

Heidi Kontio

Sanna Itkonen

KREIKKALAINEN TEEMAVIIKKO
RAVINTOLA TALLIIN LÄHIRUO-
KATEEMAA NOUDATTAEN

Opinnäytetyö

Palvelujen tuottaminen ja johtaminen

Marraskuu


2010




MIKKELIN AMMATTIKORKEAKOULU

Mikkeli University of Applied Sciences

KUVAILULEHTI

 MIKKELIN AMMATTIKORKEAKOULU Mikkelin University of Applied Sciences	Opinnäytetyön päivämäärä 24.11.2010	
Tekijä(t) Heidi Kontio, Sanna Itkonen	Koulutusohjelma ja suuntautuminen Palvelujen tuottamisen ja johtamisen ko.	
Nimeke Kreikkalainen teemaviikko Ravintola Talliin lähiruokateemaa noudattaen		
Tiivistelmä <p>Opinnäytetyömme tarkoitus oli suunnitella ja toteuttaa kreikkalainen teemaviikko Mikkelin ammattikorkeakoulun opetusravintola Talliin. Teemaviikko noudatti lähiruokateemaa. Tavoitteenamme oli luoda onnistunut kokonaisuus Ravintola Talliin, jota se voisi mahdollisuuksien mukaan hyödyntää jatkossa. Työmme on toiminnallinen opinnäytetyö, joka on kaksiosainen kokonaisuus sisältäen opinnäytetyöraportin ja toiminnallisen osuuden. Suunnittelimme ruokalistan kreikkalaistyyliseksi sekä loimme tunnelmaa saliin Kreikka-aiheisin koristein ja musiikin kera.</p> <p>Aloitimme opinnäytetyömme tutustumalla Kreikan ruokakulttuuriin sekä lähiruokaan. Kokosimme ruokalistan ateriasuunnitteluperiaatteita noudattaen etsimällä reseptejä kreikkalaisista keittokirjoista ja Internetistä. Testasimme oleellimmat reseptit opetuskeittiössä varmistaaksemme niiden toimivuuden. Tallensimme toimivat reseptit Aromi-ohjelmaan, josta saimme koottua viikkoruokalistan ja tehtyä tarvelaskennan.</p> <p>Toteutimme teemaviikon Ravintola Tallissa 18.–22.10.2010 välisenä aikana. Viikko sujui kokonaisuudessaan odotusten mukaisesti. Pysimme kannattavuustavoitteissa, koska viikon keskimääräinen kate oli 66,6 %. Ruoka oli maistavaa sekä tunnelma salissa kreikkalainen. Teemaviikon aikana järjestimme asiakastytyväisyyskyselyn kolmena eri päivänä, josta saimme hyvää ja rakentavaa palautetta. Saimme myös Tallin henkilökunnalta hyvää palautetta ja he toivoivatkin saavansa osan resepteistä käyttöönsä.</p>		
Asiasanat (avainsanat) Lähiruoka, teemat, ateriasuunnittelu, Kreikka		
Sivumäärä 38s.+(liitteet 57s.)	Kieli Suomi	URN
Huomautus (huomautukset liitteistä)		
Ohjaavan opettajan nimi Tiina Tuovinen	Opinnäytetyön toimeksiantaja Mikkelin Ammattikorkeakoulu, Ravintola Talli	

DESCRIPTION

 MIKKELIN AMMATTIKORKEAKOULU Mikkeli University of Applied Sciences		Date of the bachelor's thesis November 24 th , 2010
Author(s) Heidi Kontio, Sanna Itkonen	Degree programme and option Hospitality Management	
Name of the bachelor's thesis Greek week in Restaurant Talli with local food theme		
Abstract <p>We made our bachelor's thesis for Restaurant Talli, which is the educational restaurant at Mikkeli University of Applied Sciences. Our topic was Greek week and we followed a local food theme. Our goal was to plan and put into practice a successful lunch week in Restaurant Talli. This bachelor's thesis was completed in two parts which include the operational part and a report about our project. We planned a Greek style menu and created the atmosphere with music and decorations.</p> <p>We started our bachelor's thesis by familiarizing ourselves with Greek food culture and local food. We found recipes in books and Internet, from which we assembled the menu. We tested the most essential recipes in the teaching kitchen, to ensure they were functional. Then we added the recipes to the Aromi program, where they are available for future use.</p> <p>Greek week was put into practice in Restaurant Talli October 18th - 22th, 2010. The week was in line with our expectations. The budget was maintained and the whole week's profit margin was 66,6 %. The food was delicious and the atmosphere in dining hall was Grecian. We collect customer feedback over three days. The feedback was very positive and constructive. Also Talli's staff gave us very good feedback and reviews. They hope to get some recipes to use in the future.</p>		
Subject headings, (keywords) Local food, themes, meal planning, Greek		
Pages 38 pgs + app. 57	Language Finnish	URN
Remarks, notes on appendices		
Tutor Tiina Tuovinen	Bachelor's thesis assigned by Mikkeli University of Applied Sciences, Restaurant Talli	

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO	1
2	TYÖN TAVOITE JA TARKOITUS	2
3	TOIMEKSIANTAJA	3
4	TUTKIMUSMENETELMÄT	4
4.1	Toiminnallinen opinnäytetyö.....	4
4.2	Asiakaspalautekysely	4
5	TEEMAT	5
5.1	Teemat ravintoloissa	5
5.2	Aikaisemmat teemat Ravintola Tallissa	6
5.3	Teemaviikon markkinointi ja mainonta	6
6	LÄHIRUOKA.....	7
7	KREIKKALAINEN RUOKAKULTTUURI	9
7.1	Kreikan ruokakulttuurin historiaa	9
7.2	Kreikkalainen keittiö	9
7.3	Kreikkalaiset ateriat	10
8	ATERIASUUNNITTELU	10
9	VAKIOINTI.....	12
10	KUSTANNUKSET	14
10.1	Kustannuslaskenta.....	14
10.2	Katetuotto	15
10.3	Annoslaskenta.....	16
11	KREIKKALAINEN RUOKAVIIKKO.....	17
11.1	Suunnittelu.....	17
11.1.1	Aikataulu	17
11.1.2	Reseptiikka	17
11.1.3	Lähiruoka	18
11.1.4	Reseptien testaus ja vakiointi	19
11.1.5	Markkinointi.....	22
11.2	Toteutus	23
11.3	Tulokset ja tulosten tarkastelu	23

11.3.1 Asiakasmäärät.....	25
11.3.2 Kustannukset ja myynti.....	26
11.3.3 Asiakaspalaute.....	30
11.3.4 Toimeksiantajan palaute.....	33
12 POHDINTA.....	33
LÄHTEET	36

LIITTEET

Liite 1. Asiakaspalautekysely

Liite 2. Kuvia Kreikkalaiselta teemaviikolta

Liite 3. Ständi

Liite 4. Ruokalista

Liite 5. Reseptit

1 JOHDANTO

Karu ja kitukasvuinen Kreikan luonto kuvaa hyvin kreikkalaista ruokaa, sillä ruoka on yksinkertaista ja hienostelematonta, mutta silti hyvän makuista. Kreikkalaiset käyttävät paljon omilla pelloilla tuotettuja raaka-aineita ja siksi kreikkalaista ruokaa voidaan kutsua myös lähiruoksi. (Ontto-Panula & Puska 2005, 111.) Lähiruoka koetaan ekologisesti hyväksyttävästi, turvalliseksi, tuoreeksi ja puhtaaksi. Lähiruoka kuluttaa vähemmän uusiutumattomia luonnonvaroja ruoan kuljetukseen ja lähiruokaa tuottamalla voidaan säästää ympäristöä. (Härmälä 2000, 7 – 12.) Valitsimme tämän aiheen siksi, koska toimeksiantaja eli Ravintola Talli (puhutaan myöhemmin myös Tallista) halusi eri maiden teemaviikkoja. Mielestämme Kreikka vaikutti mielenkiintoisimmalta ja teemaviikon suunnittelu innosti meitä sen käytännön läheisyyden vuoksi. Ravintola Tallissa ei ole ennen järjestetty mitään Kreikkaan liittyvää teemaa, eikä Mikkelissä ole kreikkalaista ravintolaa, joten mielestämme tässä oli oiva tilaisuus tuoda kreikkalainen ruoka tutuksi mikkelimiläisille.

Työn toimeksiantaja on vanhassa hevostallissa sijaitseva Ravintola Talli, joka toimii opetusravintolana Mikkelin Ammattikorkeakoulun yhteydessä. Tallissa tarjoillaan arkipäivisin lounasruokaa ja keskiviikosta perjantaihin on iltaisin tarjolla myös á la carte-ruokaa. (Ravintola Talli 2010.)

Opinnäytetyön tarkoituksena oli luoda ja toteuttaa kreikkalainen lounasruokalista Ravintola Talliin lähiruokateemaa noudattaen. Ravintola Tallissa suositaan alueellisesti tuotettuja raaka-aineita, heillä on käytössä sekä lähi- että luomuraaka-aineita (Ravintola Talli 2010). Valitsimme lähiruokateeman, koska se on osa kreikkalaista ruokakultuuria. Lähiruoka kuuluu myös osaksi Tallin liikeidea. Tallin ravintolapäällikkö Minna-Mari Mentulan (2010) mielestä opinnäytetyön aihe sopii hyvin Tallin liikeideaan ja se tukee sitä.

Tarkoituksena oli suunnitella ruoat, koristelu sekä teema kreikkalaisittain. Ravintola Talli hyötyy kreikkalaisesta teemaviikosta saaden uusia, meidän laatimia reseptejä käyttöönsä. Asiakkaat saavat vaihtelua normaaliin lounasruokaan, sekä Talli saa näkyvyyttä teeman myötä. Tarkoituksena oli keskittyä Kreikan ruokakulttuuriin sekä lähiruokateemaan, joka kulki koko työn ajan mukana.

2 TYÖN TAVOITE JA TARKOITUS

Työn tavoitteena oli luoda onnistunut kokonaisuus opetusravintola Talliin. Tällä tarkoitetaan sitä, että ruoat ovat houkuttelevan näköisiä ja maittavia, salin koristelu ja tunnelma ovat teeman mukaiset sekä kokonaisuus on suunniteltu ja toteutettu taloudellisesti. Tarkoituksena oli myös se, että asiakkaat saisivat tietoa kreikkalaisesta ruokakulttuurista ja lähiruusta sekä se, että teema houkuttelisi enemmän asiakkaita ravintolaan verrattuna normaalin kiertävän ruokalistan aikana. Tavoitteena oli myös lisätä Ravintola Tallin tunnettavuutta teemaviikon avulla ja näin saada vaihtelevuutta normaalin lounasruoan sijaan.

Työn keskeisimpiä käsitteitä ovat: lähiruoka, teemat, toiminnallinen opinnäytetyö, ateriasuunnittelu ja Kreikka. Lähiruoalla tarkoitetaan lähellä tuotettua, puhdasta, tuoretta ja ekologisesti tuotettua ruokaa (Härmälä 2000, 7). Teemoilla tarkoitetaan sitä, että saavutetaan oikea teeman mukainen tunnelma ruokalistan, musiikin ja koristelun avulla (Lassila 2001, 345). Toiminnallisella opinnäytetyöllä tarkoitetaan sitä, että toiminnallisen opinnäytetyön lopullisena tuotoksena on aina jokin konkreettinen tuote, kuten kirja, ohjeistus, portfolio tai tapahtuma (Vilkkä & Airaksinen 2004, 51). Ateriasuunnittelulla tarkoitetaan sitä, että ateria suunnitellaan erilaiset seikat huomioon ottaen. Näitä seikkoja ovat: tilaisuuden luonne, asiakkaan toiveet, ulkoiset olosuhteet sekä tyyppilliset gastronomiset tekijät (Manninen 1997, 4 – 8). Kreikka on pieni Euroopan maa, joka rajoittuu Välimeren itäpäähän. Kreikan mantereeseen kuuluu Balkanin niemimaan eteläosa sekä Joonian- ja Egeanmeressä lukemattomia saaria (Salaman 2003, 10).

Työn ongelmia olivat: mistä lähiruokatuotteita saadaan, ketkä ovat lähiruokatoimittajat, millaiset kustannukset lähiruoka tuo mukanaan, onko tuotteita saatavilla riittävästi ja kuinka markkinoida kreikkalaista lähiruokaviikkoa asiakkaille. Näihin ongelmiin pyrimme saamaan ratkaisun tutkimalla lähiruoka-aihetta tarkemmin kirjallisuudesta, Internetistä sekä haastatteleamalla alan asiantuntijoita. Muita keinoja ongelmien ratkaisemiseen ovat, että otamme selvää lähiruokatuottajista ja toimittajista sekä kustannuksista mitä syntyy, kun käyttää lähiruokaa.

Työn tavoitteena oli luoda toimiva reseptiikka, jonka toteuttaisimme ja se jäisi Ravintola Tallin käyttöön. Talli saisi hyödyntää reseptiikkaamme tulevissa tilaisuuksissa tai mahdollisesti tulevissa samanlaisissa ja/tai samantyyllisissä tapahtumissa. Tarkoituksenamme oli tehdä asiakastyytyväisyyskysely, jonka pohjalta Tallin henkilökunta voisi tarkastella omaa asiakastyytyväisyyttään. Se toimisi myös meille yhtenä opinnäyte-työmme arvioijana ja saisimme siitä tietoa, miten teemaviikko on mennyt.

3 TOIMEKSIANTAJA

Tämän luvun tiedot perustuvat Ravintola Tallin (2010) Internet-sivuihin. Opinnäyte-työmme toimeksiantaja on Mikkelin ammattikorkeakoulun opetusravintola Talli. Talli sijaitsee Mikkelissä Kasarmin kampuksen alueella ja se toimii restonomiopiskelijoi- den oppimisympäristönä. Ravintolan toiminta sai alkunsa 13.9.2004, jolloin se avasi ovensa lounas-, kokous-, á la carte- kuin tilausasiakkaillekin. Ravintola, jossa on 120 asiakaspaikkaa, mahdollistaa esimerkiksi häiden tai pikkujoulujen järjestämisen. Tal- lissa suunnitellaan yksilölliset menut asiakkaiden tarpeiden ja toiveiden mukaisesti. Ravintolasta on myös mahdollista ostaa annoksia mukaan.

Talli tarjoaa kolme erikokoista kokoustilaa. Kokoukset on mahdollista järjestää Viini- holvissa, Pilttuukabinetissa tai yläkerrassa sijaitsevassa 40 hengen kokoustila Vintissä. Ravintolan toiminta laajeni kesällä 2005 viereen valmistuneeseen Mikpoli rakennuk- seen. Mikpolissa on mahdollisuus nauttia kahvila- ja saunapalveluista sekä erilaisista catering-tilaisuuksista.

Ravintola Tallin nimen juuret juontavat kauas historiaan. Rakennus, jossa ravintola sijaitsee, on rakennettu jo noin sata vuotta sitten. Sodan aikana rakanennus on toimi- nut hevostallina, joita pihapiirissä on ollut useita. Yhdessä näistä hevostalleista on asustanut 1940-luvun alkupuolella Marsalkka Mannerheimin hevonen Käthy. Pihapii- rissä sijaitsevat muut tilat ovat toimineet menneisyydessä mm. asuintaloina sekä soti- laskasarmeina. Pihasta löytyy myös entisen sotilassairaalan tilat.

4 TUTKIMUSMENETELMÄT

4.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Toiminnallinen opinnäytetyö tavoittelee ammatillisessa kentässä käytännön toiminnan ohjeistamista, opastamista, toiminnan järjestämistä ja järjeistämistä. Se voi olla alasta riippuen esimerkiksi ammatilliseen käytäntöön suunnattu ohje, ohjeistus tai opastus, kuten perehdyttämisopas, ympäristöohjelma tai turvallisuusohjeistus. Se voi olla myös jonkin tapahtuman toteuttaminen kuten messuosaston, konferenssin, kansainvälisen kokouksen järjestäminen tai näyttely.

Toiminnallisen opinnäytetyön lopullisena tuotoksena on aina jokin konkreettinen tuote, kuten kirja, ohjeistus, portfolio tai tapahtuma. Raportoinnissa on käsiteltävä konkreettisen tuotoksen saavuttamiseksi käytettyjä keinoja. Toiminnallisiin opinnäytetöihin kuuluu raportti, josta selviää, mitä, miksi ja miten työ on tehty, millainen prosessi on ollut sekä millaisiin tuloksiin ja johtopäätöksiin on päädytty. Tässä opinnäytetyössä raportin lisäksi on tuotos, joka tulee olemaan lounasviikon toteuttaminen sekä reseptiikka.

Toiminnallisessa opinnäytetyössä voidaan käyttää määrällistä ja laadullista menetelmää. Silloin kun toiminnallisen opinnäytetyön tueksi tarvitaan mitattavaa, tilastollisesti ilmoitettavaa numeraalista tietoa on hyvä käyttää määrällisiä tutkimusmenetelmän keinoja. Aineiston keräämisen voi toteuttaa puhelimitse, postitse, sähköpostitse tai paikalla.

Laadullinen tutkimusmenetelmä on toimiva selvityksen toteuttamisessa, kun tavoitteena on ilmiön kokonaisvaltainen ymmärtäminen. Aineiston keräämisen keinona toimii joko yksilö- tai ryhmähaastattelu riippuen siitä, millaista tietoa selvityksellä halutaan oman idean sisällöksi tai tueksi. (Vilkkä & Airaksinen 2004, 9, 51, 58-65.)

4.2 Asiakaspalautekysely

Yksi tapa kerätä itse aineistoa on kysely. Se on survey-tutkimuksen keskeinen menetelmä. Kyselyssä aineistoa kerätään standardoidusti eli tietystä ihmisjoukosta poimi-

taan otos yksilöitä. Mikäli ihmisjoukko on pieni, voidaan kysely toteuttaa koko joukolle. Aineisto, joka kerätään surveyn avulla, käsitellään yleensä kvantitatiivisesti. Survey-tutkimuksessa aineisto voidaan kerätä kahdella päätävällä: posti- ja verkkokysely tai kontrolloitu kysely.

Kontrolloituja kyselyjä on kahdenlaisia: informoitu kysely ja henkilökohtaisesti tarkastettu kysely. Informoitu kysely tarkoittaa sitä, että tutkija jakaa lomakkeet henkilökohtaisesti. Hän voi mennä työpaikoille, messutilaisuuksiin, kouluihin tai yleensäkin sellaisiin paikkoihin, joissa hänen suunnittelemansa kohdejoukot ovat henkilökohtaisesti tavoitettavissa. Vastaajat täyttävät lomakkeet omalla ajallaan ja palauttavat lomakkeet sovittuun paikkaan. (Hirsjärvi ym. 2004, 125, 182–186.)

5 TEEMAT

5.1 Teemat ravintoloissa

Ravintola Tallissa on järjestetty paljon erilaisia teemoja opinnäytetöinä ja projektitöinä. Nykyisin erilaiset teemajuhlat ja –tapahtumat ovat hyvin suosittuja ravintoloissa. Teemajuhlilla ja –tapahtumilla pyritään luomaan asiakkaille unohtumattomia elämyksiä. Ravintoloita pidetään uusien ruokamuotien nopeimpina omaksujina ja ideoiden maahantuojina. Ravintoloiden trendit tulevat Suomeen maapallon lounaisosasta. Uutuudet on nähtävissä ensin Lontoossa, Kööpenhaminassa tai Tukholmassa, josta ne leviävät sitten Turkuun tai Helsinkiin ja siitä edelleen hitaasti muualle Suomeen. (Varjonen 2001, 53.)

Teeman valintaan kannattaa käyttää harkintaa. Teeman valinnassa tulee ottaa huomioon, sopiiko teema yrityksen tai yhteisön mielikuvaan, arvomaailmaan ja tavoiteprofiiliin sekä luoko se haluttua imagoa ja vahvistaako se yrityksen brändiä oikeaan suuntaan. Tapahtuman teema voi olla puhutteleva, houkutteleva tai leikittelevä. Teeman valinta kertoo paljon organisaatiosta; valittu teema rakentaa pohjan tapahtuman kautta luotavalle mielikuvulle. (Vallo & Häyrinen 2003, 214.)

Tilaisuuden kehittäminen tietyn teeman ympärille antaa mielikuvitukselle rajattomat mahdollisuudet. Oikean tunnelman synnyttämiseksi on hauska ponnistella: ruokalista, kattaus, koristelut, ohjelma ja tarjolle pano tulee olla suunniteltu niin, että ne sopivat teemaan; pienillä yksityiskohdilla on suuri merkitys. Teemasta tulee kertoa vieraille etukäteen, mikäli haluaa heidän valmistautuvan teeman mukaisesti. (Immonen & Nevala 2003, 12; Lassila 2001, 345.) Teeman on kuljettava läpi koko tapahtuman. Sen on näytävä koko tapahtuman ajan kutsusta aina jälkimarkkinointiin saakka. Teeman on puhuteltava vastaanottajaa jo kutsusta lähtien. Tapahtuman viestin ja idean täytyy näkyä teeman kautta koko toteutuksessa. (Vallo & Häyrinen 2003, 214-215.)

Tavoitteenamme on miettiä tässä työssä teemaan sopivia pieniä yksityiskohtia. Tarkoituksenamme on tehdä ruokalista käyttäen kreikkalaisia ruokia ja niiden nimet suunniteltaisiin asiakkaita houkutteleviksi. Haluamme luoda pienin yksityiskohdin kreikkalaistyyllisen koristelun, kuten lippunauhoin, pöytäliinoin, servietein ja pöytäständein. Kreikkalaisen tunnelman aiomme luoda soittamalla kreikkalaista musiikkia.

5.2 Aikaisemmat teemat Ravintola Tallissa

Talliin on aikaisemmin tehty muutamia erilaisia teemoja opinnäytteinä; itämainen ruokaviikko, italialainen teemaviikko, savolainen ruoka Ravintola Tallissa, salakapakateemailta, brasilialainen illanvietto sekä sydänviikko. Talliin on myös toteutettu projektteinä lähiruokaviikko. (Mentula 2010.) Näistä opinnäytetöistä saimme vinkkejä ja uusia ideoita omaan työhömmme. Olemme esimerkiksi löytäneet joitakin hyviä lähdemateriaaleja lukiessamme näitä töitä.

5.3 Teemaviikon markkinointi ja mainonta

Tapahtuman onnistumisen kannalta on tärkeää, että kaikki sen osa-alueet ovat toimivia ja yhteensopivia. Yksi tärkeimmistä tapahtuman osa-alueista on sen markkinointi. Tapahtuman markkinoinnilla pyritään saamaan potentiaaliset asiakkaat, osallistujat ja yhteistyökumppanit tietoisiksi tapahtumasta ja osallistumaan siihen. Tapahtuman markkinoinnissa tärkeää on pitkäjänteisyys ja valitun linjan noudattaminen. Kohde-ryhmä, tapahtuman imago ja sisältö, myyntikanavat, pääsylipun hinta, kilpailevat asiat

sekä ajankohta ovat keskeisiä asioita, jotka tulee ottaa huomioon tapahtuman markkinoinnissa. (Kauhanen ym. 2002, 113; Iiskola-Kesonen 2004, 57.)

Tapahtuman mainonnassa kerrotaan tapahtumasta, rakennetaan positiivista mielikuvaa järjestäjästä ja tietenkin luodaan ostohalua. Koska mainonta on yleensä kallista, se tulee suunnitella tarkoin ja sen tulee sopia tapahtuman tavoitteisiin. Toimiva mainonta lisää kuluttajien tietoisuutta tapahtumasta, tiedottaa tärkeistä tapahtumaan liittyvistä yksityiskohdista, kannustaa osallistumaan tapahtumaan, mainostaa tapahtuman imagoa ja logoa sekä on positiivista ja kiinnostavaa. (Watt 1998, 68–69.)

6 LÄHIRUOKA

Lähiruoka ei tarkoita kilometrien tarkkaa mittaamista eikä erilaisilla tekosyillä puolusteltavia huonoja raaka-aineita. Lähiruoka on ennen kaikkea yhteistyötä, suoraa kaupankäyntiä tuottajien kanssa ilman välikäsiä. Tietenkin se on samalla lähellä tuotettuja raaka-aineita. Lähiruoka on sitä, että tuote on parhaimmillaan siirtyessään tuottajalta suoraan loppukäyttäjälle. Se on myös sitä, ettei siihen ole tarvinnut lisätä suuria määriä säilöntäaineita pitkää kuljetusta tai säilytystä varten. (Ahopelto 2010, 12.)

