

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 42

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком

Номер рецептуры: 42

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель	40,86	29,4 ¹	4,09	2,94
Зеленый горошек консервированный	15,72	10,2	1,57	1,02
Огурцы соленые	18	14,4	1,8	1,44
Лук репчатый	3,6	3	0,36	0,3
Масло растительное	3,6	3,6	0,36	0,36
Выход		60		6

¹ - масса вареной очищенной свеклы

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	1,05	Ca (мг):	9,55
Жиры (г):	3,71	Mg (мг):	11,23
Углеводы (г):	5,55	Fe (мг):	0,45
Эн.ценность (ккал):	59,7	C (мг):	7,82

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель	68,1	49 ¹	6,81	4,9
Зеленый горошек консервированный	26,2	17	2,62	1,7
Огурцы соленые	30	24	3	2,4
Лук репчатый	6	5	0,6	0,5
Масло растительное	6	6	0,6	0,6
Выход		100		10

¹ - масса вареной очищенной свеклы

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	1,75	Ca (мг):	15,91
Жиры (г):	6,18	Mg (мг):	18,72
Углеводы (г):	9,25	Fe (мг):	0,75
Эн.ценность (ккал):	99,5	C (мг):	13,04

Технология приготовления.

Картофель варят, очищают, нарезают тонкими ломтиками. Соленые огурцы очищают,

нарезают тонкими ломтиками, репчатый лук шинкуют и припускают. К приготовленным овощам добавляют консервированный зеленый горошек, предварительно прокипяченный в собственном соку. Салат заправляют растительным маслом.

Салат укладывают горкой.

Требования к качеству:

Внешний вид: картофель, огурцы нарезаны тонкими ломтиками. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом.

Консистенция: мягкая.

Цвет: свойственный продуктам, входящим в состав блюда.

Вкус: вареного картофеля в сочетании с огурцами солеными, зеленым горошком и растительным маслом.

Запах: свойственный овощам, входящим в состав салата, с ароматом растительного масла.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №12.

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из кукурузы (консервированной)

Номер рецептуры: 12

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2014г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Кукуруза консервированная	79,74	55,8*	7,97	5,58
Сахар	1,2	1,2	0,12	0,12
Масло растительное	3,6	3,6	0,36	0,36
Выход		60		6

* - масса прогретой кукурузы

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	1,73	Ca (мг):	11,2
Жиры (г):	3,71	Mg (мг):	11,78
Углеводы (г):	4,82	Fe (мг):	0,4
Эн.ценность (ккал):	59,58	C (мг):	5,58

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Кукуруза консервированная	132,9	93*	13,29	9,3
Сахар	2	2	0,2	0,2
Масло растительное	6	6	0,6	0,6
Выход		100		10

* - масса прогретой кукурузы

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	2,88	Ca (мг):	18,66
Жиры (г):	6,18	Mg (мг):	19,63
Углеводы (г):	8,04	Fe (мг):	0,66
Эн.ценность (ккал):	99,3	C (мг):	9,3

Технология приготовления.

Консервированную кукурузу прогревают в собственном соку, затем отвар сливают. И заправляют сахаром и растительным маслом.

Требования к качеству:

Внешний вид: кукуруза сохранила форму.

Консистенция: сочная, плотная.

Цвет: свойственный консервированной кукурузе.

Вкус: умеренно сладкий.

Запах: консервированной кукурузы с растительным маслом.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 67

Наименование кулинарного изделия (блюда): Винегрет овощной.
Номер рецептуры: 67

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель	17,34	12,6 ¹	1,73	1,26
Свекла	11,46	9 ¹	1,15	0,9
Морковь	7,56	6 ¹	0,76	0,6
Огурцы соленые	11,28	9	1,13	0,9
Капуста квашеная	12,84	9	1,28	0,9
Лук репчатый	10,74	9	1,07	0,9
Масло растительное	6	6	0,6	0,6
Выход		60		6

¹ - масса вареных очищенных овощей

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	0,84	Ca (мг):	18,72
Жиры (г):	6,02	Mg (мг):	11,7
Углеводы (г):	4,37	Fe (мг):	0,5
Эн.ценность (ккал):	75,06	C (мг):	5,76

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель	28,9	21 ¹	2,89	2,1
Свекла	19,1	15 ¹	1,91	1,5
Морковь	12,6	10 ¹	1,3	1
Огурцы соленые	18,8	15	1,88	1,5
Капуста квашеная	21,4	15	2,14	1,5
Лук репчатый	17,9	15	1,79	1,5
Масло растительное	10	10	1	1
Выход		100		10

¹ - масса вареных очищенных овощей

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	1,4	Ca (мг):	31,2
Жиры (г):	10,04	Mg (мг):	19,5
Углеводы (г):	7,29	Fe (мг):	0,83
Эн.ценность (ккал):	125,1	C (мг):	9,6

Технология приготовления.

Варёные, очищенные картофель, свеклу, морковь, соленые огурцы нарезают ломтиками, лук мелко нарезают, лук припускают или пассируют. Капусту квашеную перебирают.

отжимают. шинкуют.

Нарезанную свеклу заправляют частью растительного масла, предусмотренного по рецептуре, затем все овощи соединяют, заправляют оставшейся частью растительного масла и перемешивают.

Требования к качеству:

Внешний вид: картофель, свекла, морковь, огурцы нарезаны ломтиками, рубленая квашеная капуста отжата от рассола, репчатый лук мелко нарезан, припущен или пассирован, винегрет полит растительным маслом.

Консистенция: капусты, огурцов- хрустящая, картофеля, свеклы, моркови- мягкая,

Цвет: натуральный, свойственный овощам, входящим в состав винегрета.

Вкус: острый, соответствующих овощей, умеренно соленый.

Запах: овощей, растительного масла.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №10.

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из горошка зеленого консервированного

Номер рецептуры: 10

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2014г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Горошек зеленый консервированный	88,59	57,6*	8,86	5,76
Масло растительное	3	3	0,3	0,3
Выход		60		6

* - масса прогретого горошка

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	1,8	Ca (мг):	12,87
Жиры (г):	3,11	Mg (мг):	12,6
Углеводы (г):	3,78	Fe (мг):	0,42
Эн.ценность (ккал):	50,16	C (мг):	6,6

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Горошек зеленый консервированный	147,65	96*	14,77	9,6
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Выход		100		10

* - масса прогретого горошка

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	3,0	Ca (мг):	21,45
Жиры (г):	5,19	Mg (мг):	21
Углеводы (г):	6,3	Fe (мг):	0,7
Эн.ценность (ккал):	83,6	C (мг):	11

Технология приготовления.

Консервированный горошек прогревают в собственном соку, затем отвар сливают. И отпускают с растительным маслом.

Требования к качеству:

Внешний вид: горошек сохранил форму, салат заправлен маслом.

Консистенция: сочная, плотная.

Цвет: свойственный сорту горошка.

Вкус: умеренно соленый, растительного масла, консервированного горошка.

Запах: консервированного зеленого горошка.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №53

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из свеклы с зеленым горошком.

Номер рецептуры: 53

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Свекла	53,76	42,06 ¹	5,38	4,21
Зеленый горошек консервированный	23,1	15	2,31	1,5
Лук репчатый	3,6	3	0,36	0,3
Масло растительное	2,4	2,4	0,24	0,24
Выход		60		6

¹ - масса вареной очищенной свеклы

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	0,99	Ca (мг):	17
Жиры (г):	2,47	Mg (мг):	11,03
Углеводы (г):	4,37	Fe (мг):	0,79
Эн.ценность (ккал):	43,74	C (мг):	4,12

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Свекла	89,6	70,1 ¹	8,96	7,01
Зеленый горошек консервированный	38,5	25	3,85	2,5
Лук репчатый	6	5	0,6	0,5
Масло растительное	4	4	0,4	0,4
Выход		100		10

¹ - масса вареной очищенной свеклы

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	1,65	Ca (мг):	28,33
Жиры (г):	4,12	Mg (мг):	18,39
Углеводы (г):	7,29	Fe (мг):	1,31
Эн.ценность (ккал):	72,9	C (мг):	6,86

Технология приготовления

Подготовленную свеклу отваривают, затем очищают и измельчают на овощерезке. Добавляют нарезанный припущенный репчатый лук, прокипяченный зеленый горошек. При отпуске заправляют растительным маслом. Изготовление салата и его заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Не заправленный салат допускается хранить не более 2-х часов при температуре плюс 4±2⁰С. Хранение заправленного салата

может осуществляться не более 30 минут при температуре плюс $4 \pm 2^{\circ}\text{C}$.

Температура подачи не ниже $+15^{\circ}\text{C}$.

При отпуске заправляют солью и растительным маслом.

Требования к качеству:

Внешний вид: салат уложен горкой, заправлен растительным маслом.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: темно-малиновый.

Вкус: свойственный свекле, луку и зеленому горошку, умеренно соленый

Запах: свеклы, лука и растительного масла.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 39

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат картофельный с кукурузой и морковью

Номер рецептуры: 39

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель	20,88	15 ¹	2,09	1,5
Кукуруза сахарная консервированная	24,96	15	2,5	1,5
Морковь	18,84	15 ¹	1,88	1,5
Огурцы соленые	15	12	1,5	1,2
Масло растительное	3,6	3,6	0,36	0,36
Выход		60		6

¹ - масса вареного очищенного картофеля и вареной очищенной моркови

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	1,81	Ca (мг):	11,62
Жиры (г):	3,82	Mg (мг):	15,17
Углеводы (г):	14,23	Fe (мг):	0,72
Эн.ценн-ть (ккал):	98,52	C (мг):	3,47

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель	34,8	25 ¹	3,48	2,5
Кукуруза сахарная консервированная	41,6	25	4,16	2,5
Морковь	31,4	25 ¹	3,14	2,5
Огурцы соленые	25	20	2,5	2
Масло растительное	6	6	0,6	0,6
Выход		100		10

¹ - масса вареного очищенного картофеля и вареной очищенной моркови

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	3,02	Ca (мг):	19,36
Жиры (г):	6,36	Mg (мг):	25,29
Углеводы (г):	23,72	Fe (мг):	1,2
Эн.ценн-ть (ккал):	164,2	C (мг):	5,78

Технология приготовления.

Картофель и морковь варят, очищают, нарезают кубиками. Соленые огурцы, очищенные от кожицы, нарезают тонкими ломтиками. В подготовленные овощи добавляют консервированную кукурузу, предварительно прокипяченную. Салат заправляют растительным маслом, укладывают горкой.

Требования к качеству:

Внешний вид: картофель и морковь нарезаны кубиками, соленые огурцы нарезаны ломтиками. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом.

Консистенция: картофеля и моркови вареных- мягкая, соленых огурцов- сочная, упругая.

Цвет: свойственный продуктам, входящим в состав блюда.

Вкус: вареного картофеля в сочетании с морковью, огурцами, кукурузой и растительным маслом.

Запах: свойственный вареному картофелю, огурцам, с ароматом растительного масла.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 181

Наименование кулинарного изделия (блюда): Каша жидкая молочная из манной крупы.

Номер рецептуры: 181

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Крупа манная	31	31	3,1	3,1
Молоко	100	100	10	10
Вода	75	75	7,5	7,5
Сахар	6	6	0,6	0,6
Масло сливочное	10	10	1	1
Выход		210		21

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	6,11	Ca (мг):	133,77
Жиры (г):	10,72	Mg (мг):	20,30
Углеводы (г):	32,38	Fe (мг):	0,47
Эн.ценность (ккал):	251	C (мг):	1,17

Технология приготовления.

В кипящую жидкость (молоко с водой) добавляют соль, сахар и перемешивают. Затем тонкой струйкой всыпают подготовленную манную крупу при непрерывном помешивании и варят 20 минут. Отпускают кашу в горячем виде с растопленным и доведённым до кипения сливочным маслом.

Требования к качеству:

Внешний вид: зерна крупы полностью разварились, утратили форму.

Консистенция: жидкая, на тарелке полностью расплывается, но ложка, положенная выпуклой стороной на поверхности каши, не тонет.

Цвет: белый или светло-кремовый.

Вкус: умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла.

Запах: манной каши в сочетании с молоком и маслом.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 222

Наименование кулинарного изделия (блюда): Пудинг из творога (запечённый)

Номер рецептуры: 222

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Творог	100,1	98,8	10,01	9,88
Крупа манная	10,4	10,4	1.04	1.04
Сахар	10,4	10,4	1.04	1.04
Яйцо	13/100 шт.	5,2	13 шт.	0,52
Изюм	13,26	13	1,33	1,3
Масло сливочное	5,2	5,2	0,52	0,52
Ванилин	0,03	0,03	0,003	0,003
Сухари	5,2	5,2	0,52	0,52
Сметана	5,2	5,2	0,52	0,52
Масса готового пудинга		130		13
Молоко сгущённое	20	20	2	2
Выход с молоком сгущенным		150		15

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	22,4
Жиры (г):	17,07
Углеводы (г):	51,47
Эн.ценность (ккал):	449,32

Ca (мг):	281,11
Mg (мг):	43,67
Fe (мг):	1,45
C (мг):	0,65

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Творог	115,5	114	11,55	11,4
Крупа манная	12	12	1,2	1,2
Сахар	12	12	1,2	1,2
Яйцо	3/20 шт.	6	15 шт.	0,6
Изюм	15,3	15	1,53	1,5
Масло сливочное	6	6	0,6	0,6
Ванилин	0,03	0,03	0,003	0,003
Сухари	6	6	0,6	0,6
Сметана	6	6	0,6	0,6
Масса готового пудинга		150		15
Молоко сгущённое	20	20	2	2
Выход с молоком сгущенным		170		17

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	25,74
Жиры (г):	19,57
Углеводы (г):	58,53
Эн.ценность (ккал):	513,4

Ca (мг):	319,63
Mg (мг):	49,87
Fe (мг):	1,67
C (мг):	0,73

Технология приготовления.

