**Kompendium til Kalkulation**



**Forskellige typer af svind**

**Udskæringssvind**

Ved udskæring af fx helt kogt eller stegt kød til reelle stykker, må der regnes med et svind på 10 – 15%

**Opøsningssvind**

Ved opøsning af diverse tyktflydende retter må der regnes med et svind på 10 – 15%

**Kogesvind**

Magert kød (0-8% fedt) = 15 – 20% svind

Middelfedt kød (8 – 15% fedt) = 20 – 30% svind

Fedt kød (15-40% fedt) = 30 – 40% svind

Fedt bacon/spæk (40 – 50% fedt) = 40 – 50% svind

Kødfars = 10 – 15% svind

Fisk = 10 – 15% svind

**Stegesvind**

Magert kød (0-8% fedt) = 15 – 20% svind

Middelfedt kød (8 – 15% fedt) = 20 – 30% svind

Fedt kød (15-40% fedt) = 30 – 40% svind

Fedt bacon/spæk (40 – 50% fedt) = 40 – 50% svind

Kødfars = 20 - 25% svind

Fisk = 20 - 25% svind

And = ca. 25% af fedtet svinder

Gås = ca. 50% af fedtet svinder

**Bagesvind**

Brød bagt i form: Bagesvind = ca. 10%

Brød bagt uden form: 12% svind

Småbrød: ca. 15% svind

**Rensesvind**

**Kartofler**

Kartofler ca. 25%

**Frugter**

Abrikos ca. 10%

Ananas ca. 40%

Appelsin ca. 30%

Banan ca. 35%

Blomme ca. 8%

Blåbær ca. 2%

Boysenbær ca. 2 – 4%

Brombær ca. 4%

Citron ca. 35%

Clementin ca. 25%

Daddel ca. 15%

Fersken ca. 15%

Figen ca. 0 – 5%

Granatæble ca. 30%

Grapefrugt ca. 35%

Hasselnød ved afskalning ca. 50%

Hindbær ca. 0 – 2%

Hyben ca. 45%

Hyld ca. 6%

Johannesbrød 10 – 20 cm lange frø ca. 5%

Jordbær ca. 4%

Jordnød ved afskalning ca. 30%

Kirsebær ved udstening ca- 15%

Kiwi ca. 15%

Lime ca. 40%

Mango ca. 50% ved udstening

Melon ca. 40%

Oliven ved udstening ca. 20%

Passionsfrugt ca. 30%

Pistacie ca. 15%

Pære ca. 15%

Rabarber ca. 10%

Ribs ca. 4%

Stikkelsbær ca. 15%

Valnød ved afskalning ca. 55%

**Frugt fortsat**

Vandmelon ca. 8%

Vindrue ca. 10%

Æble ca. 20%

**Grønsager**

Agurk ca. 5%

Artiskok ca. 6%

Asier ca. 30%

Asparges, hvide ca. 45%

Asparges, grønne ca. 10%

Aubergine ca. 20%

Avocado ca. 30%

Bladselleri ca. 20%

Blomkål ca. 10%

Broccoli ca. 10%

Bønnespirer ca. 0 – 5%

Champignon ca. 10%

Courgette/squash ca. 20% (skrællet)

Dild ca. 2%

Drueagurk ca. 2%

Fennikel ca. 10%

Græskar ca. 30%

Grønkål ca. 40%

Gulerod ca. 10%

Hvidkål ca. 20%

Hvidløg ca. 10%

Jordskok ca. 30%

Julesalat ca. 15%

Kantarel ca. 10%

Kastanje ca. 15%

Kinakål ca. 5%

Kinaradise ca. 10%

Knudekål ca. 15%

Kålrabi ca. 20%

Løg ca. 10%

Majroe ca. 15%

Majs ca. 65%

Pastinak ca. 20%

Peberfrugt ca. 10%

Peberrod ca. 15%

Persille ca. 5%

Persillerod ca. 20%

Porre ca. 15%

Radise ca. 10%

Rosenkål ca. 20%

Ræddike ca. 10%

Rødbede ca. 20%

Rødkål ca.20%

Salat ca. 10%

Savojkål ca. 15%

Selleri ca. 25%

Skorzonérrod ca. 30%

Spidskål ca. 20%

Spinat ca. 25%

Tang ca. 0 – 2%

Tomat ca. 0 – 2%

Ærter i bælg ca. 60%

Østershat ca. 5%

**Fisk**

Aborre ca. 40%

Fjæsing ca. 40%

Gedde ca. 40%

Havtaske ca. 20% (uden hoved)

Havørred ca. 40%

Hellefisk ca. 30%

Helleflynder ca. 15%

Helt ca. 30%

Hornfisk ca. 40%

Hvilling ca. 40%

Ising ca. 30%

Karpe ca. 35%

Knurhane ca. 45%

Koteletfisk (havkat) ca. 5% (flået uden hoved)