Lähiruokaa ovat yleisimmin vihannekset, juurekset, hedelmät, marjat, sienet, leipä, viljatuotteet, kala ja liha sekä kansallisesti ajatellen myös maito, jalostetut lihatuotteet ja muut kotimaiset elintarvikkeet. Lähiruokaa eivät pelkästään rajaa kunnan tai maakunnan rajat vaan ajattelun periaatteena on tuoreus, turvallisuus, joustavuus sekä tarpeeseen perustuva oikea määrä ja laatu; esimerkiksi pakkaukset ovat juuri tarpeeseen sopivat, jalostusaste on käyttötarkoitukseen sopiva ja tuotteiden laatu säilyy kuljetusten ja varastoinnin ajan. (Syyrakki 2009, 10.) Ravintola Tallissa on käytössä jo tällä hetkellä paljon lähiruokatuotteita; leivät, hunaja, kalat, marjat, jogurtti ja jotkin lihatuotteet. Kreikkalainen teemaviikko noudattaa lähiruokateemaa, joten halusimme käyttää enemmän lähiruokatuotteita. Luvussa 11.1.3 olemme kertoneet lähiruokatuotteista, joita käytämme.

Samalla, kun globalisaatio lisääntyy ja ylikansallisuus valtaa alaa ruokamarkkinoilla, ruoan alkuperä, turvallisuus ja ympäristövaikutukset nousevat kuluttajien mielessä

tärkeiksi ruoan valintaperusteiksi. Eurooppaa ravistelleet ruokaskandaalit ovat saaneet suomalaiset kiinnostumaan lähiruoasta. Lähiruoka koetaan ekologisesti hyväksyttävästi, turvalliseksi, tuoreeksi ja puhtaaksi. Lähiruoka kuluttaa vähemmän uusiutumattomia luonnonvaroja ruoan kuljetukseen ja lähiruokaa tuottamalla voidaan säästää ympäristöä.

Suomalaiset haluavat syödä kotimaassa tuotettua ruokaa. He ovat valmiita maksamaan turvallisuudesta, omasta ruokakulttuurista, maaseudun säilyttämisestä ja työllisyydestä. Lähiruoan tuotannossa käytetään mahdollisimman tarkkaan talousalueen raaka-aineita ja tuotantopanoksia sekä se vastaa oman alueensa kuluttajien toiveisiin ja tarpeisiin. Lähiruoka-ajattelun mukaan on järkevää syödä mahdollisimman lähellä tuotettua, jotta kuljetuksiin kuluva energia saadaan vähennetyksi.

Lähiruoan tuotantoketjussa käytetään kestäviä menetelmiä kaikissa vaiheissa raaka-aineen tuotannosta kuljetukseen ja kauppaan. Jatkojalostuksessa käytetään uusiutuvia ja uusiutumattomia luonnonvaroja mahdollisimman säästeliäästi ja käsitellään ympäristöä vaalien. Ylipakkaamista ja turhia kuljetuksia vältetään.

Lihan ja maidon kohdalla lähiruoan tuotannon ongelma on lähialuetta palvelevien teurastamoiden tai meijereiden perustamisen kalleus. Kuitenkin toimivat lähimarkkinat ovat pienen meijerin tai teurastamoiden kannattavuuden perusta. Lähiruoan tuotannon onnistumiseksi tarvitaan meijerin tai teurastamon ympärille suurkeittiöiden ja vähittäiskauppojen verkosto asiakkaaksi ja tuottajaverkosto raaka-aineen toimittajaksi.

Lähiruoalle on neljä markkinointikaavaa; tila- ja suoramyynti, vähittäiskaupat, suurkeittiöt ja tukkuliikkeet. Lähiruoan vahvuudet - paikallisuus ja tuoreus- voidaan parhaiten hyödyntää suoramyynnissä. Suurkeittiöissä lähiruoan hyödyntäminen on luontevaa, kunhan laatu, saatavuus ja toimintavarmuus ovat kohdallaan. (Härmälä 2000, 7 – 12.)

7 KREIKKALAINEN RUOKAKULTTUURI

Kreikka on pieni maa, joka rajoittuu Välimeren itäpäähän. Kreikan mantereeseen kuuluu Balkanin niemimaan eteläosa sekä Joonian- ja Egeanmeressä lukemattomia saaria. (Salaman 2003, 10.)

7.1 Kreikan ruokakulttuurin historiaa

Paljon ennen ajanlaskun alkua Kreikassa valmistettiin herkullista ruokaa. Uskotaankin, että varsinainen ruoanlaittotaito on peräisin antiikin Kreikasta. Täältä ruuanlaittotaito on myöhemmin levinnyt Rooman ja Ranskan kautta maailmalle. Historia kertoo idän ruhtinaiden ja Ateenan ylimysten suurista ruokapidoista, jolloin elettiin yltäkyläisyyden aikaa. Tuolloin viinikin maustettiin hunajalla ja raaka-ainevarastot olivat runsaat. Kreikassa on koettu toisenlainenkin aika; Turkin hallintoaikana elettiin puutteen ja köyhyyden aikoja. Tämä jakso kesti noin 400 vuotta ja tänä aikana kehittyi oikeastaan Kreikan nykyinen ruokakulttuuri. (Ontto-Panula & Puska 2005, 112.)

7.2 Kreikkalainen keittiö

Kreikkalainen keittiö perustuu vihanneksiin ja muihin yksinkertaisiin, tuoreisiin valmistusaineisiin – laatuotteet ovat sen ydin (Salaman 2003, 8). Karu ja kitukasvuinen Kreikan luonto kuvaa hyvin kreikkalaista ruokaa, sillä ruoka on yksinkertaista ja hienostelematonta, mutta silti hyvän makuista. Ruoka tarjotaan yleensä vaatimattomasti koristeltuna ja katettuna. (Ontto-Panula & Puska 2005, 111.)

Kreikan karussa luonnossa lammas ja vuohi ovat tärkeitä lihan ja maidon tuottajia, mutta myös naudan- ja sianlihaa sekä kanaa käytetään. Kala ja muut meren antimet kuuluvat myös perinteisesti kreikkalaiseen ruokapöytään. Tärkeimpiä kasviksia kreikkalaisille ovat munakoiso, kesäkurpitsa, tomaatti, kurkku, sipuli, paprikat ja keväisin ja alkukesästä myös artisokka. (Autti & Pojanluoma 1996, 67.)

Kreikkalaiset ruuat eivät ole kovin voimakkaasti maustettuja, mutta oman arominsa niille antaa oliiviöljy, jota käytetään runsaasti kaikessa ruuanvalmistuksessa. Suomalaiset ovat tottuneet hieman voimakkaampiin makuihin kuin kreikkalaiset. Kun me

vakioimme ruokaohjeita, meidän tulee kiinnittää huomiota siihen, että ruoissa on tarpeeksi mausteita suomalaiseseen makuun. Pippurin lisäksi tärkeitä ovat erilaiset yrtit, joista persilja ja oregano ovat suosituimmat. Valkosipuli ja sitruuna maistuvat myös monissa ruoissa. (Autti & Pojanluoma 1996, 67.)

7.3 Kreikkalaiset ateriat

Kreikkalainen ateria on usein vapaamuotoinen ja ruokalajien määrä sekä ruokailuaika voivat vaihdella. Ruokailu tapahtuu leppoisassa tunnelmassa, jossa seurustelu ja musiikki ovat osa tapahtumaa. Perhe ja suku ovat kreikkalaisille hyvin tärkeitä, siksi sosiaalisissa tapahtumissa onkin mukana koko perhe. Kreikkalaiset eivät juuri välitä aamiaisesta, vaan juovat pienen kupillisen kahvia tai sitruunalla maustettua teetä. Aamupäivän välipala voi olla katukauppiaalta ostettu seesamitäytteenen kulúri tai tirópi-ta, kuuma juustopiirakka. Lounas tarjoillaan välimerelliseen tapaan myöhään ja päivän pääateria on päivällinen, joka myös tarjoillaan myöhään. (Salaman 2003, 10.)

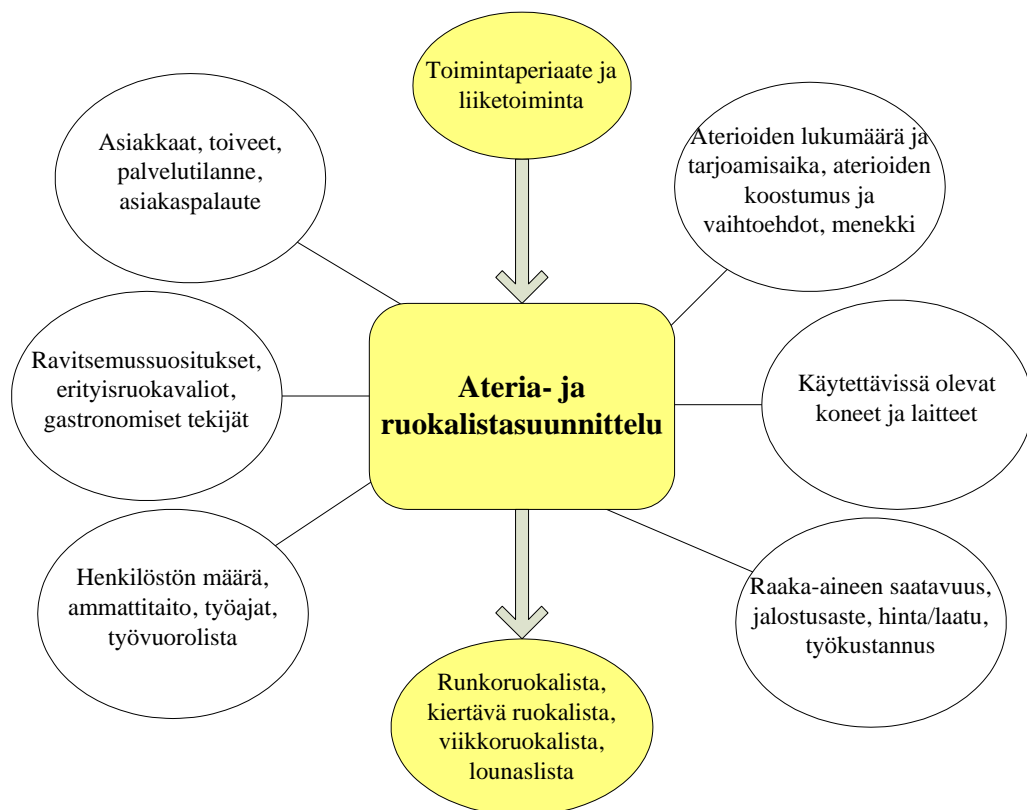
Ennen aterioita pöytään tuodaan aluksi kylmää vettä ja korillinen tuoretta leipää – jokaiselle aterialle kuuluu juuri paistettu vaalea leipä, joka syödään ilman levitettä. Perinteiseen kreikkalaiseen ateriaan ei kuulu jälkiruokaa. Aterian päätteeksi voidaan kuitenkin tarjota tuoreita hedelmiä tai raikasta hedelmävaahtoa. Joskus jälkiruokana tarjotaan filotaikinasta valmistettua erittäin makeaa piirakkaa, jossa makua antavina aineina on käytetty hunajaa, mantelia ja pähkinöitä. (Ontto-Panula & Puska 2005, 113–114.)

8 ATERIASUUNNITTELU

Jotta ateriasuunnittelusta saataisiin nautinnollinen, tasapainoinen ja terveellinen kokonaisuus, tulee ruokalistan suunnittelussa ottaa huomioon useita seikkoja. Aterian tulee aina olla raaka-aineiltaan tasapainoinen. Aterioille suunnitellaan ruokalajeja eri raaka-aineryhmistä: kalaa, lihaa, lintua ja kasviksia.

Ateriasuunnittelussa on otettava huomioon tilaisuuden luonne, asiakkaan tarpeet ja toiveet, ulkoiset olosuhteet sekä tyypilliset gastronomiset tekijät. Ateriasuunnitteluun

vaikuttavia gastronomisia tekijöitä ovat ruoan maku, vaihtelevuus, esteettisyys, houkuttelevuus ja tilanteeseen sopivuus. Asiakkailta saatu palaute on myös tärkeä ateriasuunnittelua ohjaava tekijä. Kuvio 1. kuvaa kokonaisuudessaan ruokalista- ja ateriasuunnittelussa huomioon otettavat ja vaikuttavat asiat. Aterioita suunniteltaessa tavoitellaan vaihtelevuutta ja monipuolisuutta. Ateriasuunnittelun välttämätön apuväline on vakioruokaohjeet eli annoskortit. Niiden perusteella otetaan huomioon ruokalajien vaatima työ määrä ja koneiden ja laitteiden tarve.



KUVIO 1. Ruokalista- ja ateriasuunnittelussa huomioon otettavia ja vaikuttavia asioita (Lampi ym. 2009, 22.)

Ateriasuunnittelu aloitetaan aina valitusta pääraaka-aineesta, jonka ympärille kootaan yhteensopivat lisäkkeet, alkuruoka ja mahdollinen väliruoka sekä jälkiruoka. Ateriasuunnittelussa samat raaka-aineet eivät saa toistua alku- ja pääruoissa sekä kaikki ruoat eivät saa olla voimakkaan makuisia, samenvärisiä eivätkä rakenteeltaan samanlaisia. Ruokien valmistustavan tulee vaihdella ja annoskokojen tulee olla sopivia sekä eri ruokalajien rasva- ja hiilihydraattipitoisuuksien tulee olla sopusoinnussa keskenään. Ruoan esteettisyys ja houkuttelevuus lähtevät ruokalajien ja raaka-aineiden väreistä,

annoksen väriyhdistelmästä sekä ruoan annostelusta lautaselle. Värit ovat tärkeä osa ateria- ja ruokalistasuunnittelua, koska osa ruoan nautinnosta on silmillä syömistä. Vuodenaika vaikuttaa myös raaka-aineiden valintaan; talvella ateria voi olla raskaampi kuin kesällä. Keväällä ja kesällä tulisi alku- ja jälkiruokien olla kylmiä ja pääruokaan tulisi kuulua kevyttä lihaa, lintua tai kasviksia. Talvella voidaan tarjota alkuruoaksi lämpimiä keittoja, pääruokana kokolihaa ja jälkiruokana lämpimiä jälkiruokia.

Sesongit tuovat myös vaihtelua raaka-ainevalintoihin ja lisäävät lähiruoan käyttömahdollisuuksia. Teemaviikkomme ajankohta sijoittuu kesäsesongin loppuun, joten kaikkia raaka-aineita ei ole mahdollista saada lähiruokana ja tuoreena. Tuoreina raaka-aineet ovat parhaimmillaan maultaan, rakenteeltaan sekä väriltään ja usein myös hinnaltaan edullisia. Hyvässä ateriassa ruokien lämpötilat vaihtelevat. Mikäli alkuruoaksi tarjotaan lämmin keitto, jälkiruoan tulisi olla kylmä. Käytettävissä olevan keittiön tilat ja laitteet vaikuttavat ateriasuunnitteluun. Kansainvälistymisen ja muuttoliikkeiden vuoksi uskontojen huomioiminen on lisääntynyt ruokapalvelujen toteuttamisessa. (Lampi ym. 2009, 22–26, Manninen 1997, 4–8, Määttä ym. 2004, 41–45.)

9 VAKIOINTI

Vakioruokaohjeet eli yhdenmukaistetut ruokaohjeet ovat keittiön ruoanvalmistuksen sekä ateria- ja ruokalistasuunnittelun perusta. Vakioruokaohjeella tarkoitetaan ohjetta, jonka avulla saadaan eri valmistuskerroilla ruokaa valmistettaessa sama määrä samantyyppistä ruokaa. Vakioruokaohjeiden avulla varmistetaan ruoan laatu. Laatu merkitsee hyvää makua, ulkonäköä, suositusten mukaista ravintosisältöä ja hygieenisyyttä. Ruokaohjeiden vakiointi kuuluu ammattikeittiön tuotekehitykseen. Kun käytössä olevaa ruokalajivalikoimaa uusitaan ja monipuolistetaan, uusia ruokaohjeita kehitellään käyttämällä lähteinä esimerkiksi keittokirjoja, lehtiä ja mainoslehtisiä.

Vakioitu ruokaohje

- vastaa asiakkaan odotuksia
- soveltuu valmistettavaksi keittiön laitteistolla
- soveltuu keittiön tarjoilu-, jakelu- ja ruoankuljetusjärjestelmään
- vastaa keittiöhenkilökunnan määrää ja työaitoa

- soveltuu kustannuksiltaan keittiön käyttöön.

Vakioruokaohjeiston hyödyt

- vakioruokaohjeet varmistavat hyvän tasaisen laadun valmistuskerrasta toiseen
- kustannussäästöjä saadaan aikaan, kun määrät ovat tarkat ja ne mitataan joka kerta
- työaika säästetään, kun on mietitty etukäteen kuinka paljon varataan valmistustilastoita, missä lämpötilassa kypsennetään ja kuinka kauan kypsennetään
- annosten lukumäärä ja valmistettavan ruoan määrä tiedetään ennakolta, jolloin vältetään liika- ja vajaatuotanto
- osto- ja valmistushävikit pienentyvät
- helpottaa sijaisten työtä, ruoka on helppo valmistaa ruokaohjeen mukaan
- työmäärä sekä laitteiden kuormitus tiedetään ennakolta ja työ voidaan suunnitella sen mukaisesti
- mahdollistaa annoskohtaiset kustannus- ja ravintoainelaskelmat
- ravintoainelaskelmien avulla voidaan valmistaa ravitsemussuositusten mukaisia aterioita
- helpottaa raaka-aineiden hankintaa.

Vakioidussa ruokaohjeessa on ruokalajiin soveltuvat raaka-aineet, määrät ovat täsmällisiä, valmistustapa ja valmistusvaiheet on mietitty tarkasti. Vakioinnissa on usein kysymys raaka-ainemäärien, valmistustavan ja käytettyjen välineiden täsmällisestä sekä tarkasta määrittämisestä ruokaohjeissa. Vakioinnissa määrät ilmoitetaan painomittoina, grammoina (g) ja kilogrammoina (kg). Esimerkiksi mausteita mitattaessa tarvitaan tarkkoja digitaalivaakoja, joiden luettavuus on 0,1 grammasta 1 grammaan. Punnitsemalla saadaan luotettavin maustemäärä.

Vakioinnissa pyritään työmenetelmiin, jotka ovat rationaalisia ja soveltuvat suureen valmistusmäärään. Vakiointiin sopivaksi katsottu ruokaohje suurennetaan keittiössä käytettävän annoskoon ja ruokailijamäärän mukaan ruokalajille sopivalla menetelmällä. Ruokaohjeet on hyvä tarkistaa oman keittiön käyttöön sopiviksi; annoskoot, raaka-aineiden määrät ja niiden keskinäiset suhteet sekä valmistusmenetelmät. Jokaisessa keittiössä tulee olla omaan käyttöön ja omiin oloihin soveltuva vakioruokaohjekortisto

eli annoskortit, jota uudistetaan jatkuvasti esimerkiksi raaka-ainevalikoiman, laitteiston ja ruokailutottumusten muuttuessa ja kehittyessä.

Vakioinnin vaiheet

1. Sopivaksi katsottu ohje suurennetaan keittiössä käytettävän annoskoon ja ruokailijamäärän mukaan ruokalajille sopivalla menetelmällä
2. Työmenetelmä, käytettävät välineet ja laitteet kuvataan vaiheittain
3. Ohjetta kokeillaan käytännössä. Valmistuksen aikana tehdään tarpeelliset mitaukset ja muistiinpanot
4. Kokeilua jatketaan, kunnes ohjeen mukaan saadaan haluttu määrä ruokaa ja sille hyväksytty laatu
5. Vakioinnin vaiheet läpikäynyt ohje kirjoitetaan puhtaaksi ja liitetään tietokoneohjelman tiedostoon.

(Lampi ym. 2009, 125–128; Mauno & Libre 2005, 53; Tampereen kaupunki 2006.)

10 KUSTANNUKSET

10.1 Kustannuslaskenta

Kustannuslaskenta luo yrityksen johdon laskentatoimen perustan. Se auttaa yrityksen päätöksentekijöitä tunnistamaan yrityksen tuotteista tai tuoteryhmistä kannattavimmat, yrityksen kannalta parhaimmat asiakkaat. Kustannuslaskenta kertoo myös miten tehokasta yrityksen toiminta on sen eri vastualueilla. Mitä paremmin yrityksen kustannuslaskenta on toteutettu, sitä paremmat lähtökohdat päätöksentekijöillä on tehdä hyviä ratkaisuja. (Ikäheimo ym. 2005, 135–136.)

Tuotteiden ja palvelun tuotannon on tapahduttava kannattavasti. Liiketoiminnan tuottojen on oltava suuremmat kuin kustannusten. Kustannuksia joita ravintoloissa syntyy, ovat henkilöstökulut, raaka-aineet, varastointikustannukset, kuljetus- ja jakelukustannukset sekä toimitilaan liittyvät kustannukset. (Selander & Valli 2007, 14–19.) Näin ollen myytävien tuotteiden myyntihinta on oltava niin suuri, että saadaan katettua nämä kaikki kustannukset ja että jäätäisiin vielä voitolle. Kustannukset voidaan jakaa

kahteen ryhmään; muuttuviin ja kiinteisiin kustannuksiin. Muuttuvat kustannukset ovat sitä suuremmat mitä suurempi määrä tuotetta tai palvelua tuotetaan. Kiinteät kustannukset pysyvät aina samana riippumatta tuotannon määrästä. Raaka-aineet ovat muuttuvia kustannuksia, joita on helppo mitata. Ne kasvavat suoraan tuotannon kasvassa. Kiinteisiin kustannuksiin kuuluvat mm. energia, markkinointi, hallinto, vuokra ja usein myös palkat sisältyvät niihin. Kiinteiden kustannusten huomioiminen tuotekohtaisesti on vaikeaa. (Häikiö & Ratilainen 2002, 102.)

Kustannuslaskenta voidaan suorittaa yrityksessä ennustamalla toteutuvia kustannuksia etukäteen, seuraamalla todellisia kustannuksia välittömästi sekä selvittämällä toteutuneet ja todelliset kustannukset kohteittain jälkikäteen. Näistä kustannuslaskennan muodoista voidaan käyttää termejä kustannusten ennustaminen, reaaliaikainen laskenta sekä jälkilaskenta. Kustannusten ennustaminen on tärkeää yrityksen päätöksenteossa, suunnittelussa, hinnoittelussa sekä budjetoinnissa. Toteutuneiden kustannusten reaaliaikainen seuranta sekä kustannusten jälkilaskenta tuottavat kustannustietoa ennustamista varten. Reaaliaikainen laskenta on tärkeä osa kustannusten jatkuvassa ohjauksessa tavoitteiden saavuttamiseksi ja jälkilaskennan avulla voidaan vertailla toteutuneiden ja ennustettujen kustannusten mahdollisia eroavaisuuksia. (Laitinen 2007, 26–27.)

10.2 Katetuotto

Katetuottolaskennan avulla voidaan suunnitella ja tarkkailla ravintolatoiminnan kehitystä ja kannattavuutta, kun kannattavuudella tarkoitetaan tuottojen ja kustannusten erotusta. Katelaskentaa voidaan soveltaa etukäteislaskelmiin tai toteutuneen liiketoiminnan arviointiin jälkikäteen. Katetuotto tarkoittaa tuottojen ja kustannusten erotusta. Oleellista on, että tuotosta vähennetään niitä kustannuksia, mitä on syntynyt laskennassa mukana olevien tuottojen hankinnassa. Katetuottolaskennassa on tärkeää määrittellä myös aikaväli, jolta katteita lasketaan ja ravintolamaailmassa katetuottolaskelmat tulisi tehdä kuukausittain. (Nieminen 2002, 61.)

Katetuoton laskeminen

$$\begin{aligned}
 &+ \text{Tuotot} \\
 &\underline{- \text{Kustannukset}} \\
 &= \text{Katetuotto}
 \end{aligned}$$

10.3 Annoslaskenta

Ruoanvalmistuksessa tarvittavien raaka-ainemäärien lisäksi on tarpeellista tietää, mitä valmistettava ruoka maksaa. Annoslaskennalla tarkoitetaan annoskohtaista selvitystä siitä, kuinka paljon eri raaka-aineita annokseen tarvitaan, mitä ne maksavat ja kuinka paljon annoksen valmistaminen yhteensä maksaa. Annoslaskentaa suoritetaan nykyisin ravintoloissa tietokoneohjelmilla, joilla se on helpompaa laskea. Ravintola tarvitsee annoslaskentaa valmistettavien annosten suunnitteluun, valmistamiseen ja tarkkailuun. Kun annoslaskentaan lisätään määrien lisäksi hinta-tiedot, muodostuu hinnoittelulle oikea perusta ja selkeä tavoitteellinen lähtökohta. (Nieminen 2002, 49.) Ravintola Tallissa annoslaskentaa suoritetaan Aromi-ohjelman avulla, ohjelmasta selviää hintatiedot ja siellä voidaan tarkastella hintoja eri annosmäärille. Aromi-ohjelma on suurkeittiön ohjelmistokokonaisuus, jonka perustan muodostaa tuotannon ohjausosa (Aromi 2000).

Tuotteella on ostohetkellä tietty kilohinta. Määrä joka ostetaan, kerrotaan kilohinnalla, jolloin saadaan ostetun tuotteen ostohinta. Resepteissä olevat raaka-aineiden määrät kerrotaan kilohinnalla, jolloin saadaan raaka-aineiden määrien hinnat. Seuraava vaihe on määrien hintojen yhteenlaskeminen. Tämän yhteishinnan ja annosten lukumäärän perusteella voidaan laskea, mikä yhden annoksen raaka-aine hinta on.