В горячей воде растворяют ванилин, затем всыпают манную крупу и, помешивая, заваривают.

В протертый творог добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, охлажденную заваренную манную крупу, размягченное сливочное масло, соль, подготовленный и обсушенный изюм. Массу тщательно перемешивают. Яичные белки взбивают до густой пены и вводят в подготовленную массу перед запеканием. Полученную массу выкладывают на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень, смазывают сметаной и запекают в течение 25 – 35 минут при температуре 220- 280 гр. слоем 3- 4 см. Готовый пудинг выдерживают 5 – 10 минут и нарезают на порционные куски. Отпускают со сгущённым молоком.

Требования к качеству:

Внешний вид: порционные кусочки подрумянены, без трещин и подгорелых мест, политы сгущенным молоком.

Консистенция: однородная, нежная, с вкраплениями изюма.

Цвет: корочки- золотисто- желтый, на разрезе- белый с коричневыми вкраплениями изюма.

Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо.

Запах: слабовыраженный- творога.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 404

Наименование кулинарного изделия (блюда): Оладьи с творогом.

Номер рецептуры: 400, 404

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Тесто для оладий				
Мука пшеничная	72,63	72,63	7,26	7,26
Яйца	1/11 шт.	3,62	9 1/4 шт.	0,36
Молоко	72,6	72,63	7,3	7,3
Дрожжи прессованные	2,11	2,11	0,21	0,21
Сахар песок	2,57	2,57	0,26	0,26
Соль	1,36	1,36	0,14	0,14
Выход теста		151		15,1
Оладьи с творогом				
Тесто		151		15,1
Творог	25,3	25	2,53	2,5
Масса полуфабриката		176		17,6
Масло растительное	9	9	0,9	0,9
Масса готовых оладий		150		15
Сгущенное молоко	20	20	2	2
Выход со сгущенным молоком		170 (150/20)		17 (15/2)

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	15,46	Са (мг):	209,72
Жиры (г):	13,97	Mg (мг):	54,39
Углеводы (г):	64,55	Fe (мг):	1,93
Эн.ценность (ккал):	448	С (мг):	0,73

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Тесто для оладий				
Мука пшеничная	84,74	84,74	8,47	8,47
Яйца	1/9 шт.	4,22	10 1/2 шт.	0,42
Молоко	84,7	84,7	8,47	8,47
Дрожжи прессованные	2,46	2,46	0,25	0,25
Сахар песок	2,96	2,96	0,3	0,3
Соль	1,57	1,57	0,16	0,16
Выход теста		176,17		17,62
Оладьи с творогом				
Тесто		176,17		17,62

Творог	29,52	29,52	2,95	2,95
Масса полуфабриката		205,33		20,53
Масло растительное	10,5	10,5	1,05	1,05
Масса готовых оладий		175		17,5
Сгущенное молоко	25	25	2,5	2,5
Выход со сгущенным молоком		200 (175/25)		20 (17,5/2,5)

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	18,19	Ca (мг):	246,73
Жиры (г):	16,44	Mg (мг):	63,99
Углеводы (г):	75,94	Fe (мг):	2,27
Эн.ценность (ккал):	527,06	C (мг):	0,86

Технология приготовления.

В небольшом количестве воды растворяют соль, сахар, добавляют предварительно разведенные дрожжи. Смесь процеживают, соединяют с остальной водой, подогретой до температуры 35-40°C воду, добавляют муку и перемешивают до образования однородной массы, затем вводят растительное масло и снова перемешивают до образования однородной массы. Замешенное тесто оставляют в теплом месте (25-35°C) на 3-4 часа. В процессе брожения тесто перемешивают (обминают).

В тесто для оладий перед выпеканием добавляют протертый творог.

Оладьи выпекают на толстостенных противнях, смазанных маслом в духовом или жарочном шкафу при температуре 180-200°C в течение 8-10 мин. Отпускают оладьи со сгущенным молоком по 2-3 шт. на порцию.

Требования к качеству.

Внешний вид: две-три штуки оладий на порцию, равномерно пропеченные.

Консистенция: мягкая, упругая.

Цвет: золотистый.

Вкус: свойственный изделиям из дрожжевого теста и творога.

Запах: печеных оладий.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №212.

Наименование кулинарного изделия (блюда): Омлет с колбасой.

Номер рецептуры: 212

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, шт.	Нетто, г	Брутто, шт.	Нетто, кг
Яйца	2 шт.	80	200 шт.	8
Молоко	30	30	3	3
Масса омлетной смеси		110		11
Масло сливочное	6	6	0,6	0,6
Колбаса	33	32	3,3	3,2
Масло сливочное	2	2	0,2	0,2
Масса готовой колбасы		30		3
Масса омлета		130		13
Масло сливочное	10	10	1	1
Выход		140		14

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	14,74	Ca (мг):	89,2
Жиры (г):	28,42	Mg (мг):	18,74
Углеводы (г):	2,54	Fe (мг):	2,6
Эн.ценность (ккал):	324	C (мг):	0,2

Технология приготовления.

Очищенную колбасу или сосиски нарезают мелкими кубиками или ломтиками, отваривают, добавляют масло сливочное.

Приготовление омлетной смеси. Перед использованием яйцо подвергаются специальной санитарной обработке в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясорыбного цеха, используя для этих целей промаркированные ванны и (или) емкости, возможно использование перфорированных емкостей, при условии полного погружения яиц в растворах. Подготовленные в соответствии с санитарными правилами яйца разбивают. В яичную смесь добавляют молоко и соль. Колбасные изделия заливают омлетной смесью на смазанном противне слоем не более 2,5-3 см.

Залитые колбасные изделия омлетной смесью запекают в жарочном шкафу при температуре 180-200°C не менее 8-10 минут полностью пропекая.

Требования к качеству:

Внешний вид: поверхность омлета зарумянена, но без подгорелых мест.

Консистенция: однородная, сочная с вкраплениями ломтиков или кубиков колбасы или сосисок

Цвет: золотисто- желтоватый.

Вкус: свежих печеных яиц, колбасы или сосисок.

Запах: свежих запеченных яиц, колбасы или сосисок.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №182

Наименование кулинарного изделия (блюда): Каша жидкая молочная (рисовая).

Номер рецептуры: 182

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Крупа рисовая	31	31	3,1	3,1
Вода	75	75	7,5	7,5
Молоко	100	100	10	10
Сахар	6	6	0,6	0,6
Масса каши		200		20
Масло сливочное	10	10	1	1
Выход:		210		21

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	5,1	Ca (мг):	130,09
Жиры (г):	10,72	Mg (мг):	30,12
Углеводы (г):	33,42	Fe (мг):	0,47
Эн.ценность (ккал):	251	C (мг):	1,17

Технология приготовления.

В кипящую воду добавляют соль, сахар и перемешивают. Затем всыпают подготовленную крупу и варят, периодически помешивая, 20 мин. После этого добавляют горячее молоко и продолжают варку до готовности.

Кашу отпускают с растопленным и доведенным до кипения сливочным маслом.

Требования к качеству.

Внешний вид: зерна крупы полностью разварились, утратили форму.

Консистенция: жидкая, на тарелке расплывается, но ложка, положенная выпуклой стороной на поверхность каши, не тонет.

Цвет: соответствует виду каши.

Вкус: умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла.

Запах: соответствует виду каши в сочетании с молоком и маслом.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 219

Наименование кулинарного изделия (блюда): Сырники из творога

Номер рецептуры: 219

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Творог	132,6	130	13,26	13,0
Мука пшеничная	18,2	18,2	1,82	1,82
Яйцо	¹³ /100 шт.	5,2	13 шт.	0,52
Масса полуфабриката		148,2		14,82
Масло растительное.	7,8	7,8	0,78	0,78
Масса готовых сырников		130		13
Молоко сгущённое	20	20	2	2
Выход		150		15

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	25,88	Ca (мг):	267,62
Жиры (г):	20,6	Mg (мг):	36,8
Углеводы (г):	26,8	Fe (мг):	0,93
Эн.ценность (ккал):	396,84	C (мг):	0,54

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Творог	183,6	180	18,36	0,18
Мука пшеничная	25,2	25,2	2,52	2,52
Яйцо	¹⁸ /100 шт.	7,2	18 шт.	0,72
Масса полуфабриката		205,2		20,52
Масло растительное.	10,8	10,8	1,08	1,08
Масса готовых сырников		180		18
Молоко сгущённое	20	20	2	2
Выход		200		20

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	35,28	Ca (мг):	346,88
Жиры (г):	27,87	Mg (мг):	48,34
Углеводы (г):	32,84	Fe (мг):	1,27
Эн.ценность (ккал):	524,24	C (мг):	0,67

Технология приготовления.

В протертый творог добавляют 2/3 муки, яйца, соль, сахар, ванилин (предварительно растворенный в горячей воде). Массу хорошо перемешивают, придают ей форму

батончика толщиной 5 – 6 см, нарезают поперек, панируют в муке, формируют в виде круглых биточков толщиной 1,5 см, выпекают в духовом шкафу при температуре 220-280 °С с обеих сторон в течение 5-7 мин. Отпускают сырники по 2 шт. со сгущённым молоком.

Требования к качеству

Внешний вид: изделия правильной, кругло- приплюснутой формы, поверхность без трещин, равномерно пропеченная, политы молоком сгущенным.

Консистенция: мягкая, умеренно плотная, пышная.

Цвет: корочки- золотистый, на разрезе- светло- кремовый или желтоватый.

Вкус: сладкий, свойственный творогу, без излишней кислотности, умеренно соленый.

Запах: запеченного творога с молоком сгущенным.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 183

Наименование кулинарного изделия (блюда): Каша жидкая молочная из гречневой крупы.

Номер рецептуры: 183

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Гречневая крупа (ядрица быстрорастваривающаяся)	40	40	4,0	4,0
Вода	30	30	3,0	3,0
Молоко	140	140	14	14
Сахар	6	6	0,6	0,6
Масса каши		200		20
Масло сливочное	10	10	1	1
Выход с маслом		210		21

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Каша гречневая жидкая молочная с маслом

Белки (г):	9,09	Ca (мг):	183,58
Жиры (г):	12,99	Mg (мг):	99,23
Углеводы (г):	35,18	Fe (мг):	2,87
Эн.ценность (ккал):	295	C (мг):	1,64

Технология приготовления.

Молоко, смешанное с водой, нагревают до кипения, добавляют соль, засыпают подготовленную гречневую крупу и варят, помешивая до готовности.

Отпускают кашу в горячем виде с растопленным и доведённым до кипения сливочным маслом.

Требования к качеству:

Внешний вид: зерна крупы полностью разварились, утратили форму.

Консистенция: жидкая, на тарелке расплывается, но ложка, положенная выпуклой стороной на поверхность каши, не тонет.

Цвет: свойственный виду каши.

Вкус: умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла.

Запах: свойственный виду каши в сочетании с молоком и маслом.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 182

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Каша жидкая молочная (овсяная, рисовая, ячневая)**

Номер рецептуры: **182**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Крупа овсяная	40	40	4,0	4,0
Или ячневая	44	44	4,4	4,4
Вода	70	70	0,7	0,7
Или крупа рисовая	31	31	3,1	3,1
Вода	75	75	7,5	7,5
Молоко	100	100	10	10
Сахар	6	6	0,6	0,6
Масса каши		200		20
Масло сливочное	10	10	1	1
Выход с маслом		210		21

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Каша овсяная жидкая молочная с маслом

Белки (г):	7,82	Ca (мг):	152,76
Жиры (г):	12,83	Mg (мг):	60,66
Углеводы (г):	34,27	Fe (мг):	1,71
Эн.ценность (ккал):	285	C (мг):	1,17

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Каша ячневая жидкая молочная с маслом

Белки (г):	7,31	Ca (мг):	162,26
Жиры (г):	10,98	Mg (мг):	36,51
Углеводы (г):	39,2	Fe (мг):	0,94
Эн.ценность (ккал):	286	C (мг):	1,17

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Каша рисовая жидкая молочная с маслом

Белки (г):	5,1	Ca (мг):	130,09
Жиры (г):	10,72	Mg (мг):	30,12
Углеводы (г):	33,42	Fe (мг):	0,47
Эн.ценность (ккал):	251	C (мг):	1,17

Технология приготовления.

В кипящую воду добавляют соль, сахар и перемешивают. Затем всыпают подготовленную крупу и варят, периодически помешивая, 20 минут. После этого добавляют горячее молоко и продолжают варку до готовности.

Отпускают кашу в горячем виде с растопленным и доведённым до кипения сливочным

маслом.

Требования к качеству:

Внешний вид: зерна крупы полностью разварились, утратили форму.

Консистенция: жидкая, на тарелке расплывается, но ложка, положенная выпуклой стороной на поверхность каши, не тонет.

Цвет: соответствует виду каши.

Вкус: умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла.

Запах: соответствует виду каши в сочетании с молоком и маслом.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № N249

Наименование кулинарного изделия (блюда): Рыба, запеченная в омлете.