Kuller ca. 40%

Kulmule ca. 30%

Laks ca. 35%

Makrel ca. 35%

Pighaj (kongeål) ca. 10% (flået og udskåret)

Pighvar ca. 40%

Regnbueørred ca. 30%

Rokke ca. 20%

Rødfisk ca. 40%

Rødspætte ca. 30%

Rødtunge ca. 20%

Sandart ca. 35%

Sej ca. 25%

Sild 30%

Skrubbe ca. 30%

Slethvar ca. 30%

Stenbider ca. 50%

Søtunge ca. 20%

Torsk ca. 40%

Tun (sælges udskåret)

Ål ca. 20%

Ålkvabbe ca. 25%

**Skaldyr**

Blæksprutte ca. 10%

Blåmusling ca. 60%

Hummer ca. 70%

Krabbe ca. 85%

Krebs ca. 70%

Rejer ca. 30%

Østers ca. 60%

**Svin - bensvind**

Hoved ca. 65%

Halssnitte ca. 5%

Bov ca. 15%

Nakkekam ca. 5%

Mellemkarm ca. 15%

Mørbradstykke ca. 10%

Mørbrad 0%

Stegeflæsk ca. 15%

Kogeflæsk ca. 10%

Slag ca. 5%

Skinke ca. 15%

Skank ca. 50%

Skinke ca. 15%

Skank ca. 50%

Tæer ca.85%

Ryg ca. 80%

**Kalvekød - bensvind**

Hals og mellemskært ca. 25%

Tykkam ca. 25%

Bov ca. 20%

Bryst ca. 25%

Slag ca. 10%

Kam ca. 20%

Filet ca. 0%

Nyresteg ca. 20%

Kølle ca. 20%

Skank og hale ca. 50%

**Fjerkræ – bensvind**

And ca. 25%

Gås ca. 20%

Høne ca. 40%

Kalkun ca. 30%

Kylling ca. 30%

**Lam – bensvind**

Hals og tykkam ca. 25%

Bov ca. 20%

Bryst ca. 20%

Slag ca. 10%

Ryg ca. 50%

Kølle (m/skank) ca. 30%

**Oksekød – bensvind**

Hals og mellemskært ca. 40%

Tykkam ca. 25%

Tyndbov ca. 10%

Mellembov (knude) ca. 10%

**Oksekød - bensvind**

Marvpibebov (tykbov )ca. 20%

Tværreb ca. 30%

Spidsbryst ca. 10%

Tykbryst ca. 25%

Slag ca. 10%

Højreb ca. 30%

Filet ca. 0%

Mørbrad ca. 0%

Tyndsteg ca. 20%

Tyksteg ca. 20%

Culotte ca. 0%

Halestykke ca. 25%

Klump og muskel ca. 0%

Yderlår, inderlår og lårtunge ca. 0%

Skank og hale ca. 60%

**Udskæringer ses på** <http://www.dk-kogebogen.dk/teknik/udskaeringer-billeder/index_udskaering.php>

Hvis hjemmesiden ikke virker, prøv at google det ☺

**Svind - Formler**

|  |  |
| --- | --- |
| **Formler** | **Eksempler** |
| **Svind %**(urenset vægt – renset vægt) x 100 = svind i % Urenset | **Svind % - Løg**(60 g – 54 g) x 100 % = **10%** 60 g  |
| **Udregning af omregningstal**Urenset vægt = Omregningstal Brugbar vægt | **Udregning af omregningstal – Løg** 60 g\_\_ = **1,111** 54 g  |
| **Konserves omregningstal** Nettovægt\_\_ = Omregningstal Drænet vægt | **Konserves omregningstal - Dåsetomat**400 g = **1,667**240 g |
| **Svind % til omregningstal**\_\_\_\_\_100\_\_\_\_\_\_ = Omregningstal(100 – svind %) | **Svind % til omregningstal – Løg**\_\_\_\_\_100\_\_\_\_\_\_\_ = **1,111** (100 - 10) |
| **Omregningstal til svind %**(Omregningstal -1) x 100 = Svind % Omregningstal | **Omregningstal til svind % - Løg**(1,111 - 1) x 100 = **9,99 = 10%** 1,111 |

**Prisudregning**

[www.rekvipro.dk/site](http://www.rekvipro.dk/site)

Gå ind under Celf sandbox

Login for elever er: elev@rekvipro.dk

Password er **elev2011**

Hvis ikke elev@rekvipro.dk virker, så prøv elev1@rekvipro.dk eller elev2@rekvipro.dk osv. op til 5

Du kan søge på råvarer i søgefeltet

Noter priserne på Excel-arket.