Määrien hinnat yhteensä

$$\frac{\text{Määrien hinnat yhteensä}}{\text{Annosmäärä}} = \text{Ainehinta/annos}$$

On myös tarkoituksenmukaista laskea ruoan litra- ja/tai kilohinta. Tällöin määrän hinnat yhteensä jaetaan valmiin tuotteen määrällä, jolloin saadaan ainehinta/kg tai litra. (Nieminen 2002, 56.)

11 KREIKKALAINEN RUOKAVIIKKO

11.1 Suunnittelu

11.1.1 Aikataulu

Valitsimme aiheen tarjolla olevista vapaista aiheista ja hyväksyimme sen. Aloitimme opinnäytetyömme suunnittelun joulukuussa 2009. Ryhdyimme tekemään täysipäiväisesti opinnäytetyötä syyskuussa 2010 (Kuvio 2.).

Aiheen hyväksyminen 1.12.–31.12.2009 ↓
Suunnittelua, tiedon hakua joulukuusta 2009–toukokuuta 2010 ↓
Tutkimussuunnitelmaseminaari 23.4.2010 ↓
Reseptien testaus ja vakiointi sekä kirjoitus syyskuuta 2010 ↓
Kreikkalaisen ruokaviikon toteutus 18.10.–22.10.2010 ↓
Kirjoitusta, tulosten analysointia lokakuuta 2010–marraskuuta 2010 ↓
Esitysseminaari 19.11.2010 ↓
Valmistuminen 18.12.2010

KUVIO 2. Opinnäytetyön aikataulu

11.1.2 Reseptiikka

Ravintola Tallin lounaalla tulee olla kolme eri salaattia, keitto, lämmin pääruoka, kaksi lämmintä lisäkettä, jälkiruoka, kasvislounas sekä suosituslounas, joka voi olla liha-, kala- tai kanavaihtoehto. Aloitimme reseptiikan suunnittelun etsimällä reseptejä kir-

joista, lehdistä sekä Internetistä. Samalla tutustuimme Kreikan ruokakulttuuriin ja ruokiin. Ensiksi valitsimme sen päivän pääraaka-aineen, jonka ympärille rakensimme muut ruoat. Kun valitsimme reseptejä, mietimme, miten ja mitä on mahdollista saada lähiruokana, sillä lähiruoka on osa aihettamme. Valitsimme sellaiset reseptit, jotka ovat helppoja toteuttaa lounasruokailussa. Reseptejä valitessamme, huomioimme myös Tallin laite- ja henkilökuntaresurssit sekä ateriasuunnittelun periaatteet ja kannattavuustekijät. Esimerkiksi Kreikassa paljon käytössä oleva filotaikina on kallista ja vaikeakäyttöistä, joten emme voineet ottaa sitä lounasruokailuun.

Löydettyämme tarpeeksi reseptejä, aloimme koota ruokalista yhtenäiseksi. Aloitimme siitä, että päätimme pääruoat joka päivälle siten, että ruokalista olisi mahdollisimman monipuolinen ja kattava. Pääruokien perustella valitsimme salaattit, keitot, lämpimät lisäkkeet, jälkiruoat, suositusruoat ja kasvisruoat. Kun olimme saaneet ruokalistat (Liite 4.) valmiiksi, hyväksyimme sen keittiömestari Jukka-Pekka Riipisellä, joka antoi pieniä muutosehdotuksia sekä palautetta. Keittiömestarin palautteen perusteella muokkasimme listaamme ja lähetimme sen hänelle vielä uudestaan tarkistettavaksi.

Opinnäytetyön rahoittaja oli Ravintola Talli. Rahoitettavia asioita olivat mm. raaka-ainekustannukset, koristeet sekä mahdolliset esiintyjät yms. rekvisiitta. Kustannuksien lisääntyessä kiinnitimme asiaan huomiota ja pyrimme muuttamaan ohjeita niin, että kustannukset pysyisivät kurissa. Reseptien valitsemisen kriteereinä meillä oli, että saammeko lähialueen raaka-aineita edulliseen hintaan. Onko ruoka soveltuvaa noutopöytään ja hinnaltaan sellaista, että sitä on kannattavaa tarjoilla Ravintola Tallin tyyli-ssä ravintolassa?

11.1.3 Lähiruoka

Aloimme ottaa selvää eri lähiruokatuottajista ja toimittajista haastattelemalla Ravintola Tallin tuotantoassistentti Merja Ylöstä (2010). Saimme häneltä tietoa muutamista jo Tallin kanssa yhteistyötä tekevistä lähiruokatoimittajista sekä muista mahdollisista toimittajista, joilta voisimme tiedustella erilaisten raaka-aineiden saatavuutta. Hankimme tietoa toimittajista myös ”Aina erinomaista Etelä-Savosta” ja ”Etelä-Savon lähiruokaopas” -sivustojen kautta. Sivuilla esitellään kattavasti Etelä-Savolaiset lähiruokatuottajat. Toteutusviikolla käytimme seuraavien lähiruokatoimittajien tuotteita:

Kerimäen Kalafile Oy, Kotileipomo Siiskonen Oy, Hunajatila Korteniemi, Pertunmaan Toivoset Oy, Juvan Luomu Oy, Salico Oy, Astikkalan marjatila, Kuvalan liha Tmi, Väliahon luomutila ja Rapion mylly. Taulukko 1. kuvaa tarkemmin sen, mihin ruokiin käytimme mitäkin raaka-ainetta ja miltä toimittajalta ne tulivat.

TAULUKKO 1. Kreikkalaisen teemaviikon lähiruokatoimittajat tuotteittain

Ruoka	Raaka-aine	Toimittaja
Hunajaporkkanat	hunaja	Hunajatila Kortenniemi
Viherpohjaiset salaattit	jäävuorisalaatti	Salico Oy
Kreikkalainen sipuli-oliivi keitto	sipuli	Salico Oy
Patonki, ruisleipä, kauraleipä	leipä	Kotileipomo Siiskonen Oy
Kanamunasalaatti	kananmuna	Kuvalan liha Tmi
Jogurttikakku	maustamaton jogurtti	Juvan Luomu Oy
Perunasose	peruna, kuorittu	Väliahon luomutila
Lampaanlihavarras	lampaan paisti	Pertunmaan Toivoset Oy
Luonnonsalaatti	marjat	Astikkalan marjatila
Kreikkalainen kalakeitto	lohi	Kerimäen kalafile Oy
Tomaattikala	muikku, perattu	Kerimäen kalafile Oy
Lihapullat	lampaanjauheliha	Pertunmaan Toivoset Oy
Marinoidut juureset	juureskuutiosekoitus	Salico Oy
Oliivileipä, jogurttikakku	vehnä jauho hiivaleipäjauho	Rapion Mylly
Varhaiskaali-porkkanasalaatti	valkokaalisuikale/ porkkanaraaste	Salico Oy

11.1.4 Reseptien testaus ja vakiointi

Kun olimme saaneet ruokalistan hyväksyttyä, aloitimme reseptien testauksen. Reseptien testaus on tärkeää, koska reseptejä on otettu myös Internetistä, jossa tieto ei aina ole totuudenmukaista. Tarkoituksenamme oli testata reseptejä siten, että kokei-

limme yhden päivän reseptit yhtenä viikkona. Siinä oli mielestämme riittävä määrä ruokia tehtäväksi.

Ravintola Tallin opetuskeittiössä on kaksi erilaista vaakaa, joista toinen ei ole niin tarkka, että se näyttäisi pienimmätkin painomitat grammoina. Toinen vaaka näytti painot viiden gramman tarkkuudella ja toinen, tarkempi vaaka näytti gramman tarkkuudella. Tämän huomattuamme jouduimme käyttämään vain yhtä vaakaa, jossa oli tarkempi eli yhden gramman mitta-asteikko. Reseptit, jotka olimme valinneet, olivat tarkoitettu kotikeittiöön. Siksi meidän tulikin miettiä työmenetelmät, valmistuslaitteet, annoskoot ja raaka-aineiden keskinäiset suhteet ammattikeittiöön soveltuviksi.

Vakiointivaihe hieman hidasti työskentelyä, mutta näin saimme luotettavimmat reseptit. Jokainen resepti ei välttämättä ole toimiva, joten silloin jouduimme kokeilemaan uutta reseptiä. Kun olimme saaneet kaikki kokeilupäivän ruoat kokeiltua, maistelimme yhdessä Ravintola Tallin henkilökunnan sekä ohjaavan opettajan Tiina Tuovisen kanssa ja arvioimme niiden laatua ja toimivuutta. Päivän päätteeksi siirsimme vakiointikaavakkeesta reseptien tiedot Aromi-ohjelmaan.

Reseptien tallentaminen Aromille tapahtuu seuraavanlaisesti: reseptit kohtaan lisätään uusi resepti. Reseptin nimiketietoihin laitetaan vakioinnissa saatu kokonaispaino eli saanto kilogrammoina sekä annoskoko grammoina. Sen jälkeen reseptiin lisätään käytettävät raaka-aineet ja niiden määrät laitetaan kohtaan käyttöpaino. Mikäli raaka-aineella on perustiedoissa esikäsittelyhävikkiprosentti, ohjelma laskee tämän avulla toisen painotiedon, kun annetaan joko käyttö- tai ostopaino. Tässä vaiheessa raaka-aineet järjestetään työvaiheiden mukaiseen järjestykseen. Seuraavaksi reseptistä tehdään työnkuvaus, johon kuvataan tarkasti reseptin valmistusohje; työmenetelmät ja laitteet sekä kypsennyslämpötila. Nyt nimiketiedoissa näkyy kypsä- ja raakapaino, sekä ohjelma laskee automaattisesti kypsennyshävikin. Annosmäärä saadaan laskeamalla saanto jaettuna annoskoolla. (Aromi 2000.) Näin reseptejä (Liite5.) voidaan muokata tarpeiden mukaan ja Ravintola Talli voi ottaa ne käyttöönsä suoraan Aromi-ohjelmalta.

Ensimmäisenä kokeilupäivänä teimme maanantaipäivän salaatit, keiton, lämpimänruoan sekä suositusruoat. Havaitsimme olevamme nopeampia kuin luulimme, joten

kokeilimme myös tiistaipäivän salaattit samana päivänä, koska raaka-aineita oli riittävästi. Palautteeksi saimme, että stifadon lihat saisi olla mureampia ja Välimeren broilerikastike saisi olla hieman kevyempi ja maukkaampi. Kokeilimme ohjeita uudelleen ja teimme seuraavat muutokset niihin: stifadon lihoja haudutettiin pidempään, jotta ne olivat mureita sekä kevensimme broilerikastiketta vaihtamalla osan kermasta kana-liemeen ja lisäsimme mausteita.

Toisella kokeiluvuikolla päätimme, ettemme kokeile kaikkia ohjeita, sillä osa ohjeista löytyy Aromi ohjelmalta, sekä emme kokeneet tarpeelliseksi kokeilla joitain ohjeita, jotka vaikuttivat toimivilta. Ajattelimme ottaa jatkossa enemmän kokeiltavaa yhdelle päivälle, että saisimme kaiken ajan hyödyllisesti käytettyä.

Kokeiltuamme uudelleen Välimeren broilerikastikkeen saimme hieman kevyemmän ja maukkaamman lopputuloksen aikaisempaan verrattuna. Palautteen johdosta päätimme kokeilla jogurttikakun ohjeen vielä uudestaan, koska kakku oli rakenteeltaan hieman liian kiinteä ja raakan oloinen. Aioimme seuraavalla kokeilukerralla olla tarkempia valmistusvaiheissa varmistamalla voi-sokerivaahdon riittävän kuohkeuden, sekä paistajan pidentämisen ja paistolämpötilan laskemisen. Sitruunainen kanakeitto oli hieman väritöntä, joten lisäsimme siihen kurkumaa väriksi. Oliivileivän ohjeessa suolan määrä oli riittämätön; 3,5g/litra. Korjasimme tilanteen lisäämällä ohjeeseen suolaa. Ohjeellinen suolan määrä leivissä on n. 15 g/litra (Lampi ym. 2000, 153).

Havaitimme sipuli-oliivikeiton olevan liian mautonta ja väritöntä. Muunsimme reseptiä niin, että lisäsimme siihen porkkanaa väriksi sekä hieman enemmän mausteita maun voimistamiseksi ja syventämiseksi. Pastitsio, jauheliha-pastavuoka, oli muuten onnistunut, mutta rakenteeltaan se oli hieman liian kiinteää. Jätimme valkokastikkeesta kananmunat pois, koska valkokastike itsessään oli niin kiinteää, ettei enempää hyydyttäviä aineita tarvittu.

Kolmannella kokeiluvuikolla teimme torstain ja perjantain ruokien kokeilut. Salaateista kokeilimme vain munakoiso- ja hedelmäisen punakaalisalaatin, koska ohjeet vaikuttivat erikoisilta. Molemmat salaattit olivat kuitenkin hyviä ja ohjeet toimivia, eivätkä ne vaatineet muutoksia. Kana-kasviskastikkeen ja maalaiskeiton ohjeisiin lisäsimme nestettä, muuten ohjeet olivat toimivia. Pinaatti-juustopiirakka oli maultaan hyvä. Se

on kuitenkin suositusruoka, joten lisäsimme täytettä puolitoista kertaa enemmän, että piirakka olisi ruokaisampi. Musakaan tuleva valkokastike oli riittävän sakeaa ilman kanamunia, joten jätimme ne ohjeesta pois. Omenapiirakka oli hyvä, eikä se vaatinut muutoksia.

11.1.5 Markkinointi

Pyrimme markkinoinnilla saamaan Talliin sellaisia asiakkaita, jotka eivät normaalisti siellä käy. Jotkut tulevat sinne teeman takia. Ravintola Tallin markkinointiharjoittelija Isabella Hyttinen oli toteuttamassa markkinointimateriaaleja yhteistyössä kanssamme. Hän suunnitteli ja teki Mikkelin ammattikorkeakoulun Student ja Staff-verkkosivuille bannerin (Kuva 1.). Banneri on www-sivuilla oleva pieni mainos, joka koostuu yksittäisistä kuvista tai animaatiosta (Paltekmark Oy 2010). Banneri on yksinkertainen ja tiivis mainos, jossa ilmenee tapahtuman nimi, paikka ja ajankohta. Sen teksti noudattaa Tallin omaa tyyliä ja värimaailmaa kuvastaa Kreikkaa. Bannerin tulee herättää katsojan huomio, joten se on lyhyt ja ytimekäs. Hyttinen teki myös mainokset ilmoitustauluille (Kuva 1.) ja tiedotteen Student-verkkosivulle. Mainos on ulkoasultaan bannerin kaltainen, joka noudattaa samoja mainonnan periaatteita. Tiedotteessa kerrotaan tapahtumasta tarkemmin, tekstipituudeltaan se on pidempi ja sillä yritetään luoda ostohalua mm. houkuttelevilla ruoanimillä.



KUVA 1. Banneri ja mainos

11.2 Toteutus

Kreikkalainen teemaviikko toteutettiin Ravintola Tallissa 18.–22.10.2010. Teemaviikko oli maanantaista perjantaihin lounasaikaan eli kello 11:00–15:00. Käytännön toteutus tapahtui siten, että opinnäytetyöntyön toinen tekijä, Heidi Kontio oli keittiössä ja toinen tekijä, Sanna Itkonen oli salissa. Maanantaiaamulla Itkonen aloitti koristelemalla salin ja kattamalla pöydät sekä laittamalla Kreikka- ja lähiruoka-aiheista kirjallisuutta esille (Liite 2.). Pöydissä koristeina olivat ständit, joissa oli tietoa lähiruuasta sekä kreikkalaisesta ruokakulttuurista (Liite 3.). Tunnelman tuojina pöydissä oli myös Kreikka-aiheiset pöytäliinat sekä servietit (Liite 2.). Saliin oli sijoitettu myös lippunauhoja, mm. buffetpöydän päälle ja kassalinjaston yläpuolelle sekä salissa soi taustalla koko viikon ajan kreikkalainen musiikki.

Keittiössä aloitettiin lounaan valmistus siten, että toinen tekijöistä, Kontio, jakoi työt työntekijöille ja opiskelijoille. Samalla salissa aloitettiin lounaaseen valmistautuminen työtehtävien jaolla ja niiden suorittamisella. Lounas saatiin ripeästi valmistettua, vaikka mitään esivalmisteluja ei oltu tehty. Tämän olimme ottaneet huomioon ruokalistaa suunniteltaessa. Maanantain ruoat tuli olla nopeita ja yksinkertaiset valmistaa, ettei mitään esivalmisteluja tarvinnut tehdä. Lounas saatiin hyvissä ajoin valmiiksi ja se päätettiin nostamaan esille jo klo 10:30. Café Mikpoliin ruoka meni samaan aikaan.

Päivän mittaan pidimme huolen siitä, että ruoka riitti noutopöydässä. Samalla aloimme esivalmistella seuraavan päivän ruokia. Salissa asiakkaat palveltiin normaaliin tapaan ja päivän päätteeksi siivottiin sekä valmisteltiin seuraavaa päivää tekemällä mm. uudet katteet ja taittelemalla serviettejä. Jokainen toteutusviikkomme päivä eli maanantaista perjantaihin eteni samaan tyyliin. Jokaisena päivänä ruoka oli ajoissa esillä, ruoka riitti kaikille ruokailijoille ja sitä oli kokoajan tarjolla riittävä määrä. Perjantai-päivä erosi muista sillä, että esivalmisteluja seuraavalle päivälle ei tarvinnut tehdä, joten pystyimme siivoamaan keittiön huolellisesti.

11.3 Tulokset ja tulosten tarkastelu

Teemaviikkoa ja siitä saatuja tuloksia voidaan pitää jokseenkin luotettavina. Reseptiikka vakioitiin eli resepteistä tuli toimivia. Asiakastytyväisyyden osalta luotetta-

vuus ei ollut täysin varmaa, koska asiakkaiden tyytyväisyyttä mitattiin vain kolmen päivän ajalta ja vain yhden teemaviikon pohjalta. Teemaviikkoja tulisi verrata useita ja erilaisia peräkkäin, jotta saataisiin luotettavia tuloksia. Voihan olla, että kreikkalainen viikko ei olekaan niin suosittu, kuin esimerkiksi ranskalainen viikko olisi, joten saadaan vääristynyt kuva teemaviikkojen suosiosta.

Opinnäytetyömme tavoitteena oli luoda onnistunut kokonaisuus opetusravintola Talliin. Tällä tarkoitetaan sitä, että ruoat ovat houkuttelevan näköisiä ja maittavia, salin koristelu ja tunnelma ovat teeman mukaiset sekä kokonaisuus on suunniteltu ja toteutettu taloudellisesti. Kokonaisuutta ajatellen tavoitteemme onnistui ja saimme luotua toimivan ja hyvän teemaviikon. Omasta mielestämme ruoat olivat houkuttelevan näköisiä (Liite 2.), niissä oli käytetty paljon eri värejä ja ne olivat maukkaita. Erityistä kiitosta saimme keittiömestari Riipiseltä kuluneen viikon keitoista, koska ne olivat mauultaan hyviä.

Opinnäytetyömme ongelmia olivat: mistä lähiruokatuotteita saadaan, ketkä ovat lähiruokatoimittajia, millaiset kustannukset lähiruoka tuo mukanaan, onko tuotteita saatavilla riittävästi ja kuinka markkinoida kreikkalaista lähiruokaviikkoa asiakkaille. Ratkaisimme lähiruokatuotteisiin ja –toimittajiin liittyvät ongelmat ottamalla suoraan yhteyttä toimittajiin ja selvittämällä heidän kauttaan hintoja ja tuotteiden saatavuutta. Markkinointiin liittyvät ongelmat ratkaisimme ottamalla yhteyttä Ravintola Tallin markkinointiharjoittelija Isabella Hyttiseen.

Reseptien raaka-aineiden kokonaiskustannukset saimme selville Aromi-ohjelmaan talletetuista vakioiduista resepteistä. Raaka-aineiden valitsemisen kriteereinä meillä oli, saammeko lähialueen raaka-aineita edulliseen hintaan. Onko ruoka soveltuvaa noutopöytään ja hinnaltaan sellaista, että sitä on kannattavaa tarjoilla Ravintola Tallin tyyliässä ravintolassa? Suurin osa lähiruokatuotteista, joita käytimme, oli vain hieman kalliimpia kuin Tallissa normaalisti käytettävät tuotteet. Saimme kuitenkin luvan käyttää kalliimpia lähiruokatuotteita, sillä muuten opinnäytetyömme ei olisi onnistunut.

Työn tuotoksena tuli reseptiikka, jonka toteutimme ja se jäi Ravintola Tallin käyttöön. Talli saa hyödyntää reseptiikkaamme tulevissa tilaisuuksissa tai mahdollisesti tulevis-

sa samanlaisissa ja/tai tyyllisissä tapahtumissa. Keittiömestari Riipinen kysyikin jo meiltä muutamaa ohjetta, jotka hän haluaa ottaa Tallin lounaslistalle.

11.3.1 Asiakasmäärät

Tämän luvun tiedot perustuvat Catherine-ohjelmasta saatuihin tietoihin. Catherine-ohjelma on ravintola-alan myynninseurantajärjestelmä. Vertasimme kreikkalaisen lounasviikon (viikko 42/2010) lounasasiakasmääriä Ravintola Tallin kahden normaalin lounasviikon (viikot 42/2009 ja 39/2010) asiakasmääriin (Taulukko 2.).

TAULUKKO 2. Asiakasmäärien vertailu eri viikoilla

	Tavallinen lounas- viikko 42/2009	Kreikkalainen lounas- viikko 42/2010	Tavallinen lounas- viikko 39/2010
Maanantai	86	68	67
Tiistai	86	92	73
Keskiviikko	127	111	90
Torstai	100	97	124
Perjantai	93	105	51
Yhteensä:	492	473	405

Tavoitteena oli että teema houkuttelisi enemmän asiakkaita ravintolaan kuin normaalin kiertävän ruokalistan aikana. Verrattuna kahteen tavalliseen lounasviikkoon, kreikkalainen lounasviikko keräsi asiakkaita toiseksi eniten. Huomattavaa eroa viikkojen välillä ei kuitenkaan syntynyt. Viikkojen 42/2009 ja 42/2010 välillä on 19 ruokailijan ero, kun taas viikkojen 39/2010 ja 42/2010 välillä on 68 ruokailijan ero. Olemme kuitenkin kokonaisuudessaan tyytyväisiä viikon kävijämäärään, vaikkakin maanantai olisi voinut olla vilkkaampi. Erityisen tyytyväisiä olemme siitä, että viikon kävijämäärät eivät kuitenkaan laskeneet huomattavasti normaaleihin lounasviikkoihin verrattuna. Tästä voisi päätellä, että kreikkalaisella temaviikolla ei ollut kovin suurta vaikutusta asiakasmääriin. Mikäli olisi halunnut suuremman kävijämäärän, olisi voinut panostaa markkinointiin enemmän ja varhaisemmassa vaiheessa. Me emme itse voineet vaikut-

taa markkinoinnin aloitusajankohtaan, sillä Ravintola Tallissa oli kreikkalaista viikkoa edeltävänä viikkona (viikko 41) meneillään Joutsenviikkojen markkinointikampanja, eikä päällekkäistä markkinointia haluttu.

11.3.2 Kustannukset ja myynti

Kreikkalaisen teemaviikon kustannuksia ja myyntejä seurasimme tekemällä taulukot. Taulukoista ilmenee myynti tuotteittain, ruokailijamäärät (kpl), raaka-ainekustannukset yhtä ruokailijaa kohden sekä kustannukset yhteensä. Myyntikate euroina on saatu vähentämällä kustannukset yhteensä myynnistä. Myyntikateprosentti on saatu laskemalla kuinka paljon kustannuksien jälkeen jää myynnistä yritykselle rahaa prosentteina eli myynnistä vähennetään kustannukset yhteensä ja jaetaan myynnillä. Viikon arvonnalisäverolliset myynnit on saatu Ravintola Tallin Catherine-ohjelmasta. Catherinesta saaduilla tiedoilla voidaan käsin laskea katetuotto sekä euroina että prosentteina vähentämällä kustannukset tuotoista. Katetuoton laskemisessa tulee ottaa huomioon, se että luvuista tulee olla vähennetty arvonnalisävero eli 13 %. Raaka-ainekustannukset on saatu Aromi-ohjelmasta. Tavoitteena oli vähintään 60 %:n myyntikate, jolloin buffetlounaan kustannukset pitäisi jäädä alle 2,95 euroa (alv 0 %).

Suosituslounas sisältää suositusannoksen, salaattibuffetin, leivät, levitteet, jälkiruoan ja kahvin. Buffetlounas sisältää salaattibuffetin, keiton, pääruoan lisäkkeineen, leivät, levitteet, kahvin ja jälkiruoan. Sopimuslounas on sisällöltään sama kuin buffetlounas. Keittolounas sisältää keiton, leivät, levitteet, kahvin ja jälkiruoan. Salaatit, leivät, levitteet, jälkiruoka ja kahvi kuuluvat salaattilounaaseen. Salaatti ja keittolounas-yhdistelmään sisältyy salaattibuffetin lisäksi keitto.