Номер рецептуры: 249

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2014г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Треска ¹	172,12	130,66	17,212	13,066
или судак	253,12	130,66	25,312	13,066
Масса припущенной рыбы	-	106,6	-	10,66
Мука	5,34	5,34	0,534	0,534
Яйца	1 шт.	40	100 шт.	4
Молоко	62	62	6,2	6,2
Масло сливочное	5,34	5,34	0,534	0,534
Соль	0,6	0,6	0,06	0,06
Выход запеченной рыбы с омлетом		160		16

¹ – нормы закладки даны для трески потрошенной, обезглавленной

или

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Филе, выпускаемого промышленностью треска	136	130,66	13,6	13,066
или судак	141,34	130,66	14,134	13,066
Масса припущенной рыбы	-	106,6	-	10,66
Мука	5,34	5,34	0,534	0,534
Яйца	1 шт.	40	100 шт.	4
Молоко	62	62	6,2	6,2
Масло сливочное	5,34	5,34	0,534	0,534
Соль	0,6	0,6	0,06	0,06
Выход запеченной рыбы с омлетом		160		16

¹ – нормы закладки даны для трески потрошенной, обезглавленной

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Треска, запеченная в омлете

Белки (г):	28,8
Жиры (г):	13,62
Углеводы (г):	9,02
Эн.ценность (ккал):	251,6

Ca (мг):	66,6
Mg (мг):	36,8
Fe (мг):	1,58
C (мг):	0,62

Судак, запеченный в омлете

Белки (г):	28,38
Жиры (г):	10,06
Углеводы (г):	4,66
Эн.ценность (ккал):	197,34

Ca (мг):	65,2
Mg (мг):	29,8
Fe (мг):	1,3
C (мг):	1,66

Технология приготовления.

Рыбу, разделанную на филе с кожей без костей, нарезают порционными кусками, порционные куски филе припускают в небольшом количестве воды, затем укладывают на порционную сковороду, смазанную маслом, сверху заливают омлетной смесью из яиц, молока и муки и запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280⁰С в течение 20-25 мин. Отпускают с гарниром.

Требования к качеству.

Внешний вид: поверхность имеет золотисто-коричневую корочку.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: золотисто-коричневый, рыбы на разрезе-серый.

Вкус: запеченной рыбы и продуктов, входящих в блюдо.

Запах: запеченной рыбы и продуктов, входящих в блюдо

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №162

Наименование кулинарного изделия (блюда): Запеканка капустная с соусом молочным (для подачи к блюду).

Номер рецептуры: 162

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тютельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Капуста свежая	166,8	133,2	16,68	13,32
Масло сливочное	6	6	0,6	0,6
Масса припущенной капусты		120		12
Крупа манная	15,6	15,6	1,56	1,56
Сухари	3,6	3,6	0,36	0,36
Сметана	3,6	3,6	0,36	0,36
Масса полуфабриката		141,6		14,16
Масса готовой запеканки		120		12
Соус №326		30		3
Выход		150		15

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	5,44	Ca (мг):	97,93
Жиры (г):	7,21	Mg (мг):	29,82
Углеводы (г):	19,81	Fe (мг):	1,03
Эн.ценность (ккал):	165,65	C (мг):	29,37

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Капуста свежая	222,4	177,6	22,24	17,76
Масло сливочное	8	8	0,8	0,8
Масса припущенной капусты		160		16
Крупа манная	20,8	20,8	2,08	2,08
Сухари	4,8	4,8	0,48	0,48
Сметана	4,8	4,8	0,48	0,48
Масса полуфабриката		188,8		18,88
Масса готовой запеканки		160		16
Соус №331		40		4
Выход		200		20

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	7,25	Ca (мг):	142,01
Жиры (г):	9,61	Mg (мг):	48,96
Углеводы (г):	26,41	Fe (мг):	1,77
Эн.ценность (ккал):	220,87	C (мг):	48,28

Технология приготовления.

В припущенную капусту всыпают манную крупу и периодически помешивая, варят до готовности, после чего охлаждают до 40-50⁰С. Капустную массу выкладывают ровным слоем на смазанные маслом и посыпанные сухарями противень или сковороду, смазывают сметаной и запекают. Готовую запеканку нарезают на порции, отпускают с соусом сметанным с томатом.

Требования к качеству:

Внешний вид: ровные куски, без трещин, не разламываются.

Консистенция: капуста доведена до готовности, мягкая, однородная масса.

Цвет: корочка- золотистая, на разрезе- серовато- белая.

Вкус: свойственный капусте, умеренно соленый.

Запах: тушеной капусты.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №243

Наименование кулинарного изделия (блюда): Сосиски, сардельки отварные.
 Номер рецептуры: 243

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Сосиски или сардельки	71,5	70	7,15	7
Масло сливочное	7	7	0,7	0,7
Выход		77		7,7

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	7,77	Ca (мг):	19,6
Жиры (г):	17,78	Mg (мг):	11,2
Углеводы (г):	0,98	Fe (мг):	1,26
Эн.ценность (ккал):	197,4	C (мг):	0

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Сосиски или сардельки	51	50	5,1	5
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Выход		55		5,5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	5,55	Ca (мг):	14
Жиры (г):	12,7	Mg (мг):	8
Углеводы (г):	0,7	Fe (мг):	0,9
Эн.ценность (ккал):	141	C (мг):	0

Технология приготовления.

Сосиски или сардельки (искусственную оболочку предварительно снимают) кладут в подсоленную кипящую воду, доводят до кипения и варят при слабом кипении: сосиски- 3-5 мин, сардельки 7-10 мин. Во избежание повреждения натуральной оболочки и ухудшения вкуса сосиски и сардельки не следует хранить в горячей воде.

При отпуске сосиски или сардельки поливают растопленным и доведенным до кипения сливочным маслом.

Требования к качеству:

Внешний вид: сосиски или сардельки уложены на тарелку. Рядом гарнир (капустная запеканка) и подлит соус.

Консистенция: сосиски, сардельки упругие, плотные, сочные.

Цвет: светло- розовый.

Вкус: мясной, умеренно- соленый.

Запах: свежепрогретых сосисок или сарделек.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 182

Наименование кулинарного изделия (блюда): Каша жидкая молочная (пшенная)
Номер рецептуры: 182

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Крупа пшенная	40	40	4	4
Вода	70	70	7	7
Молоко	100	100	10	10
Сахар	6	6	0,6	06
Масло сливочное	10	10	1	1
Выход		210		21

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	7,51
Жиры (г):	11,72
Углеводы (г):	37,05
Эн.ценность (ккал):	285

Ca (мг):	138,1
Mg (мг):	47,6
Fe (мг):	1,23
C (мг):	1,17

Технология приготовления.

В кипящую воду добавляют соль, сахар и перемешивают. Всыпают подготовленную крупу и варят, периодически помешивая, 20 минут. После этого добавляют горячее молоко и продолжают варку до готовности. Отпускают кашу в горячем виде с растопленным и доведённым до кипения сливочным маслом

Требования к качеству.

Внешний вид: зерна крупы полностью разварились, утратили форму.

Консистенция: жидкая, на тарелке расплывается, но ложка, положенная выпуклой стороной на поверхность каши, не тонет.

Цвет: желтый.

Вкус: умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла.

Запах: соответствует виду пшена в сочетании с молоком и маслом.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 379

Наименование кулинарного изделия (блюда): Кофейный напиток
Номер рецептуры: 379

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Кофейный напиток	5	5	0,5	0,5
Вода	120	120	12	12
Сахар	20	20	2	2
Молоко	100	100	10	10
Выход:		200		20

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	3,17	Ca (мг):	125,78
Жиры (г):	2,68	Mg (мг):	14
Углеводы (г):	15,9	Fe (мг):	0,13
Эн.ценность (ккал):	100,6	C (мг):	1,3

Технология приготовления.

В сваренный процеженный кофейный напиток добавляют горячее кипяченое молоко, сахар и доводят до кипения.

Требования к качеству.

Внешний вид: кофейный напиток налит в стакан или чашку.

Консистенция: жидкая.

Цвет: цвет светло-коричневый.

Вкус: сладкий, с выраженным привкусом кофейного напитка и кипяченого молока.

Запах: аромат кофейного напитка и кипяченого молока.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №349

Наименование кулинарного изделия (блюда): Компот из смеси сухофруктов

Номер рецептуры: 349

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутьельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Сухофрукты смесь	20	25 ¹	2	2,5
Сахар	20	20	2	2
Кислота лимонная	0,2	0,2	0,02	0,02
Вода	200	200	20	20
Выход		200		20

¹ - масса фруктов отварных

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	0,66	Ca (мг):	32,48
Жиры (г):	0,09	Mg (мг):	17,46
Углеводы (г):	32,01	Fe (мг):	0,7
Эн.ценность (ккал):	132,8	C (мг):	0,73

Технология приготовления.

Подготовленные сухофрукты тщательно промывают, заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, добавляют лимонную кислоту и варят до готовности.

Требования к качеству.

Внешний вид: сухофрукты сохранили форму, жидкая часть прозрачная.

Консистенция: компота - жидкая, плодов - мягкая.

Цвет: коричневый.

Вкус: сладкий, с хорошо выраженным привкусом сухофруктов.

Запах: сухофруктов.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 382

Наименование кулинарного изделия (блюда): Какао с молоком.

Номер рецептуры: 382

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тютельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Какао- порошок	4	4	0,4	0,4
Молоко	100	100	10	10
Вода	110	110	11	11
Сахар	20	20	2	2
Выход		200		20

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	4,08	Ca (мг):	152,22
Жиры (г):	3,54	Mg (мг):	21,34
Углеводы (г):	17,58	Fe (мг):	0,48
Эн.ценность (ккал):	118,6	C (мг):	1,59

Технология приготовления:

Какао кладут в посуду, смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка (100 мл) и растирают до однородной массы, затем при постоянном помешивании вливают кипяченое горячее молоко, остальной кипятком и доводят до кипения.

Требования к качеству.

Внешний вид: жидкость светло-шоколадного цвета, налита в стакан.

Консистенция: жидкая.

Цвет: светло-шоколадный.

Вкус: сладкий, с привкусом какао и молока.

Запах: свойственный какао.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №355

Наименование кулинарного изделия (блюда): Кисель из кураги.

Номер рецептуры: 355

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Курага	20	20	2	2
Сахар- песок	20	20	2	2
Крахмал картофельный	9	9	0,9	0,9
Кислота лимонная	0,2	0,2	0,02	0,02
Вода	220	220	22	22
Выход		200		20

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	0,89	Ca (мг):	31,24
Жиры (г):	0,06	Mg (мг):	18,38
Углеводы (г):	32,75	Fe (мг):	0,55
Эн.ценность (ккал):	154,6	C (мг):	0,49

Технология приготовления.

Курагу промывают, заливают горячей водой и оставляют в закрытой посуде на 2-3 часа, для набухания. Варят ее в той же воде до готовности, протирают, соединяют с отваром, сахаром, добавляют лимонную кислоту, доводят до кипения, вводят приготовленный крахмал и вновь доводят до кипения.

Требования к качеству:

Внешний вид: однородная полупрозрачная масса, без пленки на поверхности и частиц не протертых продуктов.

Консистенция: однородная, средней густоты, слегка желеобразная.

Цвет: оранжевый.

Вкус: сладкий, с кисловатым привкусом.

Запах: кураги.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 375

Наименование кулинарного изделия (блюда): Чай-заварка

Номер рецептуры: 375

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна, 2011г

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Чай высшего или 1-го сорта	0,5	0,5	0,05	0,051
Вода	54	54	5,4	5,4
Выход		50		5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	0,1	Ca (мг):	4,905
Жиры (г):	0,026	Mg (мг):	2,2
Углеводы (г):	0,02	Fe (мг):	0,41
Эн.ценность (ккал):	0,7	C (мг):	0,05

Технология приготовления.

Емкость для заваривания чая (кастрюлю) ополаскивают кипятком, насыпают чай на определенное количество порций, заливают свежеприготовленным кипятком на 1/3 объёма чайника, настаивают 5-10 минут, после чего доливают кипятком до необходимого объема. На порцию чая (200 мл) расходуют 50 мл заварки, что равноценно 0,5 г сухого чая.

Требования к качеству:

Внешний вид: жидкость золотисто- коричневого цвета, налита в стакан.

Консистенция: жидкая.

Цвет: золотисто- коричневый.

Вкус: чуть терпкий.

Запах: свойственный чаю.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 378

Наименование кулинарного изделия (блюда): Чай с молоком

Номер рецептуры: 378

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Чай– заварка т.к. №375 (№ рец.375)	50	50	5	5
Сахар	15	15	1,5	1,5
Молоко	51	50	5,1	5
Вода	100	100	10	10
Выход		150/50/15		15/5/1,5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	1,52
Жиры (г):	1,35
Углеводы (г):	15,9
Эн.ценность (ккал):	81

Ca (мг):	126,6
Mg (мг):	15,4
Fe (мг):	0,41
C (мг):	1,33

Технология приготовления.

Емкость для заваривания чая (кастрюлю) ополаскивают кипятком, насыпают чай на определенное количество порций, заливают свежеприготовленным кипятком на 1/3 объема емкости (кастрюли), настаивают 5-10 минут, после чего доливают кипятком. На порцию чая (200 мл) расходуют 50 мл заварки, что равноценно 0,5 г сухого чая. К приготовленному чаю с сахаром добавляют горячее кипяченое молоко.

