgāk kā 3 stundas.</li> </ul>

Rec. Nr: RZ-07	Skābeņu zupa ar olu un skābo krējumu			
Produktu nosaukums	Ielikums 1 porc., g		Ielikums 1 porc., g	
	Bruto	Neto	Bruto	Neto
Kartupeļi	15	10,5	25	17,5
Olas	8	7,2	15	13,5
Burkāni	8	6	15	11,25
Skābenes, konservētas	8	8	10	10
Sīpoli	5	4,15	12,45	10
Miežu putraini	10	10	15	15
Selerija sakne	5	3,5	7	5
Eļļa, rapšu	2	2	5	5
Sāls	0,3	0,3	0,5	0,5
Garšviela garšaugi, bez sāls	0,25	0,25	0,5	0,5
Pipari, graudu	0,05	0,05	0,1	0,1
Ūdens	90	90	135	135
Skābais krējums 20%	5	5	5	5
<b>Iznākums</b>	-	120/5	-	180/5

Pirmapstrāde	<ul style="list-style-type: none"> <li>Selerijas sakni, kartupeļus, burkānus un sīpolus mazgā, mizo, skalo un sagriež kubiņos.</li> <li>Sīpolus mizo, mazgā, sagriež kubiņos.</li> </ul>
Ēdienu gatavošana	<ul style="list-style-type: none"> <li>Olas 10 min vāra, atdzesē, noloba un sīki sakapā; līdz pasniegšanai uzglabā ledusskapī.</li> <li>Uz pannas uzkarsē eļļu, pievieno sasmalcinātos sīpolus, burkānus un selerijas sakni un turpina izkarsēt, līdz burkāni iekrāso eļļu oranžīgu (110–120 °C).</li> <li>Uzvāra buljonu no garšvielām un ūdens.</li> <li>Miežu putrainus rūpīgi noskalo, pievieno buljonam, vāra 10–20 min. Tad pievieno kartupeļus, izkarsētās garšsaknes un turpina vārīt vēl 15–20 min. Pēc tam pievieno skābenes.</li> <li>Visu vāra vēl 3–5 min., tad siltumu izslēdz, uzliek katlam vāku un notur 10–15 min, lai zupa ievelkas.</li> </ul>
Pasniedzšana	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zupu pasniedz 60–65 °C. Pasniedzot šķīvī lej zupu, uzliek krējumu, pārkaisa ar sakapātu olu.</li> <li>Ja zupu jāuzglabā, tad to uzglabā marmītā virs 63 °C, ne ilgāk kā 3 stundas.</li> </ul>