Maanantaina (Taulukko 3.) ruokailijoita oli 68. Kustannukset pysyivät hyvinä, sillä koko buffetin raaka-aine kustannukset olivat 2,88 euroa. Päivän lounasvaihtoehdoista salaattilounaalla oli paras kate, joka oli 76,6 %. Päivän kokonaismyyntikate % oli 58,4, joka ei ollut kovin hyvä tavoitteeseen nähden. Maanantaina kävi 32 sopimuslounasasiakasta, jotka saivat lounaan edullisempaan hintaan. Katetta ei syntynyt niin paljon, kuten taulukosta (Taulukko 3.) voidaan nähdä, se oli vain 45,3 %.

TAULUKKO 3. Maanantai 18.10.2010 kustannuslaskelmat**Maanantai 18.10.2010**

Lounastyyppe	Myynti (alv 0%)	Kpl	Kust/Rlja (alv 0%)	Kust. Yht. (alv 0%)	Myyntikate€	Kate%
suositus	20,9 €	2	2,52 €	5,04 €	15,84 €	75,9 %
sopimus	168,4 €	32	2,88 €	92,16 €	76,27 €	45,3 %
buffet	174,0 €	20	2,88 €	57,60 €	116,40 €	66,9 %
keitto	4,4 €	1	1,06 €	1,06 €	3,29 €	75,6 %
salaatti	5,7 €	1	1,32 €	1,32 €	4,33 €	76,6 %
Take Way	4,1 €	1	1,32 €	1,32 €	2,76 €	67,6 %
Sisäinen ruokamyynnti						
buffet	40,7 €	6	2,88 €	17,28 €	23,43 €	57,6 %
keitto	13,6 €	4	1,06 €	4,24 €	9,33 €	68,8 %
salaatti+keitto	5,7 €	1	1,81 €	1,81 €	3,84 €	68,0 %
Yhteensä	437,32 €	68		181,83 €	255,49 €	58,4 %

Tiistaina (Taulukko 4.) 19.10.2010 ruokailijoita oli 92. Buffetin raaka-ainekustannukset olivat 2,48 euroa, joka oli hyvä. Suositusruoan kustannukset olivat 3,96 euroa, joka oli hieman liian paljon. Suosituksena oli grillattu härän entrecote, joka nosti raaka-aineiden hintaa, sillä entrecote on kallista. Suositusruoan myyntihinta oli kuitenkin 12 euroa (alv 13 %). Kuten taulukosta voidaan nähdä, oli myyntikateprosentti hyvä, 81,0 %, vaikka pääraaka-aine olikin kallis. Suosituslounaan myynti oli 62,6 euroa ja ruokailijoita oli 3. Ruokailijoiden määrä ei pidä paikkaansa, koska kasalla hinta lyödään avoimen näppäimen kautta. Esimerkiksi, jos myydään kaksi annosta kerralla, hinnaksi voidaan laskea päässä suoraan 24 euroa, joten suosituslounaan myynnin määräksi tulee vain yksi kappale. Koko päivän myyntikateprosentti oli 67,8, joka oli yli tavoitellun.

TAULUKKO 4. Tiistai 19.10.2010 kustannuslaskelmat**Tiistai 19.10.2010**

Lounastyyppe	Myynti	Kpl	Kust/Rlja	Kust. Yht.	Myyntikate€	Kate%
suositus	62,6 €	3	3,96 €	11,88 €	50,76 €	81,0 %
sopimus	181,1 €	33	2,48 €	81,84 €	99,29 €	54,8 %
buffet	269,7 €	31	2,48 €	76,88 €	192,82 €	71,5 %
keitto	4,4 €	1	0,66 €	0,66 €	3,69 €	84,8 %
salaatti+ke	33,5 €	5	1,36 €	6,80 €	26,70 €	79,7 %
Take Way	4,1 €	1	0,87 €	0,87 €	3,21 €	78,7 %
Sisäinen ruokamyynnti						
buffet	74,6 €	11	2,48 €	27,28 €	47,32 €	63,4 %
keitto	3,4 €	1	0,66 €	0,66 €	2,73 €	80,5 %

salaatti	17,4 €	4	0,87 €	3,48 €	13,92 €	80,0 %
salaatti+keitto	11,3 €	2	1,36 €	2,72 €	8,59 €	76,0 %
Yhteensä	662,10 €	92		213,07 €	449,03 €	67,8 %

Kustannukset ruokailijaa kohden olivat keskiviikkona (Taulukko 5.) 2,64 euroa. Suurin myyntikate oli keitolla, 85,5 %. Tuona päivänä keittona oli kreikkalainen sipuli-oliivikeitto, jonka raaka-ainekustannukset olivat vain 0,16 euroa/ruokailija. Suositusruoka kohdassa kahdesta suosituksesta tuli myynniksi 31,3 euroa (alv 0 %). Uskomme tässä käyneen samalla tavalla, kuin tiistaipäivänä suosituslounaan myynnin kohdalla. Kateprosentti ei siis ole tässäkään kohdassa totuudenmukainen. Kokonaisuudessaan ruokailijoita oli yhteensä 111, joka oli suurin ruokailijamäärä toteutusviikollamme.

TAULUKKO 5. Keskiviikko 20.10.2010 kustannuslaskelmat

Keskiviikko 20.10.2010

Lounastyyppe	Myynti	Kpl	Kust/Rlaja	Kust. Yht.	Myyntikate€	Kate%
suositus	31,3 €	2	2,57 €	5,14 €	26,18 €	83,6 %
sopimus	202,4 €	44	2,64 €	116,16 €	86,28 €	42,6 %
buffet	356,7 €	41	2,64 €	108,24 €	248,46 €	69,7 %
keitto	8,7 €	2	0,63 €	1,26 €	7,44 €	85,5 %
salaatti	28,3 €	5	1,20 €	6,00 €	22,30 €	78,8 %
Take Way	4,1 €	1	1,20 €	1,20 €	2,88 €	70,6 %
Sisäinen ruokamyynnti						
buffet	95,0 €	14	2,64 €	36,96 €	58,04 €	61,1 %
keitto	3,4 €	1	0,63 €	0,63 €	2,76 €	81,4 %
salaatti	4,4 €	1	1,20 €	1,20 €	3,15 €	72,4 %
Yhteensä	734,28 €	111		276,79 €	457,49 €	62,3 %

Torstaina (Taulukko 6.) ruokailijoita oli 97. Päivän myyntikate oli 67,8 %, joka oli hieman yli tavoitteen. Raaka-ainekustannukset ruokailijaa kohden pysyivät tavoitteen-
sa ja olivat 2,53 euroa.

TAULUKKO 6. Torstai 21.10.2010 kustannuslaskelmat

Torstai 21.10.2010

Lounastyyppi	Myynti	Kpl	Kust/Rlja	Kust. Yht.	Myyntikate€	Kate%
sopimus	142,5 €	25	2,53 €	63,25 €	79,25 €	55,6 %
buffet	469,8 €	54	2,53 €	136,62 €	333,18 €	70,9 %
salaatti	45,2 €	8	1,25 €	10,00 €	35,24 €	77,9 %
Take Way	4,1 €	1	1,25 €	1,25 €	2,83 €	69,4 %
Sisäinen ruokamyynä						
buffet	47,5 €	7	2,53 €	17,71 €	29,79 €	62,7 %
keitto	6,7 €	2	0,66 €	1,32 €	5,38 €	80,3 %
Yhteensä	715,82 €	97		230,15 €	485,67 €	67,8 %

Toteutusviikkomme viimeisenä päivänä, perjantaina (Taulukko 7.), oli viikon paras myyntikateprosentti, 73,4 %. Uskomme tämän johtuvan edullisesta pääruoasta, moussakasta. Moussakan kustannukset olivat vain 0,51 euroa yhtä ruokailijaa kohden.

TAULUKKO 7. Perjantai 22.10.2010 kustannuslaskelmat

Perjantai 22.10.2010

Lounastyyppi	Myynti	Kpl	Kust/Rlja	Kust. Yht.	Myyntikate€	Kate%
suositus	34,5 €	4	2,68 €	10,72 €	23,73 €	68,9 %
sopimus	158,2 €	33	1,89 €	62,37 €	95,79 €	60,6 %
buffet	452,4 €	52	1,89 €	98,28 €	354,12 €	78,3 %
Take Way	7,1 €	2	1,05 €	2,10 €	5,03 €	70,5 %
Sisäinen ruokamyynä						
buffet	61,1 €	9	1,89 €	17,01 €	44,06 €	72,1 %
keitto	3,4 €	1	0,62 €	0,62 €	2,78 €	81,8 %
salaatti	17,4 €	4	1,05 €	4,20 €	13,20 €	75,9 %
Yhteensä	734,01 €	105		195,30 €	538,71 €	73,4 %

Viikkoyhteenvedosta (Taulukko 8.) voidaan huomata, että koko viikon myyntikateprosentti oli 66,6. Tavoitteeseen koko viikon osalta on siis päästy. Tuottoisin päivä oli perjantai ja vähiten tuottoisin päivä oli maanantai. Koko viikolla ruokailijoita oli 473 ja kokonaismyynti oli 3283,53 euroa.

TAULUKKO 8. Kreikkalaisen teemaviikon kustannuksien viikkoyhteenveto

Viikkoyhteenveto

	Myynti	Kpl	Kust. Yht.	Myyntikate€	Kate%
Maanantai	437,32 €	68	181,83 €	255,49 €	58,4 %
Tiistai	662,10 €	92	213,07 €	449,03 €	67,8 %
Keskiviikko	734,28 €	111	276,79 €	457,49 €	62,3 %
Torstai	715,82 €	97	230,15 €	485,67 €	67,8 %
Perjantai	734,01 €	105	195,30 €	538,71 €	73,4 %
Yhteensä	3 283,53 €	473	1 097,14 €	2 186,39 €	66,6 %

11.3.3 Asiakaspalaute

Toteuttamassamme teemaviikossa teimme asiakastyytyväisyyskyselyn, jonka pohjalta Tallin henkilökunta pystyi tarkastelemaan omaa asiakastyytyväisyyttään kreikkalaisen teemaviikon osalta. Kysely toimi meille yhtenä opinnäytetyömme arvioijana. Kyselyn tuloksista saimme tietoa, miten teemaviikko meni. Analysoimme saamamme vastaukset kyselylomakkeiden perusteella, näin pystyimme näkemään, minkälainen vaikutus kreikkalaisella teemaviikolla oli.

Tässä työssä asiakaspalautekysely toteutettiin informoidusti eli kyselylomakkeet (Liite 1.) jaettiin suoraan jokaiselle asiakaspaikalle. Vastaajat vastasivat vapaasti ruokailun aikana tai sen jälkeen. Lomakkeet sai jättää pöytiin tai palauttaa kassalle.

Analysoimme kyselylomakkeita, joiden pohjalta saimme tietoa, miten viikko meni ja eritoten, mitä asiakkaat olivat siitä mieltä. Aineiston käsittelyssä käytimme sanallisen tulkinnan analysointia, koska kyselylomakkeessamme oli myös sellaisia kysymyksiä, joihin vastataan sanallisesti. Sanallisen tulkinnan analysointi keventää tuloksien lukemista, koska tällöin kaikki eivät ole lukuina. Mikäli kirjoitetaan kirjoituskielellä esimerkiksi ”yli puolet”, on merkittävä myös tarkoin, mikä on tarkka % -luku. Yli puolet voi tarkoittaa joko 90 % tai 60 %. Kyselylomakkeessamme oli myös kysymyksiä, joiden vastausvaihtoehtoja oli, kyllä/ei sekä numerointi 1–5. Näiden kysymysten analysoinnissa käytimme ristiintaulukointia. Siinä tulokset tulevat prosenttilukuina, joita on helppo ja nopea tarkastella. Niistä huomataan nopeasti, mitkä asiat ovat hyviä ja mitkä huonoja. (Kananen 2008, 52-54.)

Keräsimme asiakaspalautteita yhteensä kolmena päivänä: maanantaina, keskiviikkona ja perjantaina. Saimme yhteensä 120 asiakaspalautetta. Asiakaspalautekyselyjen perusteella mielipiteet jakautuivat kahtia, osa piti viikosta ja osa taas ei.

Salin koristeluun ja tunnelman luomiseen olimme itse tyytyväisiä, mutta osalta asiakkaista palaute oli sellaista, että kreikkalainen teemaviikko ei välittynyt saapuessaan ravintolaan. Työssämme ravintolasalin koristelu ei kuitenkaan ollut pääpainona. Vastaajista 76 % oli sitä mieltä, että kreikkalainen teema välittyi saapuessa ravintolaan ja 17 % taas oli sitä mieltä, että teema ei välittynyt. Vastaajista 7 % ei vastannut kysymykseen lainkaan. Eräs vastaajista oli maininnut, että ständi ulko-ovella tai iso Kreikan lippu ovesta olisi tuonut teeman paremmin esille. Kolme vastaajista olisi toivonut enemmän koristelua saliin. Vastaajista 92 % oli sitä mieltä, että ravintolasalin koristelu oli aiheeseen sopivaa, 5 % vastaajista oli erimieltä ja 4 % vastaajista ei vastannut kysymykseen lainkaan. Yksi vastaajista toivoi isompia Kreikan lippuja. Vastaajista 53 % sai uutta tietoa kreikkalaisesta ruoasta, 38 % vastaajista ei saanut uutta tietoa kreikkalaisesta ruoasta ja taas 8 % vastaajista ei vastannut kysymykseen lainkaan. Tässä mielestämme onnistuimme, sillä tavoitteenamme oli tuoda kreikkalainen ruoka tutuksi mikkeliiläisille. Vastaajista 48 % sai uutta tietoa lähiruoasta, 43 % vastaajista ei saanut uutta tietoa lähiruoasta ja 8 % vastaajista ei vastannut kysymykseen lainkaan. Tulosten perusteella olisimme voineet tuoda lähiruokaa enemmän esille. Mielestämme lähiruoka oli kuitenkin esillä salissa melko vahvastikin. Aiheesta oli kirjallisuutta, ständissä oli tietoisuus lähiruoasta sekä kassalla oli ständi, jossa kerrottiin, missä lounasruoissa on käytetty lähiruokaa ja miltä toimittajalta ne ovat peräisin. Olisivatko asiakkaat ehkä sittenkään kaivanneet lisää tietoa vai eikö heidän aikansa tai kiinnostuksensa riittäneet aiheeseen tutustumiseen? (Taulukko 9.)

TAULUKKO 9. Ensivaikutelma ja yleisilme – kysymyksen vastausprosentit

	Kyllä	Ei	Ei vastausta
Välittyikö kreikkalainen teema saapuessasi ravintolaan?	76 %	17 %	7 %
Oliko ravintolasalin koristelu aiheeseen sopivaa?	92 %	5 %	4 %
Saitko mitään uutta tietoa kreikkalaisesta ruoasta?	53 %	38 %	8 %
Saitko mitään uutta tietoa lähiruoasta?	48 %	43 %	8 %

Suurin osa ruokaan liittyviin kysymyksiin vastaajista oli täysin samaa mieltä tai jokseenkin samaa mieltä siitä, että ruoka oli houkuttelevan näköistä, ruoka oli teeman mukaista ja ruoka oli maukasta. Vastaajista 35 % oli täysin samaa mieltä siitä, että ruoka oli houkuttelevan näköistä. Vastaajista 4 % oli täysin eri mieltä siitä, että ruoka oli houkuttelevan näköistä. Kyselyyn vastanneista 38 % oli täysin samaa mieltä, että ruoka oli teeman mukaista. Vastaajista 4 % oli täysin eri mieltä siitä, että ruoka oli teeman mukaista. Vastanneista 50 % oli täysin samaa mieltä siitä, että ruoka oli maukasta. Vain 2 % vastaajista oli täysin eri mieltä ruoan maukkaudesta. (Taulukko 10.)

TAULUKKO 10. Ruoka – kysymyksen vastausprosentit

	1	2	3	4	5	Ei vastausta
Ruoka oli houkuttelevan näköistä?	35 %	42 %	8 %	8 %	4 %	3 %
Ruoka oli teeman mukaista?	38 %	39 %	12 %	7 %	4 %	1 %
Ruoka oli maukasta?	50 %	27 %	10 %	11 %	2 %	1 %

Asteikko:

1=Täysin samaa mieltä 2=Jokseenkin samaa mieltä 3=En osaa sanoa 4=Jokseenkin erimieltä 5=Täysin erimieltä

Kysymyslomakkeen lopussa oli kaksi avointa kysymystä, joihin asiakkaat saivat vastata omin sanoin. Toinen kysymyksistä oli: Haluaisitteko jatkossa Ravintola Tallissa järjestettävän erilaisia teemoja? Millaisia?. Asiakaspalautteiden perusteella erilaiset teemaviikot ovat tervetulleita Talliin vaihtelevuuden vuoksi. Vastanneista 68 % oli toivonut jatkossa järjestettävän erilaisia teemoja Ravintola Tallissa ja 32 % ei ollut vastannut kysymykseen lainkaan. Teemaehdotuksina oli Italia, Turkki, Venäjä, Ranska, karjalaiset perinneruoat, lähiruoka, suomalainen ruoka, kalat ja äyriäiset, järvikala, hanhi, Thai, Intia, Amerikkalainen, Japani, Kiina, eri maakunnat, Libanon, Meksiko, Välimeri. Erityisesti eri maakuntia oli toivottu useassa palautteessa.

Toinen avoin kysymys oli: Mitä muuta haluaisitte sanoa kreikkalaisesta teemaviikosta?. Tähän kysymykseen oli annettu seuraavanlaisia kommentteja:

Hinta-laatusuhde kohtaa.

Hyvä teema, monipuoliset ja terveelliset vaihtoehdot.

Kaikkiaan Tallin normaalilounasta parempi.

Hyvää vaihtelua.

Käyn varmaan teemaviikon ansiosta lounaalla koko viikon.

Herkullista ruokaa ja hyvä meininki.

Miellyttävä kokemus, lisää odottaen.

Mukavaa vaihtelua, erilainen tunnelma, uusia makuja.

Stifado oli erittäin hyvä, useammin tätä!

Moussaka oli liian suolaista.

11.3.4 Toimeksiantajan palaute

Opinnäytetyömme toimeksiantaja Ravintola Tallin henkilökunnalta saimme hyvää palautetta kuluneesta viikosta. Keittiömestari Jukka-Pekka Riipisen meille pitämässä palaverissa kävimme läpi kuluneen viikon tapahtumia. Riipinen totesi, että suunnittelutyö on tehty huolellisesti ja se näkyi. Hän totesi, että viikko oli mennyt lähes erinomaisesti. Keittiössä hän ei työskennellyt minään päivänä. Sivusta seuranneena hän totesi, että kaikki sujui todella hyvin eikä mitään suurempia ongelmia ei ollut. Ruoka maistui hyvälle, erityistä kehua saivat kuluneen viikon keitot. Salin puolella työskentely hoitui hyvin, kaikki asiakkaat saatiin palveltua kiireestä huolimatta. Restonomiasistentti Emmi Mustonen totesi, että salissa työskentely oli itsenäistä ja salityöskentely sujui erinomaisesti. Salin ja keittiön yhteistyö sujui moitteettomasti.

12 POHDINTA

Kreikkalaisen lounasviikon suunnittelu oli haastavaa ja kiinnostavaa. Emme tunteneet etukäteen kreikkalaista ruokakulttuuria, joten aihe oli meille melko vieras. Halusimme kuitenkin tarttua haasteeseen ja tutustua aiheeseen syvällisemmin. Kreikassa lähiruoka on suuri osa ruokakulttuuria, joten päätimme ottaa lähiruoan työmme suuntaukseksi. Lähiruoka on Suomessa koko ajan kasvava trendi sekä se kuuluu suureksi osaksi Ravintola Tallin liikeideaan. Koimme aluksi lähiruoan ja kreikkalaisen ruoan yhdistämi-

sen hieman haastavaksi, mutta perehdyttyämme aiheeseen työn teko alkoi sujua hyvin. Haasteellista oli se, että kreikkalaisten käyttämät raaka-aineet eivät ole meillä Suomessa saatavilla lähiruokana. Esimerkiksi oliivit ja oliiviöljy ovat Suomessa tuontitarvara, koska Suomessa ilmasto-olosuhteet eivät ole suotuisat niiden tuottamiseen. Suomessa vuodenaajat tuovat myös omat haasteensa lähiruokan käyttöön. Kreikassa ilmasto on lämmin läpi vuoden ja olosuhteet tuoreruokaa-aineiden kasvattamiseen suotuisat. Opinnäytetyömme toteutus sijoittui loppusyksyyn, joten kotimaisten tuore-elintarvikkeiden saanti oli hankalaa ja jopa lähes mahdotonta joiltakin osin.

Meillä oli entuudestaan jonkin verran kokemusta ruokalistasuunnittelusta, joten oli melko helppoa alkaa koota ruokalistaa kokonaisuudeksi. Työssä oli haastavaa noudattaa ruokalistasuunnittelun periaatteita, koska esimerkiksi Kreikassa ei yleensä syödä jälkiruokia aterioiden yhteydessä. Mikäli kreikkalaiset nauttivat jälkiruokaa aterian päätteeksi, se yleensä on tuoreita hedelmiä. Tämän vuoksi oli hankala löytää erilaisia kreikkalaisia jälkiruokia. Siksi teemaviikkomme jälkiruoat olivat hedelmäpainotteisia ja melko kevyitä. Kreikassa ruoka on usein kasvispainotteista, mikä myös toi haasteita ruokalistasuunnitteluun. Mielestämme lounasruokailuun sopivien ja toimivien reseptien löytäminen oli hankalaa, koska esimerkiksi Tallin lounassalaattien periaatteena on se, että yksi salaateista on ruokaisampi kuin muut, sisältäen esimerkiksi lihaa, kalaa tai kanaa. Tällaisia salaattireseptejä oli vaikea löytää, koska Kreikassa salaattit syödään sellaisenaan. Resepteissä toistui usein samat raaka-aineet: oliivi, valkosipuli, fetajuusto, tomaatti ja sipuli, joten jouduimme muokkaamaan joitakin reseptejä, etteivät samat raaka-aineet toistuisi monissa ruoissa. Reseptit tuottivat myös hankaluuksia mitatyksiköiden vuoksi, sillä joissakin resepteissä raaka-aineiden määrät oli ilmoitettu esimerkiksi kahvikuppeina.

Saatuamme ruokalistan valmiiksi hyväksyimme sen keittiömestari Jukka-Pekka Riipisellä, joka antoi pieniä muutosehdotuksia sekä palautetta. Keittiömestarin palautteen perusteella muokkasimme listaamme ja lähetimme sen hänelle vielä uudestaan tarkistettavaksi. Jouduimme kuitenkin vielä toteutusviikolla vaihtamaan ruokien paikkoja eri päivien kesken huomattuamme raaka-aineiden toistuvuutta ruokalistalla.

Kreikkalaisen teemaviikon reseptiikka oli toimiva, vaikkakin siinä olisi ollut parantamisen varaa. Esimerkiksi oliivileivän nesteen ja jauhojen suhde ei ollut oikea. Kokei-

lupäivänä leipä onnistui täydellisesti ohjeen mukaan tehtynä, kun taas toteutusviikolla taikina olisi jäänyt ohjeen määriä noudattaen liian löysäksi. Havaitsimme virheen syyksi vakioinnissa tapahtuneen näppäilyvirheen. Asiakaspalautteiden perusteella asiakkaista 72 % oli sitä mieltä, että ruoka oli maukasta. Mielestämme ja Tallin henkilökunnan mielestä ruokien mauissa ei myöskään ollut moitittavaa.

Olimme itse tyytyväisiä salin koristeluun. Palautekyselyyn vastanneista 76 % oli sitä mieltä, että kreikkalainen teema välittyi saapuessa ravintolaan. Osa vastaajista kuitenkin mainitsi, että koristeluun olisi voinut panostaa hieman enemmän. Salin koristelu ei kuitenkaan ollut meidän päätarkoituksemme työtä toteutettaessa.

Oma roolimme kreikkalaisen lounasviikon aikana oli hyvin selkeä ja näkyvä. Työskentelimme viikon aikana Tallissa niin sanotussa esimiesasemassa. Vastasimme viikon aikana keittiön ja salin toiminnasta lähes itsenäisesti. Saamme olla tyytyväisiä siitä, että meillä oli hyvät ja ahkerat opiskelijat työskentelemässä kanssamme.

Kirjallisen raportin työstäminen sujui hyvin, vaikkakin välillä ajatusten pukeminen sanoiksi tuotti hankaluuksia. Koko opinnäytetyöprosessin ajan yhteistyömme toimi moitteettomasti ja tehtävien jako ei tuottanut ongelmia. Kokonaisuudessaan tämä opinnäytetyö kasvatti meitä ammatillisesti ja sosiaalisesti. Opimme paljon Kreikan ruokakulttuurista, lähiruoasta, esimiestyöskentelystä sekä asiakastyytyväisyyskyselyn suorittamisesta. Pidimme koko opinnäytetyöprosessin ajan kokonaisuuden hyvin koossa ja työstimme sitä hyvin omatoimisesti ja itseohjautuvasti.