Требования к качеству:

Внешний вид: жидкость серовато- белого цвета, налита в стакан

Консистенция: жидкая

Цвет: серовато- белый.

Вкус: сладкий, с привкусом молока

Запах: свойственный молоку и чаю.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 386.

Наименование кулинарного изделия (блюда): Кисломолочный продукт

Номер рецептуры: 386

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Кефир	103,5	100	10,35	10
Или ацидофилин	108	100	10,8	10
Или ряженка	103	100	10,3	10
Или простокваша	105,5	100	10,55	10
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	2,9
Жиры (г):	2,5
Углеводы (г):	4,0
Эн.ценность (ккал):	50

Ca (мг):	120
Mg (мг):	14
Fe (мг):	0,1
C (мг):	0,7

Технология приготовления.

Кефир и другие кисломолочные продукты порционируют в чашки непосредственно из пакетов перед их раздачей.

Требования к качеству.

Внешний вид: стакан с густой жидкостью белого или светло-кремового цвета.

Консистенция: жидкая, сметанообразная.

Цвет: кефира - белый, ряженки - со светло-кремовым оттенком.

Вкус: молочно- кислый.

Запах: кисломолочных продуктов.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №389.

Наименование кулинарного изделия (блюда): Соки овощные, фруктовые, ягодные

Номер рецептуры: 389

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Сок томатный, морковный, сливовый, яблочный, абрикосовый, вишневый, виноградный	200	200	0.2	0.2
Выход		200		20

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Сок яблочный

Белки (г):	1
Жиры (г):	0
Углеводы (г):	20,2
Эн.ценность (ккал):	84,8

Ca (мг):	14
Mg (мг):	10
Fe (мг):	2,8
C (мг):	4

Сок томатный

Белки (г):	2
Жиры (г):	0,2
Углеводы (г):	5,8
Эн.ценность (ккал):	33

Ca (мг):	14
Mg (мг):	24
Fe (мг):	1
C (мг):	20

Сок морковный

Белки (г):	2,2
Жиры (г):	0,2
Углеводы (г):	25,2
Эн.ценность (ккал):	111,4

Ca (мг):	38
Mg (мг):	14
Fe (мг):	1,2
C (мг):	6

Сок сливовый

Белки (г):	0,6
Жиры (г):	0,2
Углеводы (г):	30,4
Эн.ценн-ть (ккал):	125,8

Ca (мг):	20
Mg (мг):	14
Fe (мг):	0,6
C (мг):	8

Сок абрикосовый

Белки (г):	1,0
Жиры (г):	0
Углеводы (г):	25,4
Эн.ценность (ккал):	105,6

Ca (мг):	40
Mg (мг):	20
Fe (мг):	0,4
C (мг):	8

Сок вишневый

Белки (г):	1,4
Жиры (г):	0,4
Углеводы (г):	22,8
Эн.ценность (ккал):	100,4

Ca (мг):	34
Mg (мг):	12
Fe (мг):	0,6
C (мг):	14,8

Белки (г):	0,6
Жиры (г):	0,4
Углеводы (г):	32,6
Эн.ценность (ккал):	136,4

Сок виноградный

Ca (мг):	40
Mg (мг):	14
Fe (мг):	0,8
C (мг):	4

Технология приготовления.

Сок, выпускаемый промышленностью, разливают в стаканы непосредственно перед отпуском

Требования к качеству:

Внешний вид: сок налит в стакан.

Консистенция: жидкая

Цвет: соответствует соку.

Вкус: соответствует соку.

Запах: соответствует соку.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 380

Наименование кулинарного изделия (блюда): Кофейный напиток с молоком сгущенным.

Номер рецептуры: 380

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Кофейный напиток	5	5	0,5	0,5
Молоко сгущенное с сахаром (консервы)	40	40	4	4
Вода	200	200	20	20
Выход		200		20

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	2,94	Ca (мг):	128,78
Жиры (г):	1,99	Mg (мг):	12,88
Углеводы (г):	20,92	Fe (мг):	0,078
Эн.ценность (ккал):	113,4	C (мг):	0,38

Технология приготовления.

В сваренный процеженный кофейный напиток добавляют молоко сгущенное, размешивают и доводят до кипения.

Требования к качеству:

Внешний вид: кофейный напиток налит в стакан или чашку.

Консистенция: жидкая.

Цвет: светло-коричневый.

Вкус: сладкий, с выраженным привкусом кофейного напитка и сгущенного молока.

Запах: аромат кофейного напитка и сгущенного молока

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №342

Наименование кулинарного изделия (блюда): Компот из свежих плодов

Номер рецептуры: 342

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тютельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Яблоки или айва	45,4	40	4,54	4
Или груши	44,4	40	4,44	4
Вода	172	172	17,2	17,2
Сахар-песок	24	24	2,4	2,4
Кислота лимонная	0,2	0,2	0,02	0,02
Выход		200		20

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Компот из свежих яблок

Белки (г):	0,16
Жиры (г):	0,16
Углеводы (г):	27,88
Эн.ценность (ккал):	114,6

Ca (мг):	14,18
Mg (мг):	5,14
Fe (мг):	0,95
C (мг):	0,9

Компот из свежей айвы

Белки (г):	0,24
Жиры (г):	0,2
Углеводы (г):	27,8
Эн.ценность (ккал):	115

Ca (мг):	16,98
Mg (мг):	7,14
Fe (мг):	1,27
C (мг):	4,14

Компот из свежих груш

Белки (г):	0,16
Жиры (г):	0,12
Углеводы (г):	28,08
Эн.ценность (ккал):	114,6

Ca (мг):	15,38
Mg (мг):	6,34
Fe (мг):	0,99
C (мг):	0,9

Технология приготовления.

Яблоки, груши или айву моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Чтобы плоды не темнели, их погружают до варки в холодную воду, слегка подкисленную лимонной кислотой.

Сироп приготавливают следующим образом: в горячей воде растворяют сахар, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения, проваривают 10-12 мин и процеживают. В подготовленный горячий сироп погружают плоды. Яблоки и груши варят на слабом огне не более 6-8 мин. Быстроразваривающиеся сорта яблок (антоновские и др.) и очень спелые груши не варят, а кладут в кипящий сироп, прекращают нагрев и оставляют в сиропе до охлаждения.

Требования к качеству.

Внешний вид: сироп- прозрачный, у яблок и груш удалены сердцевинки и плодоножки, плоды нарезаны дольками.

Консистенция: компота - жидкая, плодов - мягкая.

Цвет: присущий вареным плодам в сиропе.

Вкус: кисло- сладкий.

Запах: фруктово- концентрированный, приятный.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 356.

Наименование кулинарного изделия (блюда): Кисель из апельсинов

Номер рецептуры: 356

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Апельсины	74,6	50	7,46	5
Сахар- песок	24	24	2,4	2,4
Крахмал картофельный	8	8	0,8	0,8
Кислота лимонная	0,1	0,1	0,01	0,01
Вода	160	160	16	16
Выход		200		20

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	0,39	Ca (мг):	19,24
Жиры (г):	0,1	Mg (мг):	6,36
Углеводы (г):	30,15	Fe (мг):	0,19
Эн.ценность (ккал):	140,8	C (мг):	18,3

Технология приготовления.

Апельсины моют, очищают от кожицы. Удаляют семена, протирают, отжимают сок. Из цедры и оставшейся после отжима мякоти плодов приготавливают отвар.

Крахмал разводят охлажденным отваром (1 часть отвара на 5 частей отвара) и процеживают.

В отвар из апельсинов вводят подготовленный крахмал и доводят до кипения. Готовый кисель разливают в чашки или бокалы по 200 грамм.

Требования к качеству.

Внешний вид: однородная полупрозрачная масса, без пленки на поверхности и частиц не протертых апельсинов.

Консистенция: однородная, средней густоты, слегка желеобразная

Цвет: оранжевый.

Вкус: апельсина, сладкий.

Запах: апельсина.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №383

Наименование кулинарного изделия (блюда): Какао с молоком сгущенным.

Номер рецептуры: 383

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Какао- порошок	4	4	0,4	0,4
Молоко цельное сгущенное с сахаром (консервы)	38	38	3,8	3,8
Сахар	3	3	0,3	0,3
Выход		200		20

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	3,67	Ca (мг):	128
Жиры (г):	2,6	Mg (мг):	18
Углеводы (г):	25,09	Fe (мг):	0,64
Эн.ценность (ккал):	138,4	C (мг):	0,38

Технология приготовления.

Молоко сгущенное с сахаром разводят горячей водой и доводят до кипения. Какао кладут в посуду, смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка (смеси молока сгущенного с водой) и растирают до однородной массы, затем вливают при постоянном помешивании оставшуюся вскипяченную смесь молока сгущенного с водой и доводят до кипения.

Требования к качеству:

Внешний вид: жидкость- светло- шоколадного цвета, налита в стакан.

Консистенция: жидкая.

Цвет: светло- шоколадный.

Вкус: сладкий, с привкусом какао и сгущенного молока.

Запах: свойственный какао.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 352.

Наименование кулинарного изделия (блюда): Кисель из яблок

Номер рецептуры: 352

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Яблоки свежие	34	30	3,4	3
Сахар- песок	20	20	2	2
Крахмал картофельный	8	8	0,8	0,8
Кислота лимонная	0,2	0,2	0,02	0,02
Вода	197	197	19,7	19,7
Выход		200		20

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	0,11	Ca (мг):	11,46
Жиры (г):	0,12	Mg (мг):	3,64
Углеводы (г):	25,1	Fe (мг):	0,57
Эн.ценность (ккал):	119,2	C (мг):	1,83

Технология приготовления.

Яблоки моют. Яблоки с кожицей (без семенного гнезда) нарезают, заливают горячей водой и варят в открытой посуде до готовности. Яблоки протирают и соединяют с отваром, в котором они варились, добавляют сахар, лимонную кислоту, доводят до кипения,

Затем варят до готовности, протирают, соединяют с отваром. Крахмал разводят охлажденным отваром (1 часть отвара на 5 частей отвара) и процеживают.

В отвар из яблок вводят подготовленный крахмал и доводят до кипения. Готовый кисель разливают в чашки или бокалы по 200 грамм.

Требования к качеству:

Внешний вид: кисель непрозрачный, без пленки на поверхности.

Консистенция: однородная, средней густоты, слегка желеобразная

Цвет: светло- желтый.

Вкус: яблок, кисло- сладкий.

Запах: яблок.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 377

Наименование кулинарного изделия (блюда): Чай с лимоном

Номер рецептуры: 377

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Чай –заварка- технологическая карта № 375	50	50	5	5
Сахар	15	15	1,5	1,5
Лимон	8	7	0,8	0,7
Вода	150	150	15	15
Выход		200/15/7		20/1,5/0,7

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	0,13
Жиры (г):	0,02
Углеводы (г):	15,2
Эн.ценность (ккал):	62

Ca (мг):	14,2
Mg (мг):	2,4
Fe (мг):	0,36
C (мг):	2,83

Технология приготовления.

Емкость для заваривания чая (кастрюлю) ополаскивают кипятком, насыпать чай на определенное количество порций заливают свежеприготовленным кипятком на 1/3 объёма емкости (кастрюли), настаивают 5-10 минут, после чего доливают кипятком до необходимого количества объема. На порцию чая (200 мл) расходуют 50 мл заварки, что равноценно 0,5 г сухого чая.

Предварительно промытый теплой водой лимон, ошпаривают кипятком в течение 1-2 мин. Лимон нарезают тонкими кружочками и кладут в стакан приготовленного чая с сахаром непосредственно перед отпуском.

Требования к качеству.

Внешний вид: жидкость - золотисто-коричневого цвета, налита в стакан, где плавают кружочек лимона.

Консистенция: жидкая.

Цвет: золотисто-коричневый.

Вкус: сладкий, с привкусом лимона.

Запах: свойственный чаю и лимона.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 3

Наименование кулинарного изделия (блюда): Бутерброд с сыром

Номер рецептуры: 3

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Сыр	16	15	1,6	1,5
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Хлеб	30	30	0,3	0,3
Выход:	–	50	–	5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	5,8	Ca (мг):	139,2
Жиры (г):	8,3	Mg (мг):	9,45
Углеводы (г):	14,83	Fe (мг):	0,49
Эн.ценность (ккал):	157	C (мг):	0,11

Технология приготовления.

На ломтик хлеба кладут кусочек сыра и кусочек масла.

Требования к качеству:

Внешний вид: ровные ломтики хлеб, сверху- сыр прямоугольной или треугольной формы и кусочек масла

Консистенция: мягкая.

Цвет: сыра и хлеба.

Вкус: сыра и хлеба.

Запах: сыра в сочетании со свежим хлебом.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 108

Наименование кулинарного изделия (блюда): Бульон мясокостный.

Номер рецептуры: 108, стр.60

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах под редакцией В.Т.Лапшиной, часть 1- 1996 г.

Наименование сырья	Масса	
	Брутто, г	Нетто, г
<u>Говядина (I категории)</u>	43,4	32
Морковь	1,3	1
Лук репчатый	1,6	1,4
Вода	252	252
Выход		200

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	5,34	Ca (мг):	5,34
Жиры (г):	3,86	Mg (мг):	0
Углеводы (г):	0,26	Fe (мг):	0,26
Эн.ценность (ккал):	57,34	C (мг):	5,34

Технология приготовления.