Jatkotutkimusehdotuksina voisi olla esimerkiksi jonkun muun maan teemaviikon toteutus lähiruoka-ajattelulla. Tutkimuksessa voitaisiin tutkia sitä, että miten eri maan valitseminen vaikuttaa lähiruoan saatavuuteen. Toinen tutkimusehdotus voisi olla, miten eri vuodenaajat vaikuttavat samantyyllisen opinnäytetyön tai projektityön toteuttamiseen. Kreikkalaisesta teemaviikosta voisi myös kehittää á la carte-listan, kokous- ja illanistujaispaketin.

LÄHTEET

Ahopelto, Heikki 2010. Lähellä. Helsinki: Otava.

Aromi 2000. Reseptien vakiointi. Aromi ruokapalvelutoimien kokonaisjärjestelmä. Baltic Data Oy. Päivitetty 2008. Luettu 30.9.2010.

Autti, Marja & Pojanluoma, Riitta 1996. Makuja maailmalta. Helsinki: Otava.

Hirsjärvi, Sirkka, Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2004. Tutki ja kirjoita. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Häikiö, Irma & Ratilainen, Anni 2002. Ruokamatematiikkaa. Helsinki: WSOY.

Härmälä, Kaisa 2000. Löytyisikö lähempää; tietoa lähiruoasta. Marttaliitto.

Iiskola-Kesonen, Hanna 2004. Mitä, Miksi, Kuinka? – Käsikirja tapahtuman järjestäjille. SLU-julkaisusarja 10/04. Suomen Liikunta ja Urheilu ry. Suomen Graafiset Palvelut Ltd.

Ikäheimo, Seppo, Lounasmeri, Sari & Walden, Risto 2005. Yrityksen laskentatoimi. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.

Immonen, Päivi & Nevala, Riitta 2003. Juhlakirja-juhlia, tapoja ja perinteitä. Porvoo: WS Bookwell Oy.

Kananen, Jorma 2008. Kvantti: kvalitatiivinen tutkimus alusta loppuun. Jyväskylä: Jyväskylän yliopistopaino.

Kauhanen, Juhani, Juurakko, Arto & Kauhanen, Ville 2002. Yleisötapahtuman suunnittelu ja toteutus. Vantaa: WSOY

Laitinen, Erkki K. 2007. Kilpailukykyä hinnoittelulla. Helsinki: Talentum Media Oy.

Lampi, Raija, Laurila, Anelma & Pekkala, Marja-Leena 2009. Ruokapalvelut työnä. Helsinki: WSOY.

Lampi, Raija, Luola, Markku & Seppänen, Hilikka 2000. Elintarvikkeet ja ruoanvalmistus. Porvoo: WS Bookwell Oy.

Lassila, Sirkka 2001. Uusi käytöksen kultainen kirja. Porvoo: WS Bookwell Oy.

Liukkonen, Henna 2010. Valokuvia toteutusviikosta. Markkinointiassistentti. Ravintola Talli.

Manninen, Jaana 1997. Juhla- ja edustustarjoilu. Keuruu: Otava.

Mauno, Sisko & Libre, Endla 2005. Älykäs kokki ammattikeittiössä. Helsinki: WSOY.

Mentula, Minna-Mari 2010. Haastattelu 25.2.2010. Ravintolapäällikkö. Ravintola Talli.

Määttä, Sinikka, Nuutila, Jaakko & Saranpää, Timo 2004. Juhlapalvelu suunnittele ja toteuta. Porvoo: WS Bookwell Oy.

Nieminen, Gun Marit 2002. Ravintola-alan laskentatoimi. Vantaa: Tummavuoren kirjapaino Oy.

Ontto-Panula, Terhi & Puska, Raija 2005. Ruokaa maailmalta. Helsinki: WSOY.

Ravintola Talli 2010. WWW-dokumentti. www.ravintolatalli.fi. Ei päivitystietoa. Luettu 5.9.2010.

Salaman, Rene 2003. Kreikkalainen keittiö. Singapore: Gummerus.

Selander, Kai & Valli, Vuokko 2007. Hinnoittelu ja kannattavuus. Helsinki: WSOY.

Syyrakki, Sara 2009. Päätäjän opas, lähituottajat ja kunnalliset ruokapalvelut. Helsinki: Star-Offset Oy.

Tampereen kaupunki/Tampereen ammattiopisto 2006. Vakiointi. WWW-dokumentti. <http://koulut.tampere.fi/materiaalit/os/vakiointi.html>. Päivitetty 2006. Luettu 30.9.2010.

Vallo, Helena & Häyrinen, Eija 2003. Tapahtuma on tilaisuus-opas onnistuneen tapahtuman järjestämiseen. Helsinki: Hakapaino.

Varjonen, Johanna 2001. Elämyksiä, terveyttä, vaihtelua-2000- luvun ruokatottumukset. Helsinki: Kuluttajatutkimuskeskus.

Vilka, Hanna & Airaksinen, Tiina 2004. Toiminnallinen opinnäytetyö. Jyväskylä: Gummerus.

Ylönen, Merja 2010. Haastattelu 3.9.2010. Tuotantoassistentti. Ravintola Talli.

Watt, David C. 1998. Event management in leisure and tourism. New York: Addison Wesley Longman Publishing.

**KREIKKALAINEN TEEMAVIIKKO
ASIAKASPALAUTEKYSELY**



Tämä kysely on osa opinnäytetyötämme ja toivomme Teidän vastaavan, sillä mielipiteenne on meille tärkeä!

Ympyröi sopivin vastausvaihtoehto ja vastaa kysymyksiin

1. Ensivaikutelma ja yleisilme

Välittyikö kreikkalainen teema saapuessasi ravintolaan?	Kyllä	Ei
Oliko ravintolasalin koristelu aiheeseen sopivaa?	Kyllä	Ei
Saitko mitään uutta tietoa kreikkalaisesta ruoasta?	Kyllä	Ei
Saitko mitään uutta tietoa lähiruoasta?	Kyllä	Ei

Mikäli vastasit ei, niin kerro mitä olisimme voineet tehdä toisin.

2. Ruoka

Asteikko:

1=Täysin samaa mieltä 2=Jokseenkin samaa mieltä 3=En osaa sanoa 4=Jokseenkin erimieltä 5=Täysin erimieltä

Ruoka oli houkuttelevan näköistä	1	2	3	4	5
Ruoka oli teeman mukaista	1	2	3	4	5
Ruoka oli maukasta	1	2	3	4	5

3. Haluaisitteko jatkossa Ravintola Tallissa järjestettävän erilaisia teemoja? Millaisia?

4. Mitä muuta haluaisitte sanoa kreikkalaisesta teemaviikosta?

Kiitos vastauksestanne!

Restonomiopiskelijat Heidi Kontio ja Sanna Itkonen



Kreikkalainen kattaus



Lähirooka info



Kreikka ja lähirooka aiheista kirjallisuutta



Salaattibuffet



Lämminruokabuffet



Souvlaki - lampaanlihavarras

Kreikkalainen keittiö

Kreikkalainen keittiö perustuu vihanneksiin ja muihin yksinkertaisiin, tuoreisiin valmistusaineisiin.

Ruoka on yksinkertaista ja hienostelematonta, mutta silti hyvän makuista. Ruoka tarjotaan yleensä vaatimattomasti koristeltuna ja katettuna.

Perinteisiä kreikkalaisia ruokia:

- Moussaka – Munakoiso-
jauhelihavuoka
- Stifado – Lampaanlihapata
- Tzatziki – Jogurtti-kurkkukastike
- Souvlaki – Lampaanlihavarras
- Baklava – Filotaikinasta tehty makea
leivonnainen

RAVINTOLA
TALLI



Lähiruoka

Kreikkalaiset käyttävät paljon omilla pelloilla tuotettuja raaka-aineita ja siksi kreikkalaista ruokaa voidaankin kutsua myös lähiruoka.

Lähiruoka on ruokaa joka on tuotettu oman alueen raaka-aineista. Se edistää oman alueensa taloutta ja työllistää pientuottajia.

Lähiruoan ajatteluperiaatteita ovat ekologisuus, puhtaus, tuoreus, turvallisuus, joustavuus ja laatu.



Sanastoa

- Kali oreksi - Hyvää ruokahalua
- Jevma – Lounas
- Nero – Vesi
- Menu – Ruokalista
- Efharisto – Kiitos
- Estiatorio – Ravintola
- Gala – Maito
- Hérete - Näkemiin

RAVINTOLA
TALLI

LIITE 4.
Ruokalista

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
Salaatti 1	Halloumikas rucolasalaatti	Luonnonsalaatti	Varhaiskaali-porkkanasalaatti	Kreikkalainen salaatti (horiatiki)	Hedelmäinen punakaalisalaatti
Salaatti 2	Kreikkalainen pasta-salaatti	Kreikkalainen kyläsalaatti	Kreikkalainen perunasalaatti	Katkarapusalaatti	Kanamunasalaatti
Salaatti 3	Punajuurisalaatti	Kukkakaalisalaatti	Välimeren tuorejuusto salaatti	Papusalaatti	Munakoisosalaatti
Keitto	Välimeren kalakeitto	Sitruunainen kanakeitto	Kreikkalainen sipuli-oliivikeitto	Maalaiskeitto	Kreikkalainen papukeitto
Pääruoka	Stifado- lihapata	Tomaattikala	Jauhelihapastavuoka (pastitsio)	Kreikkalainen kana-kasviskastike	Musaka
Lämminlisäke	Patates furnu uunissa paistetut perunat	Perunasose (skordalia)		Pinaattiriisi	
Kasvislisäke	Briami (kesäkurpitsapaistos)	Uunivihannekset	Marinoidut juurekset	Pestovihannekset	Hunajaporkkanat
Jälkiruoka	Hedelmävahto	Jogurttikakku	Persikkarahka	Hunaja-jogurttihedelmät	Omenapiirakka (milopita)
Leipä	Patonki, tsatsiki	Kreikkalaiset sämpylät	Oliivileipä	Pitaleipä	
Kasvissuositus	Kasvispata	Täytetyt munakoisot	Leivitetty selleripihvi	Pinaatti-juustopiirakka	Täytetyt paprikat
Suositus	Välimeren broileria	Grillattu härän entrecote + punaviini timjamikastike	Kreikan mummon muikut +perunasose	Souvlaki lampaanlihavarras	Keftedes lihapullia

Ruokalistan reseptin koontityöohje

MAMK

28.10.2010

Sivu: 1

OPISKELI

Tsatsiki hk&si

50 annosta à 30 g

Saanto yht.: 1,536 KG

Hinta: 2,34 /KG

Reseptikirja: SS Val-
mistuslaite:

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 18.10.2010

Ateriointipäivä: 18.10.2010

Ateriatyyppi: 21 - Lounas

Ei sovi:

Lisätieto: GLUTEENITON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	0,800 KG	0,800 KG	Jogurtti, luomu	Valuta jogurtti yön yli viileässä.
	0,722 KG	0,650 KG	Kurkku	Raasta kurkku ja valuta sitä hetki siivilässä. Sekoita kaikki ainekset sekaisin ja koristele esim. kurkun kuorilla.
	0,050 L	0,050 L	Öljy, oliivi	
	0,025 L	0,025 L	Viinietikka, valkoinen	
	0,007 KG	0,005 KG	Valkosipuli	
	0,005 KG	0,005 KG	Suola	
	0,001 KG	0,001 KG	Sokeri, hieno talous	
	Raakapaino yht.: 1,536 KG			Valmistushävikki: 0,00 %
	Saanto yht.: 1,536 KG			Jakeluhävikki: 2,34 %

Ruokalistan reseptin koontityöohje

OPISKELI

MAMK

28.10.2010

Sivu: 2

Stifado hk&si

80 annosta à 150 g (1,00 dl)

Saanto yht.: 14,479 KG (0,988 L)

Hinta: 4,46 /KG (65,31 /L)

Reseptikirja: OPETUS Valmistuslai-
te:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 12.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 18.10.2010

Ateriointipäivä: 18.10.2010

Ateriatyyppi: 21 - Lounas

Ei sovi:

Lisätieto: GLUTEENITON, VÄHÄLAKTOOSINEN

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	0,282 L	0,282 L	Öljy, oliivi	Ruskista Variolla lihat ja sipulit öljyssä.
	7,901 KG	7,901 KG	Karjalanpaisti liha SN 50/50 10%	
	1,622 KG	1,411 KG	Sipuli	Lisää lihojen joukkoon punaviini, tomaattimehu, vesi, etikka sekä mausteet. Hauduta pataa vähintään tunti. Maistele ja lisää tarvittaessa suolaa ja mausteita.
	0,068 KG	0,068 KG	Valkosipulimurska	
	0,006 KG	0,006 KG	Laakerinlehti	
	1,481 L	1,481 L	Punaviini	
	1,975 L	1,975 L	Mehu, tomaatti	
	0,494 L	0,494 L	Viinietikka, punainen	
	0,282 KG	0,282 KG	Voi, vähäsuolainen, vähälaktoosinen	
	0,075 KG	0,056 KG	Persilja	
	3,951 L	3,951 L	Vesi	
	0,138 KG	0,138 KG	Suola	
	0,028 KG	0,028 KG	Pippuri, musta, rouhittu	
	0,028 KG	0,028 KG	Kaneli jauhettu	
Raakapaino yht.:	18,103 KG			Valmistushävikki: 20,02 %
Saanto yht.:	14,479 KG (0,988 L)			Jakeluhävikki: 17,12 %

Ruokalistan reseptin koontityöohje

OPISKELI

MAMK

28.10.2010

Sivu: 3

Välimeren kalakeitto hk&si

80 annosta à 200 g (1,00 dl)

Saanto yht.: 16,475 KG (5,000 L)

Hinta: 2,37 /KG (7,81 /L)

Reseptikirja: OPETUS Valmistuslaji:
te: KP

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 18.10.2010

Ateriointipäivä: 18.10.2010

Ateriatyyppi: 21 - Lounas

Ei sovi:

Lisätieto: GLUTEENITON, MAIDOTON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	0,100 L	0,100 L	Öljy, oliivi	Kuumennä öljy Vario Cooking Centerissä. Kuullosta öljyssä juureksia, valkosipulia, ja sipulia. Lisää vesi ja pakalaliemijauhe.
	5,000 KG	4,000 KG	Juuressekoitus keittojuures kaste	
	1,000 KG	1,000 KG	Sipulikuutio, pakaste	
	0,075 KG	0,075 KG	Valkosipulimurska	
	6,000 L	6,000 L	Vesi	
	0,750 KG	0,750 KG	Liemijauhe, kala	
	0,025 KG	0,025 KG	Pippuri, musta, rouhittu	Lisää mausteet.
	0,750 KG	0,750 KG	Tomaattimurska	
	0,005 KG	0,005 KG	Sahrami	
	0,020 KG	0,020 KG	Timjami, kuivattu	
	0,250 L	0,250 L	Mehu, appelsiinituore	
	0,250 KG	0,250 KG	Suola	
	1,000 KG	1,000 KG	Katkarapu, 350/500	Kun vihannekset ovat kypsiä, lisää kalat ja kypsennä ne varovasti. Lisää katkarapu vasta viimeisenä.
	1,000 KG	1,000 KG	Sei, kuutio pakaste	
	1,000 KG	1,000 KG	Lohi	
	0,250 KG	0,250 KG	Tilli, pakaste	Koristele tillillä juuri ennen tarjoilua.
Raakapaino yht.:	16,475 KG			Valmistushävikki: 0,00 %
Saanto yht.:	16,475 KG (5,000 L)			Jakeluhävikki: 2,88 %

Ruokalistan reseptin koontityöohje

OPISKELI

MAMK

28.10.2010

Sivu: 4

Uunissa paistetut perunat- patates furnu hk&si

80 annosta à 70 g

Saanto yht.: 5,867 KG

Hinta: 1,47 /KG

Reseptikirja: OPETUS

Valmistuslaite: Kust.paikka:

826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 18.10.2010

Ateriointipäivä: 18.10.2010

Ateriatyyppi: 21 - Lounas

Ei sovi:

Lisätieto: GLUTEENITON, MAIDOTON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	5,333 KG	5,333 KG	Peruna, kuorittu	Lohko perunat suuriksi veneiksi.
	0,533 L	0,533 L	Öljy, oliivi	Tee marinadi sekoittamalla kaikki ainekset keskään. Sekoira marinadi perunoihin ja paista SCC:llä paistetut perunat ohjelmalla.
	0,160 L	0,160 L	Mehu, sitruuna	
	0,053 KG	0,053 KG	Valkosipulimurska	
	0,027 KG	0,027 KG	Oregano kuivattu	
	0,043 KG	0,043 KG	Suola	
	0,027 KG	0,027 KG	Pippuri, musta, rouhittu	
	Raakapaino yht.: 6,176 KG			Valmistushävikki: 5,01 %
	Saanto yht.: 5,867 KG			Jakeluhävikki: 4,55 %

Ruokalistan reseptin koontityöohje

OPISKELI

MAMK

28.10.2010

Sivu: 5

Briami - kesäkurpitsapaistos hk&si

80 annosta à 60 g

Saanto yht.: 4,952 KG

Hinta: 1,54 /KG

Reseptikirja: OPETUS

Valmistuslaite:

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 18.10.2010

Ateriointipäivä: 18.10.2010

Ateriatyyppi: 21 - Lounas

Ei sovi:

Lisätieto: GLUTEENITON, MAIDOTON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	1,515 KG	1,318 KG	Kesäkurpitsa vihreä	Paloittele kasvikset ja laita ne vuokaan.
	1,347 KG	0,876 KG	Porkkana	
	0,702 KG	0,702 KG	Sipuli, puna kuorittu	
	0,876 KG	0,876 KG	Paprikasekoitus, pakaste	
	0,842 KG	0,842 KG	Tomaattimurska	Lisää tomaattimurska ja mausteet, sekoita kaikki ainekset keskenään hyvin. Hauduta vihanneksia SCC:llä 140 asteessa, kunnes ne ovat pehmenneet. Lisää tarvittaessa hieman sokeria, jos maku on liian hapan.
	0,021 KG	0,021 KG	Valkosipulimurska	
	0,013 KG	0,013 KG	Pippuri, musta, rouhittu	
	0,026 KG	0,026 KG	Kasvisliemijauhe	
	0,421 L	0,421 L	Vesi	
	0,042 L	0,042 L	Öljy, rypsi	
	0,013 KG	0,013 KG	Suola	
	0,021 KG	0,021 KG	Sokeri, hieno talous	
	0,044 L	0,044 L	Viinietikka, balsamico	
	Raakapaino yht.: 5,214 KG			Valmistushävikki: 5,03 %
	Saanto yht.: 4,952 KG			Jakeluhävikki: 3,06 %

Ruokalistan reseptin koontityöohje

OPISKELI

MAMK

28.10.2010

Sivu: 6

Halloumikas rucolasalaatti hk&si

80 annosta à 60 g (1,00 dl)

Saanto yht.: 4,809 KG (4,444 L)

Hinta: 6,88 /KG (7,44 /L)

Reseptikirja: OPETUS Valmistus-
laite:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 18.10.2010

Ateriointipäivä: 18.10.2010

Ateriatyyppi: 23 - Salaattilounas

Ei sovi:

Lisätieto: GLUTEENITON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	0,667 KG	0,667 KG	Halloumi	Leikkaa haloumi-juusto viipaleiksi. Levittele juustot leivinpaperilla vuoratulle pellille ja paista SCC:ssä 200 asteessa n.10minuuttia, kunnes ne ovat saaneet kauniin värin. Jäähdytä.
	2,222 KG	2,222 KG	Salaatti, jääsalaatti	Pese salaatit ja revi ne vadille.
	0,356 KG	0,356 KG	Salaatti, rucola	Pese ja paloittele tomaatit ja lisää ne vadille.
	1,389 KG	1,333 KG	Tomaatti	Lisää jäähtyneet juustot vadille.
	0,222 L	0,222 L	Öljy, oliivi	Lisää ainekset salaatin sekaan ja sekoita hyvin, niin että raaka-aineet ovat sekaisin. Tarkista maku.
			Viinietikka, balsamico	
	0,004 KG	0,004 KG	Suola	
	0,004 KG	0,004 KG	Pippuri, musta, rouhittu	
Raakapaino yht.: 4,809 KG				Valmistushävikki: 0,00 %
Saanto yht.: 4,809 KG (4,444 L)				Jakeluhävikki: 0,18 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 7

Kreikkalainen pastasalaatti hk&si

80 annosta à 70 g (1,00 dl)

Saanto yht.: 5,867 KG (5,333 L)

Hinta: 3,70 /KG (4,07 /L)

Reseptikirja: OPETUS Valmistus-
laite:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 18.10.2010

Ateriointipäivä: 18.10.2010

Ateriatyyppi: 23 - Salaattilounas

Ei sovi:

Lisätieto: LAKTOOSITON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	2,133 KG	2,133 KG	Makaroni, penne	Keitä pasta SCC:llä keitetty pasta-ohjelmalla(mausta!). Jäähdytä
	1,067 KG	1,067 KG	Juusto, feta kuutio, laktoositon	Pilko sipuli, valuta juustot ja oliivit, sulata paprikat. Lisää ainekset pastan sekaan.
	0,613 KG	0,533 KG	Sipuli	
	0,533 KG	0,533 KG	Oliivi musta kivetön	
	0,533 KG	0,533 KG	Paprikasekoitus, pakaste	
	0,107 KG	0,107 KG	Oregano kuivattu	Lisää mausteet pastan sekaan, sekoita huolellisesti, tarkista maku ja anna hetki maustua kylmässä.
	0,267 L	0,267 L	Öljy, oliivi	
	0,213 L	0,213 L	Viinietikka, valkoinen	
	0,107 L	0,107 L	Mehu, sitruuna	
	0,267 KG	0,267 KG	Valkosipulimurska	
	0,107 KG	0,107 KG	Suola	
	Raakapaino yht.: 5,867 KG			Valmistushävikki: 0,00 %
	Saanto yht.: 5,867 KG (5,333 L)			Jakeluhävikki: 4,55 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 8

Punajuurisalaatti hk&si

80 annosta à 50 g (1,00 dl)

Saanto yht.: 4,000 KG (1,600 L)

Hinta: 1,26 /KG (3,15 /L)

Reseptikirja: OPETUS Valmistus-
laite:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 6.9.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 18.10.2010

Ateriointipäivä: 18.10.2010

Ateriatyyppi: 23 - Salaattilounas

Ei sovi:

Lisätieto: GLUTEENITON, LAKTOOSITON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	2,971 KG	2,080 KG	Punajuurisäilyke, kuutio	Valuta punajuuret ja suolakurkut. Sulata omenat.
	1,143 KG	0,800 KG	Maustekurkkukuutio	Sekoita keskenään.
	0,560 KG	0,560 KG	Omenakuutio, pakaste	
	0,080 KG	0,080 KG	Ruohosipuli pakaste Dujardin	Lisää sekaan suola, pippuri, kermaviili ja ruohosipuli.
	0,480 KG	0,480 KG	Kermaviili, laktoositon	Sekoita ja Koristele.
	0,005 KG	0,005 KG	Suola	
	0,005 KG	0,005 KG	Pippuri, musta, rouhittu	
	Raakapaino yht.: 4,010 KG			Valmistushävikki: 0,24 %
	Saanto yht.: 4,000 KG (1,600 L)			Jakeluhävikki: 0,00 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 11

Välimeren broileri hk&si

10 annosta à 220 g (1,00 dl)

Saanto yht.: 2,235 KG (2,500 L)

Hinta: 4,67 /KG (4,18 /L)

Reseptikirja: OPETUS Valmistus-
laite:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 18.10.2010

Ateriointipäivä: 18.10.2010

Ateriatyyppi: 24 - Suositus

Ei sovi:

Lisätieto: GLUTEENITON, LAKTOOSITON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	0,938 KG	0,938 KG	Broiler filee, tuore	Laita broiler fileet vuokaan ja mausta suolalla sekä pippurilla. Paista fileet SCC:llä grillatut broilerit ohjelmalla.
	0,007 KG	0,007 KG	Suola	
	0,003 KG	0,003 KG	Pippuri, musta, rouhittu	
	0,287 KG	0,250 KG	Sipuli	Hienonna sipuli ja leikkaa tomaatit paloiksi. Kuullota tomaatit, sipulit ja valkosipulit kattilassa öljyssä. Lisää joukkoon mausteet.
	0,521 KG	0,500 KG	Tomaatti	
	0,063 KG	0,063 KG	Valkosipulimurska	
	0,005 KG	0,005 KG	Chilijauhe	
	0,013 KG	0,013 KG	Yrttimauste, kuivattu	
	0,025 L	0,025 L	Öljy, oliivi	
	0,250 KG	0,250 KG	Kerma, ruoka 15% laktoositon	Lisää joukkoon kerma, vesi, viinietikka, kanaliemijauhe sekä sokeripalat. Kuumenna ja lisää suolaa sekä mausteita tarvittaessa. Lisää viimeiseksi ruohosipulisilppu.
	0,250 L	0,250 L	Vesi	
	0,050 L	0,050 L	Viinietikka, valkoinen	
	0,015 KG	0,015 KG	Sokeri, pala pikku sirkku	
	0,037 L	0,037 L	Kanaliemijauhe	
	0,025 KG	0,025 KG	Ruohosipuli pakaste Dujardin	
Raakapaino yht.:	2,430 KG			Valmistushävikki: 8,02 %
Saanto yht.:	2,235 KG (2,500 L)			Jakeluhävikki: 1,57 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 13

Kasvispata hk&si

10 annosta à 340 g (1,00 dl)

Saanto yht.: 3,400 KG (2,000 L)

Hinta: 1,38 /KG (2,35 /L)

Reseptikirja: OPETUS Valmistus-
laite:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 18.10.2010

Ateriointipäivä: 18.10.2010

Ateriatyyppi: 25 - Kasvislounas

Ei sovi:

Lisätieto: GLUTEENITON, MAIDOTON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	0,600 KG	0,600 KG	Peruna, kuorittu	Lohko perunat, porkkanat ja omenat. Sekoita purjosipulit ja muut kasvikset keskenään. Laita seos GN vuokaan ja kaada öljyä päälle.
	0,600 KG	0,600 KG	Porkkana kuorittu	
	0,429 KG	0,300 KG	Omena	
	0,240 KG	0,240 KG	Purjosipuliviipale, pakaste	
	0,060 L	0,060 L	Öljy, oliivi	
	0,020 KG	0,020 KG	Currytahna	Lisää kaikki muut ainekset vuokaan ja sekoita hyvin. Paista SCC:llä 140 asteessa 20 minuuttia, tarkista kasvien kypsäys ja maku.
	0,020 KG	0,020 KG	Valkosipulimurska	
	0,400 KG	0,400 KG	Tomaattimurska 400g	
	0,200 KG	0,200 KG	Kookosmaito	
	0,030 L	0,030 L	Mehu, sitruunätäysmehu	
	0,004 KG	0,004 KG	Suola	
	0,333 KG	0,333 KG	Riisi, pitkäjyväinen	Tarjoile keitetyn riisin kera.
	0,667 L	0,667 L	Vesi	
	0,007 KG	0,007 KG	Suola	
Raakapaino yht.:	3,481 KG			Valmistushävikki: 2,32 %
Saanto yht.:	3,400 KG (2,000 L)			Jakeluhävikki: 0,00 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 14

Hedelmävahto hk&si

80 annosta à 140 g

Saanto yht.: 11,360 KG

Hinta: 4,00 /KG

Reseptikirja: OPETUS

Valmistuslaite: YK

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 18.10.2010

Ateriointipäivä: 18.10.2010

Ateriatyyppi: 26 - Jälkiruoka

Ei sovi:

Lisätieto: VÄHÄLAKTOOSITON & GLUTEENITON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	2,400 KG	2,400 KG	Kerma, kuohu vähälaktoosinen	Vaahdota kerma yleiskoneella.
	0,160 KG	0,160 KG	Sokeri, vanilja	Valuta hedelmät ja soseuta sauvasekoittimella.Lisää sokerit ja sitruunamehu
	1,200 KG	1,200 KG	Sokeri, tomu	
	0,160 L	0,160 L	Mehu, sitruuna	
	8,276 KG	4,800 KG	Hedelmäcocktail sokeriliemessä	
	2,704 KG	2,704 KG	Juusto, tuore maustamaton	Sekoita kaikki aineet yleiskoneessa. Tarkista maku.
	Raakapaino yht.: 11,424 KG			Valmistushävikki: 0,56 %
	Saanto yht.: 11,360 KG			Jakeluhävikki: 1,41 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 15

Sitruunainen kanakeitto hk&si

80 annosta à 300 g (1,00 dl)

Saanto yht.: 25,615 KG (7,273 L)

Hinta: 1,52 /KG (5,37 /L)

Reseptikirja: OPETUS Valmistuslai-
te:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 12.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 19.10.2010

Ateriointipäivä: 19.10.2010

Ateriatyyppi: 21 - Lounas

Ei sovi:

Lisätieto: MAIDOTON, GLUTEENITON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	3,273 KG 0,073 KG	3,273 KG 0,073 KG	Broiler fileesuikale, marinoitu Mauste, yrttitarha	Mausta fileesuikaleet yrttitarha-mausteseoksella ja kypsennä SCC:llä grillatut broilerit ohjelmalla.
	1,129 KG 0,970 KG 10,909 L 0,364 KG 0,364 KG 3,855 KG 0,655 KG	0,982 KG 0,727 KG 10,909 L 0,364 KG 0,364 KG 3,855 KG 0,655 KG	Sipuli Selleri, varsi Vesi Suola Riisi, pitkäjyväinen Porkkanakuutio, pakaste Purjosipuliviipale, pakaste	Pilko sipuli ja selleri. Lisää suolaveteen kasvikset ja riisi, keitä kypsäksi.
	4,364 L 0,073 KG 0,073 KG 0,036 KG	4,364 L 0,007 KG 0,007 KG 0,036 KG	Mehu, sitruuna Pippuri, musta, rouhittu Laakerinlehti Ruohosipuli pakaste Dujardin	Lisää mausteet ja lopuksi pilkotut broilerit. Tarkista maku, Koristele ruohosipulilla.
	Raakapaino yht.: 25,615 KG			Valmistushävikki: 0,00 %
	Saanto yht.: 25,615 KG (7,273 L)			Jakeluhävikki: 6,30 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 16

Tomaattikala hk&si

80 annosta à 200 g (1,00 dl)

Saanto yht.: 17,511 KG (8,889 L)

Hinta: 3,64 /KG (7,17 /L)

Reseptikirja: OPETUS Valmistuslai-
te:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 19.10.2010

Ateriointipäivä: 19.10.2010

Ateriatyyppi: 21 - Lounas

Ei sovi:

Lisätieto: MAIDOTON, GLUTEENITON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	11,111 KG	8,889 KG	Muikku	Mausta kalat sitruunalla, suolalla ja pippurilla.
	0,107 KG	0,107 KG	Sitruuna	
	0,053 KG	0,053 KG	Suola	
	0,018 KG	0,018 KG	Pippuri, musta, rouhittu	
	3,065 KG	2,667 KG	Sipuli	Pilko sipuli ja kuullota ne valkosipulimurskan kanssa öljyssä. Lisää tomaattimurska ja etikka sekä sitruuna. Anna hautua vajaa puoli tuntia.
	0,044 KG	0,044 KG	Valkosipulimurska	
	0,444 L	0,444 L	Öljy, oliivi	
	0,089 L	0,089 L	Mehu, sitruunätäysmehu	
	3,556 KG	3,556 KG	Tomaattimurska	
	0,222 L	0,222 L	Viinietikka, valkoinen	
	1,389 KG	1,333 KG	Tomaatti	Kaada tomaattikastike kalojen päälle. Lado viipaloidut tomaatit kalojen päälle ja kypsennä SCC:ssä 130 asteessa noin 30 min.
	0,178 KG	0,178 KG	Persilja, pakaste Dujardin	Koristele
Raakapaino yht.:	17,600 KG			Valmistushävikki: 0,51 %
Saanto yht.:	17,511 KG (8,889 L)			Jakeluhävikki: 8,63 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 17

Kreikkalaiset sämpylät hk&si

80 annosta à 30 g (1,00 dl)

Saanto yht.: 2,463 KG (2,424 L)

Hinta: 2,22 /KG (2,26 /L)

Reseptikirja: OPETUS Valmistus-
laite:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 12.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 19.10.2010

Ateriointipäivä: 19.10.2010

Ateriatyyppi: 21 - Lounas

Ei sovi:

Lisätieto:

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	0,121 KG	0,121 KG	Hiiva	Liota hiiva kädenlämpöiseen nesteeseen.
	0,485 KG	0,485 KG	Jogurtti, luomu	
	0,485 KG	0,485 KG	Maitojuoma kevyt laktoositon	
	0,015 KG	0,015 KG	Suola	Lisää mausteet
	0,007 KG	0,007 KG	Sokeri hieno, siro kide	
	0,002 KG	0,002 KG	Oregano kuivattu	
	0,087 L	0,087 L	Öljy, oliivi	
	1,042 KG	1,042 KG	Jauho, hiivaleipä	Sekoita juustokuutiot hieman murenettuna.Sekoita vähitellen jauhot ja vaivaa hyvin.
	0,218 KG	0,218 KG	Juusto, feta kuutio, laktoositon	Leivo sämpylöiksi, Kohota ja paista SCC:ssä 170 asteessa n.15minuuttia.
	Raakapaino yht.: 2,463 KG			Valmistushävikki: 0,00 %
	Saanto yht.: 2,463 KG (2,424 L)			Jakeluhävikki: 2,56 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 18

Uunivihannekset hk&si

80 annosta à 60 g (1,00 dl)

Saanto yht.: 4,838 KG (0,784 L)

Hinta: 1,66 /KG (10,22 /L)

Reseptikirja: OPETUS Valmistus-
laite:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 19.10.2010

Ateriointipäivä: 19.10.2010

Ateriatyyppi: 21 - Lounas

Ei sovi:

Lisätieto: GLUTEENITON, MAIDOTON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	1,569 KG	1,569 KG	Porkkana kuorittu	Pilko tomaatit, sipulit ja porkkanat reiluiksi paloiksi. Valele oliiviöljyllä, mausta suolalla ja yrteillä. Paista ensin porkkanat SCC:llä 140 asteessa muutama minuutti. Lisää sitten loput kasvikset ja paista vielä 10 minuuttia.
	0,817 KG	0,784 KG	Tomaatti	
	0,902 KG	0,784 KG	Sipuli	
	1,569 KG	1,569 KG	Parsakaali pakaste	
	0,235 L	0,235 L	Öljy, oliivi	
	0,024 KG	0,024 KG	Suola	
	0,012 KG	0,012 KG	Rosmariini kuivattu	
	0,012 KG	0,012 KG	Timjami, kuivattu	
Raakapaino yht.:	4,988 KG			Valmistushävikki: 3,00 %
Saanto yht.:	4,838 KG (0,784 L)			Jakeluhävikki: 0,79 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 19

Perunasose (skordalia)hk&si

80 annosta à 150 g

Saanto yht.: 12,310 KG

Hinta: 1,03 /KG

Reseptikirja: OPETUS

Valmistuslaite:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 19.10.2010

Ateriointipäivä: 19.10.2010

Ateriatyyppi: 21 - Lounas

Ei sovi:

Lisätieto: VÄHÄLAKTOOSINEN, GLUTEENTON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje	
	10,463 KG	10,463 KG	Peruna kuorittu muusi	Keitä perunat kypsiksi keittopadassa. Kaada keitinvesi pois ja soseuta perunat. Lisää vesi ja maitojauhe, vähälaksekoita. Lisää mausteet kuumenna ja tarkista maku.	
	0,162 KG	0,162 KG	Maitojauhe rasvaton toosinen		
	2,208 L	2,208 L	Vesi		
	0,020 KG	0,020 KG	Valkosipulimurska		
	0,020 KG	0,020 KG	Sokeri, hieno talous		
	0,500 L	0,400 L	Öljy, oliivi		
	0,100 L	0,100 L	Viinietikka, valkoinen		
	0,047 KG	0,047 KG	Suola		
	Raakapaino yht.: 13,421 KG				Valmistushävikki: 8,28 %
	Saanto yht.: 12,310 KG				Jakeluhävikki: 2,52 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 20

Kreikkalainen kyläsalaatti hk&si

80 annosta à 80 g (1,00 dl)

Saanto yht.: 6,452 KG (4,000 L)

Hinta: 3,53 /KG (5,69 /L)

Reseptikirja: OPETUS Valmistus-
laite:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 19.10.2010

Ateriointipäivä: 19.10.2010

Ateriatyyppi: 23 - Salaattilounas

Ei sovi:

Lisätieto: GLUTEENITON, LAKTOOSITON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	1,412 KG	1,200 KG	Salaatti, jäävuori	Pese ja leikkaa salaatti, tomaatti, paprika ja kurkku.
	0,800 KG	0,800 KG	Juusto, feta kuutio, laktoositon	Leikkaa sipulit puolikkaiksi renkaiksi. Lisää salaattiin oliivit ja fetajuusto.
	0,140 KG	0,140 KG	Oliivi musta kivetön	
	0,575 KG	0,500 KG	Sipuli	
	0,778 KG	0,700 KG	Kurkku	
	2,333 KG	2,240 KG	Tomaatti	
	0,600 KG	0,480 KG	Paprika, vihreä	
	0,010 L	0,010 L	Mehu, sitruuna	Laita sitruunamehu, öljy, valkosipulimurska ja muut mausteet kulhoon ja sekoita. Kaada kastike salaatin päälle ja sekoita. Koristele!
	0,020 KG	0,020 KG	Valkosipulimurska	
	0,020 KG	0,008 KG	Oregano kuivattu	
	0,008 KG	0,008 KG	Pippuri, musta, rouhittu	
	0,004 KG	0,004 KG	Sokeri hieno, siro kide	
	0,004 KG	0,004 KG	Suola	
	0,340 L	0,340 L	Öljy, oliivi	
Raakapaino yht.:	6,454 KG			Valmistushävikki: 0,03 %
Saanto yht.:	6,452 KG (4,000 L)			Jakeluhävikki: 0,81 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 21

Kukkakaalisalaatti hk&si

80 annosta à 80 g (1,00 dl)

Saanto yht.: 6,747 KG (5,333 L)

Hinta: 2,16 /KG (2,73 /L)

Reseptikirja: OPETUS Valmistus-
laite:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 19.10.2010

Ateriointipäivä: 19.10.2010

Ateriatyyppi: 23 - Salaattilounas

Ei sovi:

Lisätieto: GLUTEENITON, LAKTOOSITON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	2,133 KG	2,133 KG	Kukkakaali pakaste	Kuutioi paprika ja tomaatit. Sulata kukkakaali ja purjosipuli. Sekoita ainekset keskään.
	0,867 KG	0,693 KG	Paprika, punainen	
	0,640 KG	0,640 KG	Purjosipuliviipale, pakaste	
	1,833 KG	1,760 KG	Tomaatti	
	1,067 KG	1,067 KG	Kermaviili, Laktoositon, 5kg	Sekoita ruohosipuli, maustekurkku sekä mausteet kermaviiliin ja sekoita kastike salaattiin. Koristele ruohosipulilla ja tomaatilla.
	0,495 KG	0,347 KG	Maustekurkkukuutio	
	0,011 KG	0,011 KG	Suola	
	0,005 KG	0,005 KG	Sokeri, hieno talous	
	0,005 KG	0,005 KG	Pippuri, valko jauhettu	
	0,005 L	0,005 L	Mehu, sitruuna	
	0,080 KG	0,080 KG	Ruohosipuli pakaste Dujardin	
	Raakapaino yht.: 6,747 KG			Valmistushävikki: 0,00 %
	Saanto yht.: 6,747 KG (5,333 L)			Jakeluhävikki: 5,14 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 22

Luonnonsalaatti hk&si

80 annosta à 80 g (1,00 dl)

Saanto yht.: 6,452 KG (1,290 L)

Hinta: 2,84 /KG (14,19 /L)

Reseptikirja: OPETUS Valmistus-
laite:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 19.10.2010

Ateriointipäivä: 19.10.2010

Ateriatyyppi: 23 - Salaattilounas

Ei sovi:

Lisätieto: GLUTEENITON, MAIDOTON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	3,036 KG	2,581 KG	Salaatti, jäävuori	Pilko jäävuorisalaatti ja raasta porkkanat. Pese vuonankaali ja sekoita kaikki ainekset keskenään.
	1,290 KG	1,290 KG	Porkkana kuorittu	
	1,290 KG	1,290 KG	Vuonankaali	
	1,290 KG	1,290 KG	Mustaherukka, pakaste Astikkala	
	Raakapaino yht.: 6,452 KG			Valmistushävikki: 0,00 %
	Saanto yht.: 6,452 KG (1,290 L)			Jakeluhävikki: 0,80 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 25

Grillattu härän entrecote+punaviinikastike hk&si

10 annosta à 230 g Saanto

yht.: 2,300 KG

Hinta: 12,58 /KG

Reseptikirja: OPETUS

Valmistuslaite:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 19.10.2010

Ateriointipäivä: 19.10.2010

Ateriatyyppi: 24 - Suositus

Ei sovi:

Lisätieto: GLUTEENITON, MAIDOTON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	0,030 KG	0,030 KG	Sokeri, hieno talous	Posauta viinietikka kuumassa kattilassa. Lisää sokeri ja demi-glace.
	0,020 L	0,020 L	Viinietikka, balsamico	
	0,200 KG	0,200 KG	Kastike, demi glace	
	0,300 L	0,300 L	Punaviini	Lisää punaviini ja vesi. Mausta. Anna kiehua hetki ja maista.
	0,200 L	0,200 L	Vesi	
	0,050 KG	0,050 KG	Timjami, kuivattu	
	0,003 KG	0,003 KG	Suola	
	0,001 KG	0,001 KG	Pippuri, sekoitus	
	0,020 KG	0,020 KG	Maissitärkkelys	Suurusta tarvittaessa vesi-maizena seoksella, älä tee liian paksua.
	1,500 KG	1,500 KG	Naudan entrecote	Leikkaa entrecosta á 150g kokoisia pihvejä.Paista entrecote pannulla haluttuun kypsyyteen. Mausta suolalla ja pippurilla.
	Raakapaino yht.: 2,324 KG			Valmistushävikki: 1,03 %
	Saanto yht.: 2,300 KG			Jakeluhävikki: 0,00 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 27

Täytetyt munakoisot hk&si

10 annosta à 200 g Saanto

yht.: 2,000 KG

Hinta: 4,27 /KG

Reseptikirja: OPETUS

Valmistuslaite:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 19.10.2010

Ateriointipäivä: 19.10.2010

Ateriatyyppi: 25 - Kasvislounas

Ei sovi:

Lisätieto: GLUTEENITON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje	
	1,379 KG	1,200 KG	Munakoiso	KOVERRA HALKAISTUISTA MUNAKOISOISTA SISUS RUOKALUSIKALLA POIS, NIIN ETTÄ SEINÄMÄN PAKSUUS ON N.7 MM. HAKKAA KOVERRETU SISUS TÄYTTEESEEN. PILKO SIPULIT PIENEKSI KUUTIOKSI, SAMOIN TOMAATTI. FREESAA PANNULLA TÄYTEAINEITA JA MAUSTA. PIRSKOTA OLIIVIÖLJYÄ MUNAKOISOILLE JA KYPSENNÄ MUNAKOISOJA PELKILTÄÄN UUNISSA N.10 MIN 200 ASTEESSA. OTA UUNISTA, TÄYTÄ JA LAITA MOZZARELLA-VIIPALEITA PÄÄLLE. TARJOA RISOTTOA SEKÄ KURKKU-KERMAVIILIKASTIKETTA LISÄKKEENÄ. TARJOILE KEITETYN OHRAN KANSSA.	
	0,300 KG	0,300 KG	Sipuli, kuorittu		
	0,040 L	0,040 L	Öljy, oliivi		
	0,040 KG	0,040 KG	Valkosipulimurska		
	0,417 KG	0,400 KG	Tomaatti		
	0,010 KG	0,010 KG	Basilika, tuore		
	0,005 KG	0,005 KG	Suola		
	0,005 KG	0,005 KG	Timjami, kuivattu		
	0,005 KG	0,005 KG	Paprikajauhe		
	0,003 KG	0,003 KG	Pippuri, musta, rouhittu		
	0,200 KG	0,200 KG	Juusto, mozzarella, tuorejuusto		
	Raakapaino yht.: 2,208 KG				Valmistushävikki: 9,42 %
	Saanto yht.: 2,000 KG				Jakeluhävikki: 0,00 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 28

Jogurttikakku hk&si

80 annosta à 60 g (1,00 dl)

Saanto yht.: 5,084 KG (4,444 L)

Hinta: 2,68 /KG (3,07 /L)

Reseptikirja: OPETUS Valmistus-
laite:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 13.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 19.10.2010

Ateriointipäivä: 19.10.2010

Ateriatyyppi: 26 - Jälkiruoka

Ei sovi:

Lisätieto:

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	0,778 KG	0,778 KG	Margariini, laktoositon	Vatkaa margariini ja sokeri valkeaksi vaahdoksi.
	0,889 KG	0,889 KG	Sokeri, hieno talous	
	1,379 KG	1,200 KG	Kananmuna	Lisää kananmunat hyvin sekoittaen.
	1,089 KG	1,089 KG	Jogurtti, luomu	Sekoita leivinjauhe, vehnä jauho ja vaniljasokeri keskenään. Lisää jauhoseos ja jogurtti vuorotellen taikinaan varovasti sekoittaen. Voitele kakkuvuoka ja vuoraa vuoka mantelirouheella. Kaada taikina kakkuvuokaan ja paista SCC:llä 140 asteessa reilu tunti.
	0,031 KG	0,031 KG	Leivinjauhe	
	1,467 KG	1,467 KG	Jauho, vehnä	
	0,022 KG	0,022 KG	Sokeri, vanilja	
	0,333 KG	0,333 KG	Mantelirouhe	
	Raakapaino yht.: 5,809 KG			Valmistushävikki: 12,47 %
	Saanto yht.: 5,084 KG (4,444 L)			Jakeluhävikki: 5,59 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 29

Kreikkalainen sipuli-oliivikeitto hk&si

80 annosta à 260 g (1,00 dl)

Saanto yht.: 21,120 KG (13,333 L)

Hinta: 0,60 /KG (0,95 /L) Re-

septikirja: OPETUS Valmistuslai-
te:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 20.10.2010

Ateriointipäivä: 20.10.2010

Ateriatyyppi: 21 - Lounas

Ei sovi:

Lisätieto: MAIDOTON, GLUTEENITON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	4,431 KG	2,880 KG	Porkkana	Paloittele porkkanat ja suikaloi sipulit. Laita sipulit, porkkanat ja purjot kattilaan ja freesaa ne öljyssä.
	3,908 KG	3,400 KG	Sipuli	
	0,267 KG	0,200 KG	Valkosipuli	
	1,200 KG	1,200 KG	Purjosipuli, hakattu, pakaste	
	0,133 L	0,133 L	Öljy, oliivi	
	13,333 L	13,333 L	Vesi	Lisää kasvien sekaan vesi, valkoviinietikka ja kasvisliemijauhe sekä mausteet. Keitä kypsäksi ja lisää oliivit sekä ruohosipulit viimeisenä. Maista ja lisää tarvittaessa mausteita.
	0,200 L	0,200 L	Viinietikka, valkoinen	
	0,147 KG	0,147 KG	Kasvisliemijauhe	
	0,013 KG	0,013 KG	Pippuri, musta, rouhittu	
	0,027 KG	0,027 KG	Suola	
	0,013 KG	0,013 KG	Chilijauhe	
	0,400 KG	0,400 KG	Ruohosipuli pakaste Dujardin	
	0,293 KG	0,293 KG	Oliivi vihreä viipaloitu	
	Raakapaino yht.: 22,240 KG			Valmistushävikki: 5,04 %
	Saanto yht.: 21,120 KG (13,333 L)			Jakeluhävikki: 1,52 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 30

Oliivileipä hk&si

80 annosta à 30 g (1,00 dl)

Saanto yht.: 2,411 KG (0,952 L)

Hinta: 4,78 /KG (12,11 /L)

Reseptikirja: OPETUS Valmistus-
laite:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 20.10.2010

Ateriointipäivä: 20.10.2010

Ateriatyyppi: 21 - Lounas

Ei sovi:

Lisätieto: MAIDOTON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	0,952 L	0,952 L	Vesi	Liota hiiva kädenlämpöiseen veteen.
	0,048 KG	0,048 KG	Hiiva	
	0,048 KG	0,048 KG	Oliivi musta viipaloitu	Lisää mausteet.
	0,001 KG	0,001 KG	Oregano kuivattu	
	0,014 KG	0,014 KG	Suola	
	1,221 KG	1,221 KG	Jauho, hiivaleipä	Sekoita jauhot vähitellen nesteen sekaan.
	0,013 L	0,013 L	Öljy, oliivi	Lisää öljyt loppuvaiheessa.
	6,568 KG	0,057 KG	Kananmuna	Leivo taikinasta leivät, kohota ja voitele kananmunalla ja ripottele pinnalle seesaminsiemeniä.
	0,057 KG	0,057 KG	Seesaminsiemeniä	
	Raakapaino yht.: 2,411 KG			Valmistushävikki: 0,00 %
	Saanto yht.: 2,411 KG (0,952 L)			Jakeluhävikki: 0,47 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 31

Kreikkalainen pastavuoka-pastitsio hk&si

80 annosta à 300 g (1,00 dl)

Saanto yht.: 24,627 KG (13,333 L)