Подготовленные кости с мясом заливают холодной водой и доводят до кипения. Затем бульон сливают и вновь заливают холодной водой и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки бульона из говяжьих костей 3,5- 4 часа. За 30-40 мин до окончания варки в кипящий бульон добавляют подпеченные овощи и соль. Готовый бульон процеживают. После варки удаляют кости, мясо режут на порционные куски 10-12 г, которые добавляются по окончании варки в суп и подвергаются вторичной термической обработке.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 96

Наименование кулинарного изделия (блюда): Рассольник ленинградский.

Номер рецептуры: 96

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель	100	75	10	7,5
Крупа перловая или пшеничная, или рисовая, или овсяная	5	5	0,5	0,5
Морковь	12,5	10	1,3	1
Лук репчатый	6	5	0,6	0,5
Огурцы солёные	16,75	15	1,58	1,5
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Бульон (техн. карта №108)	187,5	187,5	18,8	18,8
Выход		250		25

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	6,36
Жиры (г):	8,9
Углеводы (г):	11,81
Эн.ценность (ккал):	158,34

Ca (мг):	32,29
Mg (мг):	24,08
Fe (мг):	1,38
C (мг):	13,72

Технология приготовления.

Готовят мясокостный бульон, технологическая карта №6.

В кипящий бульон кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, закладывают картофель, нарезанный брусочками, а через 5 – 10 минут вводят слегка пассированные или припущенные овощи и припущенные огурцы. За 5-10 минут до окончания варки добавляют соль. При отпуске добавляют прокипяченную сметану.

Требования к качеству.

Внешний вид: огурцы без кожицы и семян, нарезаны ломтиками или соломкой, картофель брусочками, коренья- соломкой.

Консистенция: овощей- сочная, огурцов- слегка хрустящая, крупа хорошо разварена.

Цвет: бульона- желтый, жир на поверхности- желтый, цвет овощей- натуральный.

Вкус: острый, умеренно соленый, с умеренной кислотностью.

Запах: огуречного рассола, овощей.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №87

Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп с рыбными консервами

Номер рецептуры: 87

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2014 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Консервы из рыбы	40	40	4	4
Картофель	93,25	70	9,33	7
Морковь	20	16	1	1,6
Лук репчатый	11,3	9,75	1,13	0,98
Крупа рисовая	5	5	0,5	0,5
Масло сливочное	3,75	3,75	0,38	0,38
Вода	200	200	20	20
Выход:		250		25

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	8,6	Ca (мг):	45,3
Жиры (г):	8,41	Mg (мг):	47,35
Углеводы (г):	14,33	Fe (мг):	1,27
Эн.ценность (ккал):	172,25	C (мг):	9,11

Технология приготовления.

В кипящую воду закладывают подготовленную крупу, картофель, припущенные овощи. За 10-15 минут до окончания варки закладывают предварительно протертые рыбные консервы, соль. Доводят до готовности.

Требования к качеству:

Внешний вид: картофель нарезан брусочками или кубиками, рис сохранил форму.

Консистенция: овощей мягкая, овощи сохранили форму.

Цвет: бульона - золотисто-серый, овощей - натуральный.

Вкус: рыбы, овощей и риса, в меру соленый.

Запах: продуктов, входящих в суп.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №104.

Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп картофельный с мясными фрикадельками.

Номер рецептуры: 104

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель	114,6	86	11,46	8,6
Морковь	10,75	8,6	1,08	0,86
Лук репчатый	10,32	8,6	1,03	0,86
Томатное пюре	2,15	2,15	0,22	0,22
Масло растительное	2,15	2,15	0,22	0,22
Бульон	150,5	150,5	15,05	15,05
Фрикадельки мясные готовые (техн.карта №105)		35		3,5
Выход		250		25

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	8,89	Ca (мг):	33,37
Жиры (г):	6,59	Mg (мг):	36,69
Углеводы (г):	13,5	Fe (мг):	1,61
Эн.ценность (ккал):	159,8	C (мг):	9,7

Технология приготовления.

В кипящую воду кладут картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, добавляют нарезанные кубиками пассерованные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют пассированное томатное пюре, соль.

Фрикадельки припускают отдельно в небольшом количестве бульона или воды до готовности и кладут в суп при отпуске. Бульон после припускания фрикаделек, добавляют в суп.

Фрикадельки: мясо пропускают через мясорубку 2-3 раза, соединяют с сырым мелко нарезанным луком, сырыми яйцами, водой, солью и хорошо размешивают. Сформованные шарики массой 8-10 г припускают в бульоне до готовности. Хранят фрикадельки на мармите в бульоне.

Требования к качеству:

Внешний вид: картофель и овощи нарезаны кубиками, сохранили форму нарезки (не разрезаны и не помяты). Фрикадельки одинакового размера., сохранившие форму нарезки. Фрикадельки одинакового размера

Консистенция: овощи и картофель мягкие, фрикадельки– упругие, сочные.

Цвет: супа – золотистый, жира на поверхности – светло-оранжевый.

Вкус: умеренно соленый, свойственный фрикаделькам, картофелю и овощам.

Запах: мясных продуктов, овощей.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 105

Наименование кулинарного изделия (блюда): Фрикадельки мясные

Номер рецептуры: 105

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Говядина (котлетное мясо)	54,22	39,9	5,42	3,99
Лук репчатый	4,17	3,5	0,42	0,35
Вода	3,5	3,5	0,35	0,35
Яйцо	⁷ / ₁₀₀ шт.	2,8	7 шт.	0,28
Выход		35		3,5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	6,98
Жиры (г):	4,1
Углеводы (г):	0,26
Эн.ценность (ккал):	68,64

Ca (мг):	7,5
Mg (мг):	11,27
Fe (мг):	0,55
C (мг):	0,18

Технология приготовления.

Мясо пропускают через мясорубку 2-3-раза, соединяют с сырым мелко нарезанным луком, сырыми яйцами, водой солью и хорошо размешать. Сформированные шарики массой 8-10 г припускают в бульоне до готовности.

Хранить фрикадельки на мармите в бульоне.

Требования к качеству:

Внешний вид: изделия в форме шариков одинакового размера

Консистенция: мягкая, нежная.

Цвет: серый.

Вкус: свойственный свежеприготовленному изделию из котлетной массы,.

Запах: соответствующий изделию из котлетной массы,

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №88

Наименование кулинарного изделия (блюда): Щи из свежей капусты с картофелем

Номер рецептуры: 88

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Капуста белокочанная	62,5	50	6,25	5,0
Картофель	40	30	4,0	3,0
Морковь	12,5	10	1,25	1
Лук репчатый	15,25	12,5	1,53	1,35
Томатное пюре	2,5	2,5	0,25	0,25
Масло растительное	5	5	0.5	0.5
Бульон (техн. карта №108)	200	200	20	20
Сметана	10	10	1	1
Выход		250/10		25/1

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	6,37	Ca (мг):	60,89
Жиры (г):	10,06	Mg (мг):	23
Углеводы (г):	8,26	Fe (мг):	1,28
Эн.ценность (ккал):	157,04	C (мг):	21,16

Технология приготовления.

Капусту нарезают шашками, картофель – дольками.

В кипящий бульон закладывают капусту, доводят до кипения. Затем кладут: картофель, добавляют слегка пассированные или припущенные морковь, лук- и варят до готовности. За 5 – 10 минут до конца варки в щи добавляют прогретое томатное пюре. При отпуске добавляют прокипяченную сметану.

Требования к качеству.

Внешний вид: капуста нарезана шашками, морковь и лук репчатый- дольками.

Консистенция: овощи- мягкие, капуста – упругая.

Цвет: желтый, жира на поверхности – оранжевый, овощей - натуральный.

Вкус: капусты в сочетании с входящими в состав овощами, умеренно соленый

Запах: свойственный овощам, капусте.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 95

Наименование кулинарного изделия (блюда): Рассольник домашний.

Номер рецептуры: 95

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Капуста свежая	25	20	2,5	2
Картофель	100	75	10	7,5
Морковь	12,5	10	1,25	1
Лук репчатый	12	10	1,2	1
Огурцы солёные	16,75	15	1,68	1,5
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Бульон (техн. карта №108)	175	175	17,5	17,5
Выход		250		25

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	6,43	Ca (мг):	42,89
Жиры (г):	8,7	Mg (мг):	27,98
Углеводы (г):	12,95	Fe (мг):	1,53
Эн.ценность (ккал):	165,59	C (мг):	18,47

Технология приготовления.

Готовят мясокостный бульон, технологическая карта №6.

В кипящий бульон кладут нашинкованную капусту, доводят до кипения, закладывают картофель, нарезанный брусочками, а через 5 – 10 минут вводят слегка пассированные или припущенные овощи и припущенные огурцы. За 5-10 минут до окончания варки добавляют соль. При отпуске добавляют прокипяченную сметану.

Требования к качеству.

Внешний вид: огурцы без кожицы и семян, нарезаны ломтиками или соломкой, картофель брусочками, капуста, коренья- соломкой.

Консистенция: овощей- сочная, огурцов- слегка хрустящая.

Цвет: бульона- желтый, овощей- натуральный, блески жира- светло- желтые.

Вкус: острый, умеренно соленый, с умеренной кислотностью от огурцов и огуречного рассола.

Запах: огуречного рассола, овощей.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 82

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Суп картофельный с макаронными изделиями.**

Номер рецептуры: 82/107 или 82/106

Наименование сборника рецептур: №82 (суп) Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2014г.

№107 (бульон). Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах под ред. В.Т.Лапшиной, издательство «Хлебпродинформ», 2004.

№106. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах под ред. В.Т.Лапшиной, издательство «Хлебпродинформ», 2004.

№107. Бульон из кур прозрачный

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Куры	45,5	31,33	4,55	3,13
Морковь	4,2	3,15	0,42	0,32
Лук репчатый	1,75	1,4	0,18	0,14
Вода	227,5	227,5	22,75	22,75
Соль	0,88	0,88	0,09	0,09
Выход бульона		175		17,5

¹ – выход мяса нетто.

На замену - №106. Бульон мясо- костный.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Мясо на кости	63,52	57,6 (14,53 ¹)	6,35	5,76 (1,45 ¹)
Морковь	2,98	2,28	0,3	0,23
Лук репчатый	1,22	0,88	0,12	0,09
Вода	245	245	24,5	24,5
Соль	0,88	0,88	0,09	0,09
Выход бульона		175		17,5

¹ – выход мяса нетто.

№/82. Суп картофельный с макаронными изделиями

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель	100	75	10	7,5
Макаронны, лапша, вермишель, фигурные изделия	10	10	1	1

Морковь	12,5	10	1,25	1
Лук репчатый	12	10	1,2	1
Масло растительное	2,5	2,5	0,25	0,25
Бульон (мясо- костный или куриный)		175		17,5
Соль	0,37	0,37	0,04	0,04

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	7,66
Жиры (г):	8,58
Углеводы (г):	17,14
Эн.ценность (ккал):	176,42

Ca (мг):	25,04
Mg (мг):	27,44
Fe (мг):	1,1
C (мг):	8,56

Технология приготовления.

Приготовление бульона. Тушки птицы заправляют и заливают холодной водой, быстро доводят до кипения, а затем варят до готовности при слабом кипении 1-2 ч.

В процессе варки снимают пену и жир. За 30-40 мин до готовности бульона в него добавляют подпеченные морковь и лук репчатый. Готовый бульон процеживают.

После варки кур, удаляют кости, оставшееся мясо измельчают, подвергают вторичной термической обработке- кипячению в бульоне в течение 5-7 минут.

На замену мясо- костный бульон №106. Подготовленное мясо на кости заливают холодной водой и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки бульона из говяжьих костей 3,5- 4 часа. За 30-40 мин до окончания варки в кипящий бульон добавляют подпеченные овощи и соль. Готовый бульон процеживают. После варки удаляют кости, оставшееся мясо измельчают, подвергают вторичной термической обработке- кипячению в бульоне в течение 5-7 минут.

Приготовление супа. Овощи нарезают в соответствии с видом используемых макаронных изделий: картофель- брусочками или кубиками, коренья- брусочками, соломкой или кубиками, лук шинкуют или мелко рубят. Морковь и лук припускают.

В кипящий бульон кладут макароны и варят 10-15 мин, затем добавляют картофель, припущенные овощи, лапшу, соль и варят до готовности. Вермишель и фигурные изделия добавляют в суп за 10-15 мин. до готовности супа.

Требования к качеству.

Внешний вид: в жидкой части супа- овощи и макаронные изделия, сохранившие форму.

Консистенция: картофель и овощи- мягкие; макаронные изделия- хорошо набухшие, мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной частей.

Цвет: супа- золотистый, жира на поверхности- светло- оранжевый.

Вкус: картофеля и припущенных овощей, умеренно соленый.

Запах: продуктов, входящих в суп.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 82

Наименование кулинарного изделия (блюда): Борщ с капустой и картофелем

Номер рецептуры: 82

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Свекла	50	40	5	4
Капуста свежая	25	20	2,5	2
Картофель	26,75	20	2,68	2
Морковь	12,5	10	1,3	1,0
Лук репчатый	15,25	12,5	1,53	1,25
Томатное пюре	7,5	7,5	0,75	0,75
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Сахар	2,5	2,5	0,25	0,25
Бульон (техн. карта №108)	200	200	20	20
Сметана	10	10	0,1	0,1
Выход		250/10		25/1

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	6,4	Ca (мг):	61,37
Жиры (г):	10,03	Mg (мг):	27,03
Углеводы (г):	11,55	Fe (мг):	1,68
Эн.ценность (ккал):	171,04	C (мг):	16,06

Технология приготовления.