Hinta: 3,32 /KG (6,13 /L) Re-

septikirja: OPETUS Valmistuslai-
te:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 21.9.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 20.10.2010

Ateriointipäivä: 20.10.2010

Ateriatyyppi: 21 - Lounas

Ei sovi:

Lisätieto: LAKTOOSITON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	4,000 KG	4,000 KG	Makaroni, penne	Keitä pasta suolavedessä
	6,667 KG 0,147 L 0,200 KG 0,533 KG 1,333 KG	6,667 KG 0,147 L 0,200 KG 0,533 KG 1,333 KG	Maitojuoma kevyt laktoositon Öljy, rypsi Suola Jauho, vehnä Juustoraasteseos	Valmista juustokastike: Sekoita Vario Cooking Centerissä öljy ja jauho, lisää maito ja sekoita tasaiseksi. Sekoita kokoajan kunnes kastike on suurustunut. Mausta ja lisää juusto.
	5,333 KG 2,667 KG 5,333 KG 0,013 KG 0,067 KG 0,027 KG	5,333 KG 2,667 KG 5,333 KG 0,013 KG 0,067 KG 0,027 KG	Jauheliha nauta-sika 50/50 10% Sipulikuutio, pakaste Tomaattimurska Rosmariini kuivattu Suola Pippuri, musta, rouhittu	Valmista jauhelihakastike: Ruskista jauheliha Vario Cooking Centerillä ja lisää sipuli. Mausta jauheliha ja lisää tomaattimurska, kiehauta.
	2,667 KG	2,667 KG	Juustoraasteseos	Kokoa vuoka: Sekoita jauheliha ja pasta keskenään, lisää voideltuun vuokaan. Kaada kastike päälle, sekoita ja ripottele päälle juustoraastetta. Paista SCC:llä 160 asteessa 30 min.
	Raakapaino yht.: 28,987 KG			Valmistushävikki: 15,04 %
	Saanto yht.: 24,627 KG (13,333 L)			Jakeluhävikki: 2,54 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 32

Marinoidut juurekset hk&si

80 annosta à 60 g

Saanto yht.: 4,956 KG

Hinta: 1,89 /KG

Reseptikirja: OPETUS

Valmistuslaite: Kust.paikka:

826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 20.10.2010

Ateriointipäivä: 20.10.2010

Ateriatyyppi: 21 - Lounas

Ei sovi:

Lisätieto: GLUTEENITON, MAIDOTON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	1,252 KG	1,252 KG	Porkkana kuorittu	Lohko vihannekset isoiksi lohkoiksi. Laita ne vuokaan.
	0,832 KG	0,832 KG	Lanttu, kuorittu	
	1,252 KG	1,252 KG	Palsternakka, kuorittu	
	0,667 KG	0,667 KG	Sipuli, puna kuorittu	
	0,768 KG	0,668 KG	Kesäkurpitsa vihreä	
	0,400 L	0,400 L	Öljy, rypsi	Valmista öljystä ja mausteista marinadi, sekoita marinadi kasvien joukkoon. Hauduta vihanneksia SCC:llä 140 asteessa n. 20 minuuttia tai kunnes ne ovat pehmenneet. Lisää tarvittaessa hieman sokeria, jos maku on liian hapan.
	0,012 KG	0,012 KG	Pippuri, musta, rouhittu	
	0,025 KG	0,025 KG	Kasvisliemijauhe	
	0,020 KG	0,020 KG	Valkosipulimurska	
	0,020 KG	0,020 KG	Suola	
	0,012 KG	0,012 KG	Oregano kuivattu	
	0,020 KG	0,020 KG	Sokeri, hieno talous	
	0,042 L	0,042 L	Viinietikka, balsamico	
	Raakapaino yht.: 5,221 KG			Valmistushävikki: 5,08 %
	Saanto yht.: 4,956 KG			Jakeluhävikki: 3,15 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 33

Varhaiskaali-porkkanasalaatti hk&si

80 annosta à 60 g

Saanto yht.: 5,000 KG

Hinta: 1,18 /KG

Reseptikirja: OPETUS

Valmistuslaite: YK

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 20.10.2010

Ateriointipäivä: 20.10.2010

Ateriatyyppi: 23 - Salaattilounas

Ei sovi:

Lisätieto: GLUTEENITON, MAIDOTON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	4,545 KG	3,000 KG	Kaali, valko	Suikaloi kaali ja porkkana yleiskoneella. Suikaloi myös sipuli.
	1,500 KG	1,500 KG	Porkkana kuorittu	
	0,500 KG	0,500 KG	Sipuli, kuorittu	
	0,100 KG	0,100 KG	Mantelilastu	Paahda manteleita uunissa muutama minuutti.
	0,200 L	0,200 L	Öljy, oliivi	Sekoita kastikkeen ainekset. Sekoita kastike kasviksiin, koristele manteleilla.
	0,090 L	0,090 L	Mehu, sitruuna	
	0,050 KG	0,030 KG	Suola	
	Raakapaino yht.: 5,420 KG			Valmistushävikki: 7,75 %
	Saanto yht.: 5,000 KG			Jakeluhävikki: 4,00 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 34

Kreikkalainen perunasalaatti hk&si

80 annosta à 70 g

Saanto yht.: 5,815 KG

Hinta: 2,97 /KG

Reseptikirja: OPETUS

Valmistuslaite: Kust.paikka:

826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 20.10.2010

Ateriointipäivä: 20.10.2010

Ateriatyyppi: 23 - Salaattilounas

Ei sovi:

Lisätieto: LAKTOOSITON & GLUTEENITON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	3,077 KG	3,077 KG	Peruna, kuorittu	Kypsennä, jäähdytä ja pilko perunat.
	0,462 KG	0,462 KG	Sipuli, kevät	Pese ja pilko sipulit.
	0,531 KG	0,462 KG	Sipuli	
	0,615 KG	0,615 KG	Paprikasekoitus, pakaste	Sulata paprikat.
	0,615 KG	0,615 KG	Juusto, feta kuutio, laktoositon	Valuta oliivit ja fetat.
	0,308 KG	0,308 KG	Oliivi musta viipaloitu	
	0,154 L	0,154 L	Mehu, sitruuna	Sekoita kaikki raaka-aineet keskenään. Tarkista maku.
	0,046 L	0,046 L	Öljy, oliivi	
	0,015 KG	0,015 KG	Suola	
	0,062 KG	0,062 KG	Persilja, pakaste Dujardin	
	Raakapaino yht.: 5,815 KG			Valmistushävikki: 0,00 %
	Saanto yht.: 5,815 KG			Jakeluhävikki: 3,70 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 35

Välimeren tuorejuustosalaatti hk&si

80 annosta à 100 g Saanto

yht.: 8,960 KG

Hinta: 3,95 /KG

Reseptikirja: OPETUS

Valmistuslaite:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 20.10.2010

Ateriointipäivä: 20.10.2010

Ateriatyyppi: 23 - Salaattilounas

Ei sovi:

Lisätieto: GLUTEENITON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	1,954 KG	1,661 KG	Salaatti, jäävuori	PESE JA PILKO SALAATIT. PALOITTELE JUUSTO JA TOMAATIT. SEKOITA PAPRIKASALAATTI MUIDEN AINESTEN KANSSA. JÄTÄ KOTIJUUSTO PÄÄLLIMMÄISEKSI. KORISTELE PINJANSIEMENILLÄ.
	0,416 KG	0,416 KG	Salaatti, lollorosso	
	1,246 KG	1,246 KG	Juusto, koti	
	0,865 KG	0,830 KG	Tomaatti	
	0,578 KG	0,578 KG	Paprikasalaatti	
	0,060 KG	0,060 KG	Pinjansiemen	
	2,286 KG	2,286 KG	Jogurtti, luomu	VALMISTA KASTIKE. HIENONNA OLIIVIT TEHOSEKOITTIMESSA. LISÄÄ JOGURTTI JA HUNAJA SEKÄ VIIMEISEKSI TUORE OREGANO SILPPU.
	1,143 KG	1,143 KG	Oliivi musta kivetön	
	0,171 KG	0,171 KG	Hunaja, juokseva luomu	
	0,571 KG	0,571 KG	Oregano tuore	
	Raakapaino yht.: 8,962 KG			Valmistushävikki: 0,02 %
	Saanto yht.: 8,960 KG			Jakeluhävikki: 10,71 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 37

Kreikan mummon muikut hk&si

10 annosta à 400 g Saanto

yht.: 4,045 KG

Hinta: 3,22 /KG

Reseptikirja: OPETUS

Valmistuslaite:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 20.10.2010

Ateriointipäivä: 20.10.2010

Ateriatyyppi: 24 - Suositus

Ei sovi:

Lisätieto: VÄHÄLAKTOOSINEN

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	1,875 KG	1,500 KG	Muikku	Pyörittele muikut ruisjauhoissa ja paista ne pannulla voissa. Mausta suolalla ja pippurilla.
	0,350 KG	0,350 KG	Jauho, ruis luomu	
	0,002 KG	0,002 KG	Suola	
	0,001 KG	0,001 KG	Pippuri, musta, rouhittu	
	0,300 KG	0,300 KG	Voi, vähäsuolainen, vähälaktoosinen	
	0,525 KG	0,525 KG	Kermaviili, Laktoositon, 5kg	Valmista kastike sekoittamalla kaikki ainekset keskenään.
	0,004 KG	0,004 KG	Oregano kuivattu	
	0,020 L	0,020 L	Mehu, sitruunätäysmehu	
	0,030 KG	0,030 KG	Suola	
	0,005 KG	0,005 KG	Pippuri, musta, rouhittu	
	1,020 KG	1,020 KG	Peruna kuorittu muusi	Valmista muusi. Keitä perunat kypsiksi. Kaada vesi pois ja soseuta perunat. Lisää vesi ja maitojauhe sekä vähämausteet. Lisää öljy ohuena nauhana koko ajan sekoittaen.
	0,016 KG	0,016 KG	Maitojauhe rasvaton laktoosinen	
	0,215 L	0,215 L	Vesi	
	0,002 KG	0,002 KG	Valkosipulimurska	
	0,002 KG	0,002 KG	Sokeri, hieno talous	
	0,049 L	0,039 L	Öljy, oliivi	
	0,010 L	0,010 L	Viinietikka, valkoinen	
	0,005 KG	0,005 KG	Suola	
Raakapaino yht.:	4,045 KG			Valmistushävikki: 0,01 %
Saanto yht.:	4,045 KG			Jakeluhävikki: 1,11 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 40

Leivitettyt selleripihvit hk&si

10 annosta à 150 g Saanto

yht.: 1,508 KG

Hinta: 2,15 /KG

Reseptikirja: OPETUS

Valmistuslaite:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 12.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 20.10.2010

Ateriointipäivä: 20.10.2010

Ateriatyyppi: 25 - Kasvislounas

Ei sovi:

Lisätieto: MAIDOTON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	1,053 KG	1,053 KG	Selleri, juuri, kuorittu	LEIKKAA SELLEREISTÄ N. SENTIN PAKSUISIA VIIPALEITA. HÖYRYTÄ NE MELKEIN KYPSIKSI ELI N.10 MIN.JÄÄHDYTÄ. LEIVITÄ KANANMUNALLA JA JAUHOSEKSELLÄ. PAISTA RUNSAASSA ÖLJYSSÄ KULLANRUSKEAKSI. MAUSTA . TARJOA COUS COUSSIN JA KASVIKSIEN KERA.
	0,145 KG	0,126 KG	Kananmuna	
	0,105 KG	0,105 KG	Jauho, vehnä	
	0,105 KG	0,105 KG	Jauho, korppujauho	
	0,008 KG	0,008 KG	Suola	
	0,003 KG	0,003 KG	Pippuri, musta, rouhittu	
	0,003 KG	0,003 KG	Timjami, kuivattu	
	0,105 L	0,105 L	Öljy, rypsi	
				.
	Raakapaino yht.: 1,508 KG			Valmistushävikki: 0,00 %
	Saanto yht.: 1,508 KG			Jakeluhävikki: 0,52 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 41

Persikkarahka hk&si

80 annosta à 140 g

Saanto yht.: 11,600 KG

Hinta: 3,22 /KG

Reseptikirja: OPETUS

Valmistuslaite: YK

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 20.10.2010

Ateriointipäivä: 20.10.2010

Ateriatyyppi: 26 - Jälkiruoka

Ei sovi:

Lisätieto: LAKTOOSITON & GLUTEENITON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	3,352 KG	3,352 KG	Kerma, vispi 38% laktoositon	VATKAA KERMA JA SOKERI VAAHDOKSI
	0,837 KG	0,837 KG	Sokeri, hieno talous	
	5,024 KG	5,024 KG	Maitorahka, laktoositon	LISÄÄ RAHKA JA VALUTETUT PERSIKAT. SEKOITA
	4,055 KG	2,352 KG	Persikkakuutio, säilyke	HYVIN
	0,034 KG	0,034 KG	Sokeri, vanilja	LISÄÄ VANILJASOKERI,KARDEMUMMA . SEKOITA
	0,010 KG	0,010 KG	Kardemumma	JA TARKISTA MAKU.
	Raakapaino yht.: 11,609 KG			Valmistushävikki: 0,08 %
	Saanto yht.: 11,600 KG			Jakeluhävikki: 3,45 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 42

Maalaiskeitto hk&si

80 annosta à 250 g (1,00 dl)

Saanto yht.: 20,520 KG (5,333 L)

Hinta: 1,35 /KG (5,18 /L)

Reseptikirja: OPETUS Valmistuslaine:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 21.10.2010

Ateriointipäivä: 21.10.2010

Ateriatyyppi: 21 - Lounas

Ei sovi:

Lisätieto: MAIDOTON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	0,533 KG	0,533 KG	Makaroni, kierre	Keitä kasvisliemivedessä pastat ja kasvikset.
	2,373 KG	2,373 KG	Juuressekoitus keittojuures pakaste	
	0,053 KG	0,053 KG	Kasvisliemijauhe	
	13,333 L	13,333 L	Vesi	
	1,147 KG	1,147 KG	Sipuli, kuorittu	Pilko sipulit ja kaalit.
	2,020 KG	1,333 KG	Kaali, puna	
	2,667 KG	2,133 KG	Jauheliha nauta-sika 50/50 10%	Ruskista jauheliha Vario Cooking Centerillä, lisää sipulit ja kaalit, tomaattipyre ja mausteet. Lisää seos liemeen, kiehauta ja tarkista maku.
	0,133 L	0,133 L	Öljy, oliivi	
	0,080 KG	0,080 KG	Valkosipulimurska	
	0,267 KG	0,267 KG	Tomaattipyree	
	0,080 KG	0,080 KG	Pippuri, musta, rouhittu	
	0,069 KG	0,067 KG	Suola	
	0,037 KG	0,037 KG	Pippuri, cayenne	
	0,027 KG	0,027 KG	Rosmariini kuivattu	
	Raakapaino yht.: 21,597 KG			Valmistushävikki: 4,99 %
	Saanto yht.: 20,520 KG (5,333 L)			Jakeluhävikki: 2,53 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 43

Kreikkalainen kana-kasviskastike hk&si

80 annosta à 150 g (1,00 dl)

Saanto yht.: 12,517 KG (6,154 L)

Hinta: 3,97 /KG (8,07 /L)

Reseptikirja: OPETUS Valmistuslai-
te:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 11.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 21.10.2010

Ateriointipäivä: 21.10.2010

Ateriatyyppi: 21 - Lounas

Ei sovi:

Lisätieto: GLUTEENITON, MAIDOTON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	0,092 L	0,092 L	Öljy, rypsi	Kuullota sipulit ja kypsennä broilersuikaleet öljyssä.
	0,991 KG	0,991 KG	Sipuli, kuorittu	
	0,074 KG	0,074 KG	Valkosipulimurska	
	2,462 KG	2,462 KG	Broiler fileesuikale, maustamaton	
	0,757 KG	0,757 KG	Porkkana kuorittu	Suikaloi porkkanat ja lisää paprika sekä porkkanasuikale broilerin joukkoon. Lisää loput ainekset ja mausteet.
	0,714 KG	0,714 KG	Paprikasekoitus, pakaste	
	0,821 KG	0,615 KG	Hillosipuli	
	0,879 KG	0,615 KG	Herkkusienisäilyke, viipale	
	0,015 KG	0,015 KG	Curry	
	0,006 KG	0,006 KG	Pippuri, viher	
	0,006 KG	0,006 KG	Inkivääri jauhettu	
	0,006 KG	0,006 KG	Kardemumma	
	0,332 KG	0,332 KG	Hunaja, juokseva luomu	
	0,031 L	0,031 L	Kanaliemijauhe	
	2,462 KG	2,462 KG	Kookosmaito	Lisää aineiden joukkoon kookosmaito ja vesi. Kuumenna kastike.
	3,692 L	3,692 L	Vesi	
	0,185 KG	0,185 KG	Maissitärkkelys	Suurusta kastike tekemällä appelsiinimehusta ja Maizenasta suuruste. Koristele tuoreella rakuunalla.
	0,615 L	0,615 L	Mehu, appelsiinitäys, tiiviste	
	0,246 KG	0,246 KG	Rakuuna, tuore	
	Raakapaino yht.: 13,917 KG			Valmistushävikki: 10,06 %
	Saanto yht.: 12,517 KG (6,154 L)			Jakeluhävikki: 4,13 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 44

Pitaleipä hk&si

80 annosta à 50 g (1,00 dl)

Saanto yht.: 4,000 KG (5,000 L)

Hinta: 0,67 /KG (0,54 /L)

Reseptikirja: OPETUS Valmistus-
laite:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 21.9.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 21.10.2010

Ateriointipäivä: 21.10.2010

Ateriatyyppi: 21 - Lounas

Ei sovi:

Lisätieto: MAIDOTON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	0,100 KG	0,100 KG	Hiiva	Sekoita kädenlämpöiseen veteen hiiva, öljy, sokeri ja suola.
	1,500 L	1,500 L	Vesi	
	0,143 L	0,143 L	Öljy, oliivi	
	0,043 KG	0,043 KG	Sokeri, hieno talous	
	0,033 KG	0,033 KG	Suola	
	2,250 KG	2,250 KG	Jauho, hiivaleipä	Lisää joukkoon jauhot ja alusta huolella. Anna taikinän kohota hyvin. Leivo taikinasta 200 gramman painoisia mahdollisimman ohuita isoja leipiä. Paista SCC:llä 230 asteessa n. 6 minuuttia. Leipä kohoaa taskulliseksi ja on väriltään kauniin ruskea. Leikkaa leivät neljään osaan ennen tarjolle panoa.
	Raakapaino yht.: 4,068 KG			Valmistushävikki: 1,66 %
	Saanto yht.: 4,000 KG (5,000 L)			Jakeluhävikki: 0,00 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 45

Pinaattiriisi hk&si

80 annosta à 180 g

Saanto yht.: 14,400 KG

Hinta: 0,72 /KG

Reseptikirja: OPETUS

Valmistuslaite:

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 21.10.2010

Ateriointipäivä: 21.10.2010

Ateriatyyppi: 21 - Lounas

Ei sovi:

Lisätieto: MAIDOTON, GLUTEENITON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	4,800 KG	4,800 KG	Riisi, pitkäjyväinen	LAITA VESI, SUOLA JA RIISIT 1/1 GN-VUOKAAN. LAITA VUOKA SCC-UUNIIN JA VALITSE HÖYRY 50%- PAISTO 50%-OHJELMA 160°C JA 34 MIN TAI KEITÄ RIISINKEITTO-OHJELMALLA n.40min.
	9,600 L	9,600 L	Vesi	
	0,096 KG	0,096 KG	Suola	
	0,267 L	0,267 L	Öljy, oliivi	Lisää kypsään riisiin sulatettu pinaatti ja oliiviöljy.
	1,067 KG	0,889 KG	Pinaatti pakaste hienonn.	
	Raakapaino yht.: 15,652 KG			Valmistushävikki: 8,00 %
	Saanto yht.: 14,400 KG			Jakeluhävikki: 0,00 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 46

Pestovihannekset hk&si

80 annosta à 60 g (1,00 dl)

Saanto yht.: 4,989 KG (7,273 L)

Hinta: 2,54 /KG (1,74 /L)

Reseptikirja: OPETUS Valmistus-
laite:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 22.9.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 21.10.2010

Ateriointipäivä: 21.10.2010

Ateriatyyppi: 21 - Lounas

Ei sovi:

Lisätieto: GLUTEENITON, MAIDOTON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	4,364 KG	4,364 KG	Kasvissekoitus, Aurinkokasvikset	Sekoita kaikki ainekset keskenään. Hauduta SCC:llä 140 asteessa 10 minuuttia.
	0,036 KG	0,036 KG	Valkosipulimurska	
	0,109 L	0,109 L	Öljy, oliivi	
	0,022 KG	0,022 KG	Suola	
	0,022 KG	0,022 KG	Pippuri, musta, rouhittu	
	0,109 L	0,109 L	Viinietikka, balsamico	
	0,327 KG	0,327 KG	Pesto	
	Raakapaino yht.: 4,989 KG			Valmistushävikki: 0,00 %
	Saanto yht.: 4,989 KG (7,273 L)			Jakeluhävikki: 3,79 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöhje

28.10.2010

Sivu: 47

KREIKKALAINEN SALAATTI, TALLI

80 annosta à 90 g

Saanto yht.: 8,390 KG

Hinta: 4,42 /KG

Reseptikirja: LOUNAS

Valmistuslaite: Kust.paikka:

826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 21.10.2010

Ateriointipäivä: 21.10.2010

Ateriatyyppi: 23 - Salaattilounas

Ei sovi:

Lisätieto: LAKTOOSITON, GLUTEENITON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työhje
	2,359 KG	2,005 KG	Salaatti, jäävuori	PALOITTELE SALAATTI. TOMAATIT JA KURKUT. VIIPALOI SIPULI OHUEKSI.LAITA AINEKSET KERROKSITTAIN TARJOILUASTIAAN, OLIIVIT JA SIPULIT PÄÄLLE.
	1,566 KG	1,504 KG	Tomaatti	
	1,671 KG	1,504 KG	Kurkku	
	0,752 KG	0,752 KG	Sipuli, kuorittu	
	0,752 KG	0,752 KG	Oliivi musta kivetön	
	2,000 KG	2,000 KG	Juusto, feta kuutio, laktoositon	
	0,226 L	0,226 L	Öljy, oliivi	SEKOITA SALAATTIKASTIKKEEN AINEKSET KESKENÄÄN. NOSTELE SALAATTIAINEKSET SEKAISIN KASTIKKEEN KANSSA. JÄTÄ OSA SALAATTIJUUSTOSTA SALAATIN PÄÄLLE.
	0,075 L	0,075 L	Viinietikka, valkoinen	
	0,080 KG	0,038 KG	Valkosipuli	
			Rakuuna kuivattu	
	0,038 KG	0,038 KG	Suola	
	0,015 KG	0,015 KG	Sokeri, hieno talous	
	Raakapaino yht.: 8,906 KG			Valmistushävikki: 5,80 %
	Saanto yht.: 8,390 KG			Jakeluhävikki: 14,18 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 48

Papusalaatti hk&si

80 annosta à 70 g

Saanto yht.: 5,627 KG

Hinta: 2,62 /KG

Reseptikirja: OPETUS

Valmistuslaite: Kust.paikka:

826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 21.10.2010

Ateriointipäivä: 21.10.2010

Ateriatyyppi: 23 - Salaattilounas

Ei sovi:

Lisätieto: MAIDOTON & GLUTEENITON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	1,600 KG	1,600 KG	Papu, kidney, säilyke	Valuta kidneypavut hyvin.
	1,600 KG	1,600 KG	Papu, pakaste	Sulata pakastepavut.
	0,800 KG	0,800 KG	Paprikasekoitus, pakaste	Sulata paprikasuikaleet.
	0,920 KG	0,800 KG	Sipuli, puna	Suikaloi punasipulit.
	0,064 KG	0,064 KG	Valkosipulimurska	Sekoita kaikki kastikkeen ainekset ja lisää ne salaattiaainesten joukkoon. Tarkista maku!
	0,160 L	0,160 L	Viinietikka, balsamico	
	0,128 KG	0,096 KG	Sokeri, hieno talous	
	0,640 L	0,480 L	Öljy, oliivi	
	0,016 KG	0,016 KG	Suola	
	0,112 KG	0,011 KG	Pippuri, musta, rouhittu	
	Raakapaino yht.: 5,627 KG			Valmistushävikki: 0,00 %
	Saanto yht.: 5,627 KG			Jakeluhävikki: 0,48 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 49

Katkarapusalaatti hk&si

80 annosta à 70 g

Saanto yht.: 6,240 KG

Hinta: 3,73 /KG

Reseptikirja: OPETUS

Valmistuslaite: Kust.paikka:

826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 21.10.2010

Ateriointipäivä: 21.10.2010

Ateriatyyppi: 23 - Salaattilounas

Ei sovi:

Lisätieto: MAIDOTON & GLUTEENITON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	2,286 KG	2,286 KG	Peruna, kuorittu	Kypsennä, jäähdytä ja pilko perunat.
	1,143 KG 1,633 KG	1,143 KG 1,143 KG	Katkarapu, kuorittu pakaste Suolakurkku, venäläinen	Pilko suolakurkku ja sulata katkaravut.
	0,305 KG 0,571 KG 0,343 L 0,057 KG 0,011 KG 0,114 L	0,229 KG 0,571 KG 0,343 L 0,057 KG 0,011 KG 0,114 L	Tilli, tuore Majoneesi kevyt Suolakurkunliemi Suola Pippuri, valko jauhettu Mehu, sitruuna	Valmista kastike sekoittamalla kaikki aineet keskenään tasaiseksi. Sekoita kaikki salaatin ainekset keskenään. Anna maustua.
	0,571 KG	0,343 KG	Sitruuna	Koristele sitruunalohkoilla.
	Raakapaino yht.: 6,240 KG			Valmistushävikki: 0,00 %
	Saanto yht.: 6,240 KG			Jakeluhävikki: 10,26 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 52

Souvlaki-lampaanlihavarras hk&si

10 annosta à 300 g Saanto

yht.: 3,000 KG

Hinta: 5,05 /KG

Reseptikirja: OPETUS

Valmistuslaite:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 21.10.2010

Ateriointipäivä: 21.10.2010

Ateriatyyppi: 24 - Suositus

Ei sovi:

Lisätieto: MAIDOTON, GLUTEENITON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	1,500 KG	1,500 KG	Lampaan paisti	Leikkaa liha 2x2 kuutioiksi. Mausta suolalla ja pippurilla.
	0,345 KG	0,300 KG	Munakoiso	Pilko kasvikset 2X2 kuutioiksi. Aseta kasvikset ja lihat grillivartaaseen (annokseen 150g lihaa ja 150g kasviksia)
	0,345 KG	0,300 KG	Kesäkurpitsa vihreä	
	0,375 KG	0,300 KG	Paprika, punainen	
	0,375 KG	0,300 KG	Paprika, vihreä	
	0,300 KG	0,300 KG	Sipuli, kuorittu	
	0,020 L	0,020 L	Öljy, oliivi	Valmista grillauskastike sekoittamalla kaikki ainekset keskenään. Valele kastiketta vartaiden päälle. Kypsennä vartaat SCC:ssä grillauspellillä 160 asteessa noin 15-20 min. HUOM! Lihat ja kasvikset voi esikypsentää ja laittaa sen jälkeen vartaaseen ja lämmitää juuri ennen tarjoilua.
	0,010 KG	0,010 KG	Grillausmauste, jauhe	
	0,010 L	0,010 L	Viinietikka, balsamico	
	0,050 KG	0,050 KG	Valkosipulimurska	
	0,020 KG	0,020 KG	Suola	
	0,010 KG	0,010 KG	Pippuri, musta, rouhittu	
	Raakapaino yht.: 3,120 KG			Valmistushävikki: 3,85 %
	Saanto yht.: 3,000 KG			Jakeluhävikki: 0,00 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 53

Kreikkalainen pinaatti-juustopiirakka hk&si

10 annosta à 200 g (1,00 dl)

Saanto yht.: 2,146 KG (0,833 L)

Hinta: 2,37 /KG (6,10 /L)

Reseptikirja: OPETUS Valmistus-
laite:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 21.9.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 21.10.2010

Ateriointipäivä: 21.10.2010

Ateriatyyppi: 25 - Kasvislounas

Ei sovi:

Lisätieto: LAKTOOSITON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	0,250 L	0,250 L	Vesi	Sekoita kädenlämpöiseen veteen hiiva, suola ja öljy. Lisää jauhot ja alusta taikina kimmoisaksi. Kohota taikina hyvin. Valmista sillävälän piirakan täyte.
	0,021 KG	0,021 KG	Hiiva	
	0,003 KG	0,003 KG	Suola	
	0,042 L	0,042 L	Öljy, oliivi	
	0,391 KG	0,391 KG	Jauho, hiivaleipä	
	0,431 KG	0,375 KG	Sipuli	Hienonna sipulit ja kuullota ne. Lisää pakaste pinaatit ja valkosipulit joukkoon. Sekoittele niin kauan, että neste on haihtunut. Taputtele tai kauli kohonnut taikaina leivinpaperin päälle pellille, nosta taikinaa myös vähän reunoille. Anna taikinan vielä vähän kohota pellillä.
	0,011 KG	0,011 KG	Valkosipulimurska	
	0,018 L	0,018 L	Öljy, rypsi	
	0,188 KG	0,188 KG	Pinaatti pakaste hienonn.	
	0,263 KG	0,229 KG	Kananmuna	Valmista munamaito. Riko kananmunat ja vatkaa niiden rakenne rikki. Lisää joukkoon kerma ja mausteet sekä fetajuusto. Levitä pinaattitäyte pellille tasaisesti ja kaada munamaito täytteen päälle. Paista SCC:llä 150 asteessa 40 minuuttia.
	0,500 KG	0,500 KG	Kerma, ruoka 15% laktoositon	
	0,004 KG	0,004 KG	Oregano kuivattu	
	0,004 KG	0,004 KG	Pippuri, musta, rouhittu	
	0,225 KG	0,225 KG	Juusto, feta kuutio, laktoositon	
	Raakapaino yht.: 2,259 KG			Valmistushävikki: 5,02 %
	Saanto yht.: 2,146 KG (0,833 L)			Jakeluhävikki: 6,80 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 54

Lämmin salaatti hk&si

10 annosta à 105 g (1,00 dl)

Saanto yht.: 1,063 KG (1,000 L)

Hinta: 1,95 /KG (2,08 /L)

Reseptikirja: OPETUS Valmistus-
laite:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 22.9.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 21.10.2010

Ateriointipäivä: 21.10.2010

Ateriatyyppi: 25 - Kasvislounas

Ei sovi:

Lisätieto: GLUTEENITON, MAIDOTON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	0,303 KG	0,303 KG	Peruna, kuorittu	Keitä perunat kypsiksi. Leikkaa sipuli puolikkaiksi renkaiksi sillä aikaa kun perunat kypsyvät, viipaloi purjosipuli ja lohko kirsikkatomaatit kahtia.
	0,152 KG	0,152 KG	Sipuli, kuorittu	
	0,168 KG	0,152 KG	Purjosipuli	
	0,216 KG	0,152 KG	Maustekurkkukuutio	
	0,152 KG	0,152 KG	Papu, pakaste	
	0,091 KG	0,091 KG	Tomaatti, kirsikkatomaatti pun.	
	0,030 L	0,030 L	Öljy, oliivi	Valmista kastike sekoittamalla kaikki ainekset keskenään.
	0,010 L	0,010 L	Viinietikka, valkoinen	
	0,005 L	0,005 L	Mehu, sitruunatäysmehu	Kuumenna salaatti pannulla. Pirskottele kastiketta valmiin annoksen päälle.
	0,005 KG	0,005 KG	Pippuri, musta, rouhittu	
	0,005 KG	0,005 KG	Suola	
	0,003 KG	0,003 KG	Sokeri, hieno talous	
	0,005 KG	0,005 KG	Yrttimauste, kuivattu	
	Raakapaino yht.: 1,063 KG			Valmistushävikki: 0,00 %
	Saanto yht.: 1,063 KG (1,000 L)			Jakeluhävikki: 1,22 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 55

Hunaja-jogurttihedelmät hk&si

80 annosta à 120 g Saanto

yht.: 9,714 KG

Hinta: 2,54 /KG

Reseptikirja: OPETUS

Valmistuslaite:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 22.9.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 21.10.2010

Ateriointipäivä: 21.10.2010

Ateriatyyppi: 26 - Jälkiruoka

Ei sovi:

Lisätieto: GLUTEENITON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	5,714 KG	5,714 KG	Jogurtti, luomu	Sekoita sokeri jogurttiin. Kokoja tarjoiluastiaan kaikki raaka-aineet kerroksittain. Koristele
	0,571 KG	0,571 KG	Hunaja, juokseva luomu	
	0,571 KG	0,571 KG	Sokeri, hieno talous	
	4,926 KG	2,857 KG	Hedelmäsalaatti eksoottinen so- keriliemessä	
Raakapaino yht.: 9,714 KG				Valmistushävikki: 0,00 %
Saanto yht.: 9,714 KG				Jakeluhävikki: 1,18 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 56

Papukeitto hk&si

120 annosta à 200 g Saanto

yht.: 24,000 KG

Hinta: 1,41 /KG

Reseptikirja: OPETUS

Valmistuslaite:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 22.10.2010

Ateriointipäivä: 22.10.2010

Ateriatyyppi: 21 - Lounas

Ei sovi:

Lisätieto: MAIDOTON, GLUTEENITON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	1,034 KG	0,900 KG	Sipuli	Kuullota sipulit ja kuutioidut porkkanat öljyssä. Lisää tomaattimurska.
	2,880 KG	2,880 KG	Porkkana kuorittu	
	0,012 KG	0,012 KG	Valkosipulimurska	
	0,600 L	0,240 L	Öljy, oliivi	
	4,800 KG	4,800 KG	Tomaattimurska	
	0,120 KG	0,120 KG	Kasvisliemijauhe	Lisää vesi ja kasvisliemijauhe
	12,000 L	12,000 L	Vesi	
	0,060 KG	0,060 KG	Basilika, kuivattu	Lisää mausteet. Kypsennä kunnes porkkanat ovat lähes kypsiä. Lisää selleri.
	0,060 KG	0,060 KG	Oregano kuivattu	
	0,060 KG	0,060 KG	Timjami, kuivattu	
	0,060 KG	0,060 KG	Laakerinlehti	
	1,600 KG	1,200 KG	Selleri, varsi	
	3,000 KG	3,000 KG	Papu, kidney, säilyke	Lisää pavut ihan viimeisenä ja tarkista maku.
	Raakapaino yht.: 25,392 KG			Valmistushävikki: 5,48 %
	Saanto yht.: 24,000 KG			Jakeluhävikki: 0,00 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 57

Moussaka hk&si

120 annosta à 200 g Saanto

yht.: 24,900 KG

Hinta: 2,46 /KG

Reseptikirja: OPETUS

Valmistuslaite:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 12.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 22.10.2010

Ateriointipäivä: 22.10.2010

Ateriatyyppi: 21 - Lounas

Ei sovi:

Lisätieto: VÄHÄLAKTOOSINEN, GLUTEENTON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	0,300 KG	0,300 KG	Maitojauhe rasvaton vähälaktoosinen	Valmista ensin valkokastike: Valmista maito sekoittamalla vesi maitojauheeseen. Sekoita maizena pieneen määrään vettä, lisää loput maidot ja kuumenna kunnes seos on sakeaa. Lisää kerma, öljy ja muut aineet. Tarkista maku.
	5,000 L	5,000 L	Vesi	
	0,600 KG	0,600 KG	Maissitärkkelys	
	2,500 KG	2,500 KG	Kerma, ruoka 15% laktoositon	
	0,010 KG	0,010 KG	Pippuri, viher	
	0,010 KG	0,010 KG	Oregano kuivattu	
	0,025 KG	0,025 KG	Muskotti, jauhettu	
	0,025 KG	0,025 KG	Suola	
	0,025 KG	0,025 KG	Pippuri, musta, rouhittu	
	0,250 L	0,250 L	Öljy, oliivi	
	3,500 KG	3,500 KG	Jauheliha nauta-sika 50/50 10%	Ruskista jauheliha öljyssä. Lisää sipulit, kuullota ja lopuksi mausteet sekä tomaattimurska. Kiehauta 10 min.
	0,100 L	0,100 L	Öljy, oliivi	
	1,000 KG	1,000 KG	Sipuli, kuorittu	
	0,100 KG	0,100 KG	Valkosipulimurska	
	2,000 KG	2,000 KG	Tomaattimurska	
	0,050 KG	0,050 KG	Suola	
	0,025 KG	0,025 KG	Pippuri, musta, rouhittu	
	4,023 KG	3,500 KG	Munakoiso	Viipaloi munakoisot, perunat ja kesäkurpitsat.
	5,000 KG	5,000 KG	Peruna, kuorittu	
	4,023 KG	3,500 KG	Kesäkurpitsa vihreä	
	0,200 KG	0,150 KG	Persilja	Valmista laatikko sekoittamalla kasvikset ja jauhelihat voideltuun vuokaan. Lisää päälle valkokastike. Paista SCC:ssä 140 asteessa noin 45 minuuttia. Koristele pilkotulla persiljalla ennen tarjoilua.
	Raakapaino yht.: 27,670 KG			Valmistushävikki: 10,01 %
	Saanto yht.: 24,900 KG			Jakeluhävikki: 3,61 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 58

Hunajaporkkanat hk&si

120 annosta à 40 g Saanto

yht.: 4,896 KG

Hinta: 1,19 /KG

Reseptikirja: OPETUS

Valmistuslaite: YU

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 22.10.2010

Ateriointipäivä: 22.10.2010

Ateriatyyppi: 21 - Lounas

Ei sovi:

Lisätieto: GLUTEENITON, MAIDOTON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	4,800 KG	4,800 KG	Porkkana, pikku	Mausta porkkanat rakuunalla ja hunajalla. Kypsennä porkkanat keitto-ohjelmalla yhdistelmäuunissa 100°C.
	0,012 KG	0,012 KG	Suola	
	0,024 KG	0,024 KG	Rakuuna kuivattu	
	0,060 KG	0,060 KG	Hunaja, juokseva luomu	
	Raakapaino yht.: 4,896 KG			Valmistushävikki: 0,00 %
	Saanto yht.: 4,896 KG			Jakeluhävikki: 1,96 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 59

Munakoisosalaatti hk&si

120 annosta à 85 g (1,00 dl)

Saanto yht.: 10,234 KG (8,571 L)

Hinta: 2,97 /KG (3,55 /L)

Reseptikirja: OPETUS Valmistuslaine:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 22.10.2010

Ateriointipäivä: 22.10.2010

Ateriatyyppi: 23 - Salaattilounas

Ei sovi:

Lisätieto: MAIDOTON, GLUTEENITON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	3,862 KG 0,043 KG 0,086 L	3,360 KG 0,043 KG 0,086 L	Munakoiso Suola Öljy, oliivi	Leikkaa munakoisot puolikuun muotoiseksi ja laita ne GN-vuokaan. Kaada niiden päälle öljyä ja ripottele suolaa. Asettele ne niin, että ne eivät ole päällekkäin. Paista SCC:llä 200 asteessa noin 5 minuuttia.
	3,214 KG 2,143 KG 1,369 KG	3,086 KG 1,714 KG 1,191 KG	Tomaatti Paprika, vihreä Sipuli	Lohko tomaatit, suikaloi paprikat ja sipulit. Sekoita munakoisoviipaleet muiden kasvisten kanssa sekaisin.
	0,086 KG 0,377 L 0,009 KG 0,009 KG 0,317 L 0,086 KG	0,086 KG 0,377 L 0,009 KG 0,009 KG 0,317 L 0,043 KG	Valkosipulimurska Mehu, sitruuna Pippuri, musta, rouhittu Pippuri, rose Öljy, oliivi Persilja, pakaste Dujardin	Sekoita kastikkeen ainekset keskenään sekaisin ja kaada kastike salaatin päälle. Sekoita salaatti ja kastike hyvin. Koristele persiljalla.
	Raakapaino yht.: 10,320 KG			Valmistushävikki: 0,83 %
	Saanto yht.: 10,234 KG (8,571 L)			Jakeluhävikki: 0,34 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 60

Hedelmäinen punakaalisalaatti hk&si

120 annosta à 70 g

Saanto yht.: 8,700 KG (6,000 L)

Hinta: 1,97 /KG (2,85 /L)

Reseptikirja: OPETUS Valmistus-
laite:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 22.10.2010

Ateriointipäivä: 22.10.2010

Ateriatyyppi: 23 - Salaattilounas

Ei sovi:

Lisätieto: GLUTEENITON, LAKTOOSITON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	0,300 L	0,300 L	Glögitiiviste pun. Marli 5l	Valmista ensi marinadi: Sekoita kattilaan kaikki raaka-aineet ja kuumenna kunnes hyytelö on täysin sulanut. Anna hieman jäähtyä.
	0,030 KG	0,030 KG	SAMBAL OELEK	
	0,300 L	0,300 L	Vesi	
	0,300 L	0,300 L	Viinietikka, punainen	
	0,780 KG	0,780 KG	Mustaherukkahyytelö	
	1,200 KG	1,200 KG	Sipuli, puna kuorittu	Suikaloi kaali ja sipuli. Sekoita raaka-aineet keskenään, mausta suolalla ja pippurilla. Lisää lopuksi marinadi ja anna maustua yön yli.
	4,200 KG	4,200 KG	Kaali, puna	
	1,290 KG	1,290 KG	Omenakuutio, pakaste	
	0,270 KG	0,270 KG	Rusina	
	0,018 KG	0,018 KG	Pippuri, musta, rouhittu	
	0,150 KG	0,015 KG	Suola	
	Raakapaino yht.: 8,703 KG			Valmistushävikki: 0,03 %
	Saanto yht.: 8,700 KG (6,000 L)			Jakeluhävikki: 3,45 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 61

Kanamunasalaatti hk&si

120 annosta à 80 g

Saanto yht.: 9,750 KG (2,500 L)

Hinta: 3,88 /KG (15,12 /L)

Reseptikirja: OPETUS Valmistus-
laite:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 21.9.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 22.10.2010

Ateriointipäivä: 22.10.2010

Ateriatyyppi: 23 - Salaattilounas

Ei sovi:

Lisätieto: MAIDOTON & GLUTEENITON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	2,874 KG	2,500 KG	Kanamuna	Keitä kananmunat SCC:llä höyry-toiminnolla 10minuuttia. Jäähdytä, kuori ja lohko.
	2,500 KG	2,500 KG	Salaatti, jääsalaatti	Pese ja revi salaattit. Viipaloi sipuli.
	2,941 KG	2,500 KG	Salaatti, jäävuori	
	2,874 KG	2,500 KG	Sipuli, puna	
	0,500 L	0,500 L	Öljy, oliivi	Valmista kastike sekoittamalla kaikki ainekset keskenään.
	0,500 L	0,250 L	Mehu, sitruuna	
	0,018 KG	0,018 KG	Suola	
	0,018 KG	0,018 KG	Pippuri, musta, rouhittu	
	0,167 KG	0,125 KG	Tilli, tuore	Kokoa salaatti tarjoiluvadille, kaada päälle kastike ja koristele tillillä.
Raakapaino yht.:	10,910 KG			Valmistushävikki: 10,63 %
Saanto yht.:	9,750 KG (2,500 L)			Jakeluhävikki: 1,54 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 64

Keftedes lihapullat hk&si

10 annosta à 170 g Saanto

yht.: 1,750 KG

Hinta: 7,97 /KG

Reseptikirja: OPETUS

Valmistuslaite: YU

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 22.10.2010

Ateriointipäivä: 22.10.2010

Ateriatyyppi: 24 - Suositus

Ei sovi:

Lisätieto: MAIDOTON

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	0,035 KG	0,035 KG	Sipuli, kuorittu	Freesaa hienoksi hakattu sipuli pannulla.
	1,160 KG	1,160 KG	Lampaanpaistijauheliha	Laita kaikki aineet yleiskoneen kulhoon ja sekoita hyvin.
	0,001 KG	0,001 KG	Oregano kuivattu	Lisää korppujauhot vähitellen. Tee koekakku ja maista.
	0,001 KG	0,001 KG	Minttu, kuivattu	Lisää tarvittaessa mausteita. Pyöritä pullat ja laita
	0,213 KG	0,186 KG	Kananmuna	pellille aivan vierekkäin (pienenevät paistaessa). Paista
	0,001 KG	0,001 KG	Chilijauhe	pullat SCC:n prog- ohjelmalla; jauhelihapihvit.
	0,002 KG	0,002 KG	Pippuri, musta, rouhittu	
	0,035 L	0,035 L	Punaviini	
	0,012 L	0,012 L	Viinietikka, balsamico	
	0,001 KG	0,001 KG	Basilika, kuivattu	
	0,005 KG	0,005 KG	Sokeri, hieno talous	
	0,003 KG	0,003 KG	Suola	
	0,014 KG	0,014 KG	Liemijauhe, liha knorr	
	0,100 KG	0,100 KG	Jauho, korppujauho	
	0,025 L	0,025 L	Öljy, oliivi	Valmista kastike. Freesaa valkosipulia öljyssä. Lisää
	0,008 KG	0,008 KG	Valkosipulimurska	muut raaka-aineet. Suurusta tarvittaessa.
	0,083 KG	0,083 KG	Tomaattipyree	
	0,167 L	0,167 L	Punaviini	
	0,167 L	0,167 L	Vesi	
	0,017 KG	0,017 KG	Liemijauhe, liha	
	0,001 KG	0,001 KG	Laakerinlehti	
	0,002 KG	0,002 KG	Rosmariini kuivattu	
	0,042 KG	0,042 KG	Sokeri, hieno talous	
	Raakapaino yht.: 2,066 KG			Valmistushävikki: 15,29 %
	Saanto yht.: 1,750 KG			Jakeluhävikki: 2,86 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 66

TÄYTETYT PAPRIKAT,TALLI

10 annosta à 500 g Saanto

yht.: 5,000 KG

Hinta: 1,78 /KG

Reseptikirja: LOUNAS

Valmistuslaite:

Kust.paikka: 826

Tekijä: OPISKELI

Pvm: 8.10.2010

Ruokalista: ks. Koontierittely

Valm.päivä: 22.10.2010

Ateriointipäivä: 22.10.2010

Ateriatyyppi: 25 - Kasvislounas

Ei sovi:

Lisätieto:

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	0,100 L	0,100 L	Öljy, rypsi	TEE KASVISRISOTTO TÄYTTEEKSI: FREESAA RIISI, KASVIKSET JA PYREE KEVYESTI.LISÄÄ TOMAATTIMURSKA, MAUSTEET JA KASVISLIEMI. HAUDUTA KYPSÄKSI.HALKAISE PAPRIKAT PITUUSSUUNTAAN,ÄLÄ OTA KANTTA POIS. LAITA TÄYTE 2 PAPRIKANPUOLIKKAALLE JA PANE JUUSTORAASTETTA PÄÄLLE. HUOM! TÄYTÄ PAPRIKANPUOLIKKAAT TÄYTEEN! PAISTA 200 ASTEESSA N. 10-13 MINUUTIA. TARJOA LISÄNÄ ESIM. SITRUUNAISTA KERMAVIILIKASTIKETTA.
	0,500 KG	0,500 KG	Riisi, risotto	
	0,111 KG	0,100 KG	Purjosipuli	
	0,345 KG	0,300 KG	Kesäkurpitsa vihreä	
	0,010 KG	0,008 KG	Valkosipuli	
	0,050 KG	0,050 KG	Tomaattipyree	
	0,400 KG	0,400 KG	Tomaattimurska	
			Basilika, kuivattu	
			Pippuri, musta, kokonainen	
	2,500 L	2,500 L	Vesi	
			Kasvisliemijauhe	
			Suola	
	0,962 KG	0,846 KG	Paprika, punainen	
	0,500 KG	0,500 KG	Juustoraasteseos	
Raakapaino yht.: 5,304 KG				Valmistushävikki: 5,73 %
Saanto yht.: 5,000 KG				Jakeluhävikki: 0,00 %

MAMK

OPISKELI

Ruokalistan reseptin koontityöohje

28.10.2010

Sivu: 67

Omenapiirakka- milopita hk&si

120 annosta à 100 g

Saanto yht.: 12,000 KG (6,000 L)
 Hinta: 2,36 /KG (4,72 /L) Re-
 septikirja: OPETUS Valmistuslai-
 te:
 Kust.paikka: 826
 Tekijä: OPISKELI
 Pvm: 8.10.2010
 Ruokalista: ks. Koontierittely
 Valm.päivä: 22.10.2010
 Ateriointipäivä: 22.10.2010
 Ateriatyyppi: 26 - Jälkiruoka
 Ei sovi:

Lisätieto:

P	Ostopaino	Käyttöpaino	Raaka-aine	Työohje
	5,232 KG	5,232 KG	Taikinalevy, muro ½ GN	Vuoraa voideltu vuoka murotaikinalevyillä. Säästä puolet.
	0,054 KG	0,054 KG	Jauho, korppujauho	Ripottele levyn päälle korppujauhot
	6,000 KG	6,000 KG	Omenakuutio, pakaste	Sekoita omenien sekaan muut raaka-aineet.
	0,702 KG	0,702 KG	Sokeri, hieno talous	Kaada seos vuokaan muropohjan päälle.
	0,180 L	0,180 L	Mehu, sitruuna	Aseta toinen muropohja päälle ja painele haarukalla reiät.
	0,348 KG	0,348 KG	Hasselpähkinärouhe	
	0,012 KG	0,012 KG	Kaneli jauhettu	Paista SCC:llä 150 asteessa noin 50minuuttia.
Raakapaino yht.:	12,528 KG			Valmistushävikki: 4,21 %
Saanto yht.:	12,000 KG (6,000 L)			Jakeluhävikki: 0,00 %