В кипящий бульон закладывают нашинкованную, свежую капусту, доводят до кипения, затем добавляют картофель, нарезанный брусочками, и варят 10 – 15 минут, кладут слегка пассированные или припущенные овощи, тушеную или вареную свеклу и варят борщ до готовности. За 5 – 10 мин. до готовности добавляют соль, сахар. При отпуске добавляют прокипяченную сметану.

Требования к качеству.

Внешний вид: овощи сохранили форму нарезки (свекла, капуста, морковь, лук - соломкой, картофель – брусочками).

Консистенция: свекла и овощи мягкие, капуста свежая – упругая.

Цвет: малиново– красный, жира на поверхности - оранжевый.

Вкус: кисло – сладкий, умеренно соленый.

Запах: свойственный овощам.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 102

Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп картофельный с горохом.

Номер рецептуры: 102

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель	66,75	50	6,58	5
Горох лущеный	20,25	20	2,03	2
Лук репчатый	12	10	1,2	1
Морковь	15,75	12,5	1,58	1,25
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Бульон (техн. карта №108)	175	175	17,5	17,5
Выход		250		25

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	9,83	Ca (мг):	45,82
Жиры (г):	8,88	Mg (мг):	35,48
Углеводы (г):	16,8	Fe (мг):	4,55
Эн.ценность (ккал):	169,34	C (мг):	11,17

Технология приготовления.

Картофель нарезают крупными кубиками, морковь – мелкими кубиками, лук мелко рубят. Подготовленный горох кладут в бульон, доводят до кипения. Добавляют: картофель, слегка пассированные или припущенные морковь и лук- и варят до готовности.

Требования к качеству:

Внешний вид: картофель нарезан кубиками или дольками, горох (кроме лущеного)- в виде целых, не разваренных зерен.

Консистенция: картофель и горох мягкие, горох лущеный- пюреобразный. жидкой и плотной части супа

Цвет: супа- золотистый; жира на поверхности- светло- оранжевый.

Вкус: овощей, умеренно соленый.

Запах: гороха и лука.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 106

Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп картофельный с рыбными фрикадельками

Номер рецептуры: 106, 107

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель	106,6	80	10,66	8
Морковь	10	8	1	0,8
Лук репчатый	9,6	8	0,96	0,8
Томатное пюре	2	2	0,2	0,2
Масло растительное	2	2	0,2	0,2
Вода	140	140	14	14
Выход без фрикаделек		200		20
Фрикадельки рыбные		50		5
Выход		250		25

Рыбные фрикадельки, рецептура №107

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Минтай	94	47	9,4	4,7
Яйца	1/16 шт.	2,5	6 1/4 шт.	0,25
Лук репчатый.	11,9	10	1,19	1
Вода	4,5	4,5	0,45	0,45
Масса полуфабриката		62,5		6,25
Выход		50		5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	10,14
Жиры (г):	3,99
Углеводы (г):	13,02
Эн.ценность (ккал):	139,8

Ca (мг):	82,08
Mg (мг):	53,48
Fe (мг):	1,46
C (мг):	9,69

Технология приготовления.

В кипящий бульон кладут картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, добавляют нарезанные кубиками, слегка пассерованные или припущенные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют пассерованные томатное пюре, соль.

Технология приготовления рыбных фрикаделек. Филе рыбы с кожей без костей нарезают на куски, пропускают через мясорубку. Затем добавляют мелко- рубленый лук, яйца, соль, воду и все перемешивают, Сформированные шарики массой 15-18 грамм припускают в бульоне до готовности. Припущенные фрикадельки кладут в суп при отпуске. Бульон после припускания фрикаделек добавляют в суп.

Требования к качеству:

Внешний вид: картофель и овощи нарезаны кубиками, сохранили форму нарезки.

Фрикадельки одинакового размера.

Консистенция: овощи и картофель мягкие, фрикадельки- упругие, сочные.

Цвет: бульона - золотистый, жира на поверхности- светло- оранжевый.

Вкус: свойственный картофельному супу на рыбном бульоне, умеренно соленый.

Запах: рыбных продуктов, овощей.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 98.

Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп крестьянский с крупой.

Номер рецептуры: 98

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Капуста свежая	37,5	30	3,75	3
Картофель	33,25	25	3,33	2,5
Крупа рисовая	10	10	1	1
Морковь	12,5	10	1,25	1
Лук репчатый	12	10	1,2	1
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Бульон (техн. карта №108)	212,5	212,5	21,25	21,25
Выход		250		25

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	5,82	Ca (мг):	38,72
Жиры (г):	8,53	Mg (мг):	14,18
Углеводы (г):	6,35	Fe (мг):	0,71
Эн.ценность (ккал):	127,34	C (мг):	9,92

Технология приготовления.

В кипящий бульон кладут подготовленную крупу, свежую белокочанную капусту, нарезанную шашками, картофель, рисовую крупу и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки кладут слегка пассерованные или припущенные овощи.

Требования к качеству:

Внешний вид: картофель и овощи нарезаны кубиками, капуста- шашками, крупа хорошо разварилась, но не потеряла форму.

Консистенция: картофель, коренья- мягкие, крупа- хорошо разварившаяся.

Цвет: бульона- золотистый; жира на поверхности- светло- оранжевый.

Вкус: картофеля, овощей, крупы умеренно соленый.

Запах: овощей и крупы.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №84

Наименование кулинарного изделия (блюда): Борщ с фасолью и картофелем
Номер рецептуры: 84

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тютельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Свекла	50	40	5	4
Картофель	33,25	25	3,33	2,5
Фасоль	10	10	1	1
Морковь	12,5	10	1,25	1
Лук репчатый	15,25	12,5	1,53	1,25
Томатное пюре	7,5	7,5	0,75	0,75
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Чеснок	1	0,75	0,1	0,075
Сахар	1,5	1,5	0,15	0,15
Бульон (техн. карта №108)		200		20
Сметана	10	10	1	1
Выход		250/10		25/1

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	8,16	Ca (мг):	65,92
Жиры (г):	10,23	Mg (мг):	35,35
Углеводы (г):	14,79	Fe (мг):	2,18
Эн.ценность (ккал):	195,04	C (мг):	12,08

Технология приготовления.

Фасоль перебрать, промыть, замочить в холодной воде в течение 5-6 часов. Замоченную фасоль залить кипящей водой и варить до неполного разваривания фасоли (минут 25-30). Подготовленную свеклу мелко нарезать или натереть на терке и тушить в небольшом количестве воды с добавлением лимонной кислоты. В кипящий бульон кладут картофель, нарезанный кубиками, и варят 10-15 мин, затем добавляют тушеную свеклу, слегка пассированные или припущенные овощи. За 5-10 мин до окончания варки кладут предварительно сваренную фасоль, добавляют сахар, растертый с солью, чеснок и доводят до готовности.

Требования к качеству:

Внешний вид: овощи сохранившие форму нарезки (свекла, морковь, лук- соломкой, картофель- кубиками).

Консистенция: свекла, овощи и фасоль- мягкие.

Вкус: кисло-сладкий, умеренно соленый.

Цвет: свойственный овощам.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 331

Наименование кулинарного изделия (блюда): Соус сметанный с томатом

Номер рецептуры: 331

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тютельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Сметана	7,5	7,5	0,75	0,75
Мука пшеничная	2,25	2,25	0,23	0,23
Вода	22,5	22,5	2,25	2,25
Томатное пюре	3,0	3,0	0,3	0,3
Выход		30		3

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	0,54	Ca (мг):	8,76
Жиры (г):	1,47	Mg (мг):	2,94
Углеводы (г):	2,1	Fe (мг):	0,12
Эн.ценность (ккал):	24,03	C (мг):	0,42

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Сметана	10	10	1	1
Мука пшеничная	3	3	0,3	0,3
Вода	30	30	3	3
Томатное пюре	4,0	4,0	0,4	0,4
Выход		40		4

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	0,72	Ca (мг):	11,68
Жиры (г):	1,96	Mg (мг):	3,92
Углеводы (г):	2,8	Fe (мг):	0,16
Эн.ценность (ккал):	32,04	C (мг):	0,56

Технология приготовления.

Для белого соуса пассируют муку при непрерывном помешивании до образования светло-кремового цвета, не допуская пригорания. В пассированную муку, охлажденную до 60-70⁰С, выливают 1/4 часть горячей воды или отвара и вымешивают. Для приготовления соуса сметанного в горячий белый соус кладут прокипяченную сметану, соль и кипятят 3-5 мин, процеживают и доводят до кипения.

Томатное пюре уваривают до половины первоначального объема, соединяют с соусом сметанным. Соус проваривают, процеживают и доводят до кипения.

Требования к качеству.

Внешний вид: однородная не расслоившаяся масса.

Консистенция: вязкая, полужидкая, эластичная.

Цвет: светло-оранжевый.

Вкус: умеренно-соленый, с привкусом томата и свежей сметаны,

Запах: свежей сметаны с томатом.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 326

Наименование кулинарного изделия (блюда): Соус молочный (для подачи к блюду)

Номер рецептуры: 326

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Молоко	15	15	1,5	1,5
Масло сливочное	1,65	1,65	0,17	0,17
Мука пшеничная	1,65	1,65	0,17	0,17
Вода	15	15	1,5	1,5
Сахар	0,3	0,3	0,03	0,03
Выход		30		3

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	0,62	Ca (мг):	19,75
Жиры (г):	1,57	Mg (мг):	2,82
Углеводы (г):	2,13	Fe (мг):	0,06
Эн.ценность (ккал):	25,14	C (мг):	0,1

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Молоко	20	20	2	2
Масло сливочное	2,2	2,2	0,22	0,22
Мука пшеничная	2,2	2,2	0,22	0,22
Вода	20	20	2	2
Сахар	0,4	0,4	0,04	0,04
Выход		30		3

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	0,83	Ca (мг):	26,33
Жиры (г):	1,18	Mg (мг):	3,76
Углеводы (г):	2,84	Fe (мг):	0,08
Эн.ценность (ккал):	33,52	C (мг):	0,13

Технология приготовления.

Пассированную на масле муку разводят горячим молоком с добавлением воды и варят 7-10мин при слабом кипении. Затем кладут соль, сахар, процеживают и доводят до кипения.

Требования к качеству.

Внешний вид: однородная масса с гладкой бархатистой поверхностью.

Консистенция: жидкая, эластичная, нежная.

Цвет: кремовый.

Вкус: нежный. *Запах:* кипяченого молока.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 240

Наименование кулинарного изделия (блюда): Фрикадельки рыбные с соусом сметанным с томатом.

Номер рецептуры: 240

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Минтай	71	33	7,1	3,3
Хлеб пшеничный	7	7	0,7	0,7
Молоко	10	10	1	1
Яйца	1/10 шт.	4	10 шт.	0,4
Лук репчатый	9	7	0,9	0,7
Масса полуфабриката		59		5,9
Масса готовых фрикаделек		50		5
Соус сметанный с томатом. Номер рецептуры 331		30		3
Выход с соусом		80		8

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	6,68	Ca (мг):	38,28
Жиры (г):	2,4	Mg (мг):	22,01
Углеводы (г):	6,51	Fe (мг):	0,53
Эн.ценность (ккал):	74	C (мг):	0,7

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Минтай	88,75	41,25	8,88	4,13
Хлеб пшеничный	8,75	8,75	0,88	0,88
Молоко	12,5	12,5	1,25	1,25
Яйца	1/8 шт.	5	12,5 шт.	0,5
Лук репчатый	11,25	8,75	1,13	0,88
Масса полуфабриката		73,75		7,34
Масса готовых фрикаделек		62,5		6,25
Соус сметанный с томатом. Номер рецептуры 331		40		4
Выход с соусом		102,5		10,25

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	8,35
Жиры (г):	3
Углеводы (г):	8,14
Эн.ценность (ккал):	92,5

Ca (мг):	47,85
Mg (мг):	27,51
Fe (мг):	0,66
C (мг):	0,88

Технология приготовления.

Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски, пропускают через мясорубку вместе с замоченным в молоке черствым пшеничным хлебом, добавляют соль, тщательно перемешивают и выбивают. В рыбную котлетную массу добавляют лук, яйца, тщательно перемешивают, разделявают на шарики массой по 15-18 г и припускают 10-15 мин. При отпуске фрикадельки гарнируют, поливают соусом.

Требования к качеству.

Внешний вид: фрикадельки в виде шариков, политы соусом.

Консистенция: фрикаделек- в меру плотная, сочная, однородная.

Цвет: белый или светло- серый.

Вкус: умеренно- соленый..

Запах: припущенной рыбы с ароматом лука и соуса.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 234

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Котлеты или биточки рыбные.**

Номер рецептуры: 234

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Треска ¹	67,5	49,5	6,75	4,95
или минтай	105	49,5	10,5	4,95
или из филе, выпускаемого промышленностью: треска	52,5	49,5	5,25	4,95
Хлеб пшеничный	13,5	13,5	1,35	1,35
Молоко	19,5	19,5	1,95	1,95
Сухари	7,5	7,5	0,75	0,75
Масса полуфабриката	-	87	-	8,7
Масло растительное	7,5	7,5	0,75	0,75
Масса запеченных изделий	-	75	-	7,5
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Выход с маслом		80		8

¹ нормы закладки даны для трески потрошеной обезглавленной

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

котлеты или биточки из трески

Белки (г):	9,79
Жиры (г):	9,69
Углеводы (г):	11,96
Эн.ценность ккал):	173,98

Ca (мг):	48,12
Mg (мг):	19,49
Fe (мг):	0,99
C (мг):	0,75

котлеты или биточки из минтая

Белки (г):	9,73
Жиры (г):	3,69
Углеводы (г):	11,96
Эн.ценность ккал):	175,48

Ca (мг):	55,11
Mg (мг):	31,13
Fe (мг):	1,11
C (мг):	0,5

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Треска ¹	84,38	61,88	8,44	6,19
или минтай	131,25	61,88	13,13	6,19
или из филе, выпускаемого промышленностью: треска	65,63	61,88	6,56	6,19
Хлеб пшеничный	16,88	16,88	1,69	1,69
Молоко	24,38	24,38	2,44	2,44

Сухари	9,38	9,38	0,94	0,94
Масса полуфабриката	-	108,75	-	10,88
Масло растительное	9,38	9,38	0,94	0,94
Масса запеченных изделий	-	93,75	-	9,38
Масло сливочное	6,25	6,25	0,63	0,63
Выход с маслом		100		10

[†] нормы закладки даны для трески потрошеной обезглавленной

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

котлеты или биточки из трески

Белки (г):	12,24
Жиры (г):	12,11
Углеводы (г):	14,95
Эн.ценность ккал):	217,48

Ca (мг):	60,15
Mg (мг):	24,36
Fe (мг):	1,24
C (мг):	0,94

котлеты или биточки из минтая

Белки (г):	12,16
Жиры (г):	4,61
Углеводы (г):	14,95
Эн.ценность ккал):	219,35

Ca (мг):	68,89
Mg (мг):	38,91
Fe (мг):	1,39
C (мг):	0,63

Технология приготовления.

Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски, пропускают через мясорубку вместе с замоченным в молоке черствым пшеничным хлебом, добавляют соль, тщательно перемешивают и выбивают. Из полученной котлетной массы формируют котлеты или биточки, панируют в сухарях и запекают в жарочном шкафу до готовности.

При отпуске котлеты или биточки гарнируют поливают растопленным и доведенным до кипения сливочным маслом.

Требования к качеству.

Внешний вид: биточки- кругло- приплюснутой формы, котлеты- овально- приплюснутой формы с заостренным концом, аккуратно уложены, сбоку- гарнир.

Консистенция: сочная, однородная.

Цвет: корочки- золотистый, на разрезе- светло- серый.

Вкус: запеченной рыбной котлетной массы, умеренно соленый.

Запах: приятный, рыбы и сливочного масла.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №297

Наименование кулинарного изделия (блюда): Голубцы ленивые.
Номер рецептуры: 297

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2014 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Капуста свежая белокочанная	143,69	114	14,37	11,4
Говядина (котлетное мясо)	96,19	71,25	9,56	7,7
Крупа рисовая	9,5	27,31*	0,95	2,73
Лук репчатый	19	15,44	1,9	1,54
Масло сливочное	4,75	4,75	0,48	0,48
Масса припущенного лука с маслом	-	16,63		1,66
Яйца	1/7 шт.	5,94	15 шт.	0,594
Масса полуфабриката		229,19		23
Масса тушеных голубцов	-	190		19
Соус сметанный с томатом (№ рец. 355)		40		4
Выход:		230		23

*- масса рассыпчатого риса

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	16,77	Ca (мг):	71,25
Жиры (г):	10,74	Mg (мг):	52,37
Углеводы (г):	24,06	Fe (мг):	1,94
Эн.ценность (ккал):	260,06	C (мг):	23,79

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Капуста свежая белокочанная	173,94	138	17,39	13,8
Говядина (котлетное мясо)	116,44	86,25	11,64	8,63
Крупа рисовая	11,5	33,06*	1,15	23,31
Лук репчатый	23	18,69	2,3	1,87
Масло сливочное	5,75	5,75	0,58	0,58
Масса припущенного лука с маслом	-	20,13		2,013
Яйца	5/28 шт.	7,19	18 шт.	0,72
Масса полуфабриката		277,44		27,74
Масса тушеных голубцов	-	230		23
Соус сметанный с томатом (№ рец. 355)		40		4
Выход:		270		27

*- масса рассыпчатого риса

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	20,18
Жиры (г):	12,5
Углеводы (г):	28,41
Эн.ценность (ккал):	306,8

Ca (мг):	83,25
Mg (мг):	63,39
Fe (мг):	2,3
C (мг):	28,63

Технология приготовления

Котлетное мясо дважды пропускают через мясорубку. При повторном измельчении добавляют нашинкованную, свежую белокочанную капусту. В подготовленный мяско-капустный фарш вводят мелко рубленный припущенный лук, рассыпчатый рис, яйца, соль и перемешивают. Из полученной массы формируют голубцы, придавая изделиям цилиндрическую форму. Голубцы кладут на смазанный маслом противень. Заливают водой (10-20 г на порцию) и запекают в жарочном шкафу 20-25 минут при температуре 220-280⁰С. Отпускают с соусом сметанным с томатом.

Требования к качеству.

Внешний вид: порционные изделия, уложенные на тарелку и политые соусом.

Консистенция: капусты - мягкая, фарша - сочная, нежная.

Цвет: светло-коричневый или оранжевый.

Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо.

Запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 355

Наименование кулинарного изделия (блюда): Соус сметанный с томатом

Номер рецептуры: 355

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2014г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Сметана	10	10	1	1
Мука пшеничная	3	3	0,3	0,3
Вода	30	30	3	3
Томатное пюре	4	4	0,4	0,4
Соль	-	0,32	-	0,03
Выход		40		4

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	0,7	Ca (мг):	11,69
Жиры (г):	2	Mg (мг):	3,92
Углеводы (г):	2,8	Fe (мг):	0,16
Эн.ценность (ккал):	32,04	C (мг):	0,54

Технология приготовления.

Приготовление соуса сметанного. Для белого соуса пассируют муку при непрерывном помешивании до образования светло-кремового цвета, не допуская пригорания. В пассированную муку, охлажденную до 60-70⁰С, выливают 1/4 часть горячей воды или отвара и вымешивают. Для приготовления соуса сметанного в горячий белый соус кладут прокипяченную сметану, соль и кипятят 3-5 мин, процеживают и доводят до кипения.

Соус проваривают, процеживают и доводят до кипения. Томатное пюре уваривают до половины первоначального объема, соединяют с соусом сметанным.

Требования к качеству.

Внешний вид: однородная масса, без комочков неразварившейся муки, пленки и всплывшего жира.

Консистенция: вязкая, полужидкая, эластичная.

Цвет: светло-оранжевый.

Вкус: продуктов, входящих в соус, умеренно-соленый,

Запах: сметаны с томатом и продуктов, входящих в соус.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №239

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Тефтели рыбные**

Номер рецептуры: **239**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Минтай	102	49,5	10,2	4,95
Хлеб пшеничный	10,5	10,5	1,05	1,05
Молоко	15	15	1,5	1,5
Лук репчатый	13,5	10,5	1,35	1,05
Мука пшеничная	6	6	0,6	0,6
Масса полуфабриката		88,5		8,85
Масло растительное	7,5	7,5	0,75	0,75
Масса тушеных тефтелей		75		7,5
Соус №331		30		3
Выход с соусом		105		10,5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	9,66	Ca (мг):	72,22
Жиры (г):	8,93	Mg (мг):	22,95
Углеводы (г):	13,15	Fe (мг):	0,69
Эн.ценность (ккал):	149,06	C (мг):	1,52

Технология приготовления.

Филе без кожи и костей промывают, нарезают на куски, пропускают два раза через мясорубку вместе с очищенным луком репчатым и размоченным в молоке хлебом пшеничным. В полученную массу добавляют соль поваренную йодированную (3/4 от рецептурной нормы), хорошо вымешивают и формируют шарики по 3-5 шт. на порцию, панируют в муке пшеничной, заливают соусом, добавляют воду 10% от массы соуса и тушат 10-15 мин. При отпуске тефтели рыбные поливают соусом, в котором они тушились.

Требования к качеству.

Внешний вид: тефтели в виде шариков с равномерной (без трещин) мягкой корочкой, политы соусом.

Консистенция: тефтелей- в меру плотная, сочная, однородная.

Цвет: корочки- светло- коричневый, на разрезе- светло- серый.

Вкус: тушеной рыбы в соусе, умеренно- соленый.

Запах: тушеной рыбы с ароматом лука и соуса.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 235

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Шницель рыбный натуральный.**

Номер рецептуры: 235

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Треска ¹	87	64,5	8,7	6,45
или минтай	139,5	64,5	13,95	6,45
или из филе, выпускаемого промышленностью: треска	67,5	64,5	6,75	6,45
Лук репчатый	15	13,5	1,5	1,35
Молоко	6	6	0,6	0,6
Яйца	0,075 шт.	3	7,5 шт.	0,3
Сухари	9	9	0,9	0,9
Масса полуфабриката	-	94,5	-	9,45
Масло растительное	7,5	7,5	0,75	0,75
Масса запеченного изделия	-	75	-	7,5
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Выход с маслом		80		8

¹ - нормы закладки даны для трески потрошенной обезглавленной

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

шницель из трески

Белки (г):	11,55
Жиры (г):	10,92
Углеводы (г):	6,83
Эн.ценность (ккал):	170,98

Ca (мг):	110,54
Mg (мг):	47,28
Fe (мг):	2,55
C (мг):	3,18

шницель из минтая

Белки (г):	10,36
Жиры (г):	9,69
Углеводы (г):	6,83
Эн.ценность (ккал):	155,98

Ca (мг):	52,94
Mg (мг):	29,09
Fe (мг):	2,31
C (мг):	3,05

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Треска ¹	108,75	80,63	10,88	8,06
или минтай	174,38	80,63	17,44	8,06

или из филе, выпускаемого промышленностью: треска	84,38	80,63	8,44	8,06
Лук репчатый	18,75	16,88	1,88	1,69
Молоко	7,5	7,5	0,75	0,75
Яйца	0,094 шт.	3,75	9,4 шт.	0,375
Сухари	11,25	11,25	1,13	1,13
Масса полуфабриката	-	118,13	-	11,81
Масло растительное	9,38	9,38	0,94	0,94
Масса запеченного изделия	-	93,75	-	9,38
Масло сливочное	6,25	6,25	0,63	0,63
Выход с маслом		100		10

Г- нормы закладки даны для трески потрошенной обезглавленной

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

шницель из трески

Белки (г):	14,44
Жиры (г):	13,65
Углеводы (г):	8,54
Эн.ценность (ккал):	213,73

Ca (мг):	138,18
Mg (мг):	59,1
Fe (мг):	3,19
C (мг):	3,98

шницель из минтая

Белки (г):	12,95
Жиры (г):	12,11
Углеводы (г):	8,54
Эн.ценность (ккал):	194,98

Ca (мг):	66,18
Mg (мг):	36,36
Fe (мг):	2,89
C (мг):	3,81

Технология приготовления.

Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски, перемешивают с луком репчатым и пропускают через мясорубку с крупной решеткой. Подготовленную массу солят, формируют изделия овальной формы, смачивают в яйце, взбитом с молоком, панируют в сухарях, запекают до готовности в жарочном шкафу.

При отпуске шницель поливают растопленным и доведенным до кипения сливочным маслом и гарнируют.

Требования к качеству.

Внешний вид: шницель имеет овальную форму, равномерно пропеченную поверхность, без трещин.

Консистенция: сочная, рыхлая, однородная.

Цвет: корочки- золотистый, на разрезе- светло- серый.

Вкус: запеченной рыбной массы, умеренно соленый.

Запах: приятный, рыбы и сливочного масла.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 268

Наименование кулинарного изделия (блюда): Котлеты, биточки, шницеля

Номер рецептуры: 268

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Говядина	75	55,5	7,5	5,55
Хлеб пшеничный	13,5	13,5	1,35	1,35
Молоко	18	18	1,8	1,8
Лук репчатый	7,5	6	0,75	0,6
Сухари	7,5	7,5	0,75	0,75
Масса полуфабриката		93		9,3
Масло растительное	4,5	4,5	0,45	0,45
Масса тушеных изделий		75		7,5
Масло сливочное	7,5	7,5	0,75	0,75
Выход		82,5		8,25

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	12,38	Ca (мг):	32,36
Жиры (г):	18,15	Mg (мг):	41,84
Углеводы (г):	10,74	Fe (мг):	2,1
Эн.ценность (ккал):	258	C (мг):	0,26

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Говядина	100	74	10	7,4
Хлеб пшеничный	18	13,5	1,35	1,35
Молоко	24	24	2,4	2,4
Лук репчатый	10	8	1	0,8
Сухари	10	10	1	1
Масса полуфабриката		124		12,4
Масло растительное	6	6	0,6	0,6
Масса тушеных изделий		100		10
Масло сливочное	10	10	0,1	0,1
Выход		100/10		10/1

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	16,5	Ca (мг):	43,04
Жиры (г):	24,2	Mg (мг):	55,78
Углеводы (г):	14,32	Fe (мг):	2,8
Эн.ценность (ккал):	344	C (мг):	0,34

Технология приготовления.

Мясо говядины провернуть через мясорубку, соединить с черствым пшеничным хлебом, предварительно замоченным в молоке, добавить рубленый лук, соль и перемешать. После повторного пропускания через мясорубку котлетную массу перемешивают. Котлетную массу тщательно перемешивают (отбивают), чтобы масса обогатилась воздухом. Из котлетной массы разделяют изделия овально-приплюснутой формы с заостренным концом (котлеты) или биточки кругло-приплюснутой формы толщиной 2,0-2,5 см (биточки), или плоскоовальной формы толщиной 1 см (шницели), панируют в сухарях. Изделия доводят до готовности в духовом шкафу (темпер.250-280 гр. в течении 20-25 минут). Молоко для замачивания хлеба должно быть холодным.

Требования к качеству.

Внешний вид: форма котлет – овально-приплюснутая с заостренным концом, биточка-кругло- приплюснутая или шницели плоскоовальной формы, сбоку подлит соус и уложен гарнир.

Консистенция: пышная, сочная, однородная.

Цвет: корочки – коричневый, на разрезе – светло-серый.

Вкус: тушеного мяса, умеренно соленый, без привкуса хлеба.

Запах: тушеного мяса, запанированного в сухарях.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 237

Наименование кулинарного изделия (блюда): Зразы рыбные рубленые с соусом сметанным с томатом.

Номер рецептуры: 237

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Минтай	71	33	7,1	3,3
Или треска ¹	45	33	4,5	3,3
Хлеб пшеничный	9	9	0,9	0,9
Молоко	13	13	1,3	1,3
Масса рыбная котлетная		53		5,3
Фарш:				
лук репчатый	13	11/6 ²	1,3	1,1/0,6 ²
масло растительное	2	2	0,2	0,2
крупа рисовая	2	2/5 ³	0,2	0,2/0,5 ³
яйца	1/8 шт.	5	12,5 шт.	0,5
Масса фарша		16		1,6
Сухари	3	3	0,3	0,3
Масса полуфабриката		72		7,2
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Масса готовых зраз		60		6
Соус сметанный с томатом. Номер рецептуры 331		30		3
Выход с соусом		90		9

¹ - нормы закладки даны для трески обезглавленной,
² - масса лука пассированного,
³ - масса вареного риса

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Зразы рыбные рубленые из рыбы «Минтай»

Белки (г):	6,77	Ca (мг):	39,49
Жиры (г):	7,83	Mg (мг):	20,98
Углеводы (г):	11,37	Fe (мг):	0,78
Эн.ценность (ккал):	143	C (мг):	0,97

Зразы рыбные рубленые из рыбы «Треска»

Белки (г):	6,8	Ca (мг):	36,23
Жиры (г):	7,77	Mg (мг):	15,54
Углеводы (г):	11,37	Fe (мг):	0,71
Эн.ценность (ккал):	143	C (мг):	1,08

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Минтай	94,67	44	9,47	4,4
Или треска ¹	60	44	6	4,4
Хлеб пшеничный	12	12	1,2	1,2
Молоко	17,33	17,33	1,73	1,73
Масса рыбная котлетная		70,67		
Фарш:				
лук репчатый	17,33	14,67/8 ²	1,73	1,47/08 ²
масло растительное	2,67	2,67	0,27	0,27
крупа рисовая	2,67	2,67/56,67 ³	0,27	0,27/5,67 ³
яйца	1/6 шт.	6,67	16,7 шт.	0,67
Масса фарша		21,33		2,13
Сухари	4	4	0,4	0,4
Масса полуфабриката		96		9,6
Масло растительное	6,67	6,67	0,67	0,67
Масса готовых зраз		80		8
Соус сметанный с томатом. Номер рецептуры 331		40		4
Выход с соусом		120		12
¹ - нормы закладки даны для трески обезглавленной, ² - масса лука пассированного, ³ - масса вареного риса				

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Зразы рыбные рубленые из рыбы «Минтай»

Белки (г):	9,03	Ca (мг):	52,65
Жиры (г):	10,44	Mg (мг):	27,97
Углеводы (г):	15,16	Fe (мг):	1,04
Эн.ценность (ккал):	190,67	C (мг):	1,29

Зразы рыбные рубленые из рыбы «Треска»

Белки (г):	9,07	Ca (мг):	48,31
Жиры (г):	10,36	Mg (мг):	20,72
Углеводы (г):	15,16	Fe (мг):	0,95
Эн.ценность (ккал):	190,67	C (мг):	1,44

Технология приготовления.

Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски, пропускают через мясорубку вместе с замоченным в молоке черствым пшеничным хлебом, добавляют соль, тщательно перемешивают и выбивают. Рыбную котлетную массу формируют в виде лепешек толщиной 1 см. На середину кладут фарш, края лепешек соединяют, панируют в сухарях, придавая им овальную форму. Зразы запекают до готовности в жарочном шкафу 4-5 мин.

Для фарша: лук репчатый мелко нарезают и пассируют. Рис отваривают, соединяют со слегка пассированным или припущенным луком, рублеными вареными яйцами, добавляют соль и перемешивают.

При подаче зразы (1-2 шт. на порцию) гарнируют, поливают соусом.

Требования к качеству.

Внешний вид: зразы имеют овально- приплюснутую форму с тупыми концами, с равномерной тонкой корочкой, без трещин, политы соусом, рядом гарнир.

Консистенция: сочная, однородная.

Цвет: поверхности- светло- коричневый, равномерный, на разрезе оболочки- серо- белый с желтоватым фаршем из яиц, лука и риса.

Вкус: запеченной рыбы с привкусом фарша из вареных яиц, риса и пассированного лука.

Запах: приятный, рыбы и соуса.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 269

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Пудинг рыбный запеченный с соусом молочным густым (для фарширования).**

Номер рецептуры: 269/353

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2014г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Хек тихоокеанский	101,29	49	10,13	4,9
или треска [†]	69,55	51	6,96	5,1
Масса припущенной рыбы	-	40	-	4
Хлеб пшеничный	8	8	0,8	0,8
Молоко	12	12	1,2	1,2
Яйца	1/8 шт.	5	12,5 шт.	0,5
Масло сливочное	3	3	0,3	0,3
Соль	0,3	0,3	0,03	0,03
Масса полуфабриката	-	65	-	6,5
Соус №353	15	15	1,5	1,5
Выход готового пудинга с соусом		75		7,5

[†] нормы даны для трески потрошеной обезглавленной

или.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Из филе, выпускаемого промышленностью: хек тихоокеанский	54	49	5,4	4,9
или треска	54	51	5,4	5,1
Масса припущенной рыбы	-	40	-	4
Хлеб пшеничный	8	8	0,8	0,8
Молоко	12	12	1,2	1,2
Яйца	1/8 шт.	5	12,5 шт.	0,5
Масло сливочное	3	3	0,3	0,3
Соль	0,3	0,3	0,03	0,03
Масса полуфабриката	-	65	-	6,5
Соус №353	15	15	1,5	1,5
Выход готового пудинга с соусом		75		7,5

Соус молочный густой (для фарширования) №353

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Молоко	7,5	7,5	0,75	0,75
Масло сливочное	1,65	1,65	0,17	0,17

Мука пшеничная	1,65	1,65	0,17	0,17
Вода	7,5	7,5	0,75	0,75
Соль	-	0,14	-	0,014
Выход		15		1,5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

пудинг из хека

Белки (г):	9,49
Жиры (г):	4,97
Углеводы (г):	6,21
Эн.ценность (ккал):	107

Ca (мг):	38,4
Mg (мг):	18,4
Fe (мг):	0,62
C (мг):	0,14

пудинг из трески

Белки (г):	9,51
Жиры (г):	4,32
Углеводы (г):	6,21
Эн.ценность (ккал):	102

Ca (мг):	36,9
Mg (мг):	17,0
Fe (мг):	0,55
C (мг):	0,22

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Хек тихоокеанский	121,55	58,8	12,16	5,88
или треска ¹	83,46	61,2	8,35	6,12
Масса припущенной рыбы	-	48	-	4,8
Хлеб пшеничный	9,6	9,6	0,96	0,96
Молоко	14,4	14,4	1,44	1,44
Яйца	0,15 шт.	6	15 шт.	0,6
Масло сливочное	3,6	3,6	0,36	0,36
Соль	0,4	0,4	0,04	0,04
Масса полуфабриката	-	78	-	7,8
Соус №353	18	18	1,8	1,8
Выход готового пудинга с соусом		90		9

¹ нормы даны для трески потрошеной обезглавленной

или.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Из филе, выпускаемого промышленностью: хек тихоокеанский	64,8	58,8	6,48	5,88
или треска	64,38	61,2	6,44	6,12
Масса припущенной рыбы	-	48	-	4,8
Хлеб пшеничный	9,6	9,6	0,96	0,96
Молоко	14,4	14,4	1,44	1,44
Яйца	0,15 шт.	6	15 шт.	0,6

Масло сливочное	3,6	3,6	0,36	0,36
Соль	0,4	0,4	0,04	0,04
Масса полуфабриката	-	78	-	7,8
Соус №353	18	18	1,8	1,8
Выход готового пудинга с соусом		90		9

Соус молочный густой (для фарширования) №353

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Молоко	9	9	0,9	0,9
Масло сливочное	1,98	1,98	0,2	0,2
Мука пшеничная	1,98	1,98	0,2	0,2
Вода	9	9	0,9	0,9
Соль	-	0,17	-	0,017
Выход		18		1,8

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

пудинг из хека

Белки (г):	11,39
Жиры (г):	5,96
Углеводы (г):	7,45
Эн.ценность (ккал):	128,4

Ca (мг):	46,08
Mg (мг):	22,08
Fe (мг):	0,74
C (мг):	0,17

пудинг из трески

Белки (г):	11,41
Жиры (г):	5,18
Углеводы (г):	7,45
Эн.ценность (ккал):	122,4

Ca (мг):	44,28
Mg (мг):	20,4
Fe (мг):	0,66
C (мг):	0,26

Технология приготовления. Приготовление соуса молочного. Просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу до слегка кремового цвета, не допуская пригорания. Муку охлаждают и разводят молоком с добавлением воды и варят 7-10 мин при слабом кипении. Затем кладут сахар, соль, процеживают и доводят до кипения.

Для улучшения вкуса и эластичности в соус можно добавить сырые яичные желтки (2-3 шт. на 1 кг соуса).

Приготовление пудинга. Филе рыбы припускают, охлаждают, измельчают вместе с хлебом, замоченным в молоке, добавляют яичные желтки, масло сливочное, хорошо вымешивают, вводят взбитые белки, выкладывают в формы, смазанные маслом, заливают молочным соусом и запекают 15-20 мин.

Требования к качеству.

Внешний вид: поверхность покрыта равномерной запеченной корочкой, без трещин, сбоку- гарнир.

Консистенция: мягкая, сочная, корочки- хрустящая.

Цвет: поверхности светло- коричневым, на разрезе- серый.

Вкус: запеченной рыхлой массы и соуса.

Запах: продуктов, входящих в блюдо.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 260.

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Гуляш.**

Номер рецептуры: 260

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Говядина (лопаточная и подлопаточная части, грудинка, покромка)	107	79	10,7	7,9
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Лук репчатый	12	10	1,2	1
Томатное пюре	8	8	0,8	0,8
Мука пшеничная	2	2	0,2	0,2
Масса тушеного мяса		50		5
Масса соуса		50		5
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	14,55	Ca (мг):	21,81
Жиры (г):	16,79	Mg (мг):	22,03
Углеводы (г):	2,89	Fe (мг):	3,06
Эн.ценность (ккал):	221	C (мг):	0,92

Технология приготовления.

Нарезанное кубиками по 20-30 г мясо заливают водой (50 грамм на порцию) и тушат с добавлением пассированного томатного пюре в закрытой посуде около часа. На бульоне, оставшемся после тушения, готовят соус, добавляя в него слегка пассированный или припущенный лук, соль, заливают им мясо и тушат еще 25-30 мин. За 5-10 мин до готовности кладут лавровый лист.

Требования к качеству.

Внешний вид: мясо в соусе, нарезанное кубиками, рядом на тарелку уложен гарнир.

Консистенция: мяса- мягкая, сочная, соуса- однородная, слегка вязкая.

Цвет: мяса- светло- коричневый.

Вкус: тушеного мяса в томатном соусе, умеренно соленый.

Запах: тушеного мяса с припущенным луком и томатом.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 310

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Суфле куриное с соусом молочным густым (для фарширования).**

Номер рецептуры: 310/353

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2014г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Куры,	149,33	133,33 ¹ /50,67 ²	14,93	13,33 ¹ /5,07 ²
или бройлер- цыпленок,	157,33	116 ¹ /50,67 ²	15,73	11,6 ¹ /5,07 ²
или филе птицы (полуфабрикат)	52	50,67 ²	5,2	5,07 ²
Яйца	2/6 шт.	13,33	2/6 шт.	1,33
Масло для смазки форм	2,67	2,67	0,27	0,27
Соус молочный густой №353	-	20	-	2
Масса полуфабриката	-	80	-	8
Масса готового суфле	-	73,33	-	7,33
Масло сливочное	6,67	6,67	0,67	0,67
Соль	0,4	0,4	0,04	0,04
Выход с маслом сливочным		80		8

¹ - масса нетто (чистая мякоть), ² - вареная мякоть без кожи.

№353. Соус молочный густой (для фарширования).

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Молоко	15	15	1,5	1,5
Масло сливочное	2,6	2,6	0,26	0,26
Мука пшеничная	2,6	2,6	0,26	0,26
Вода	3	3	0,3	0,3
Соль	-	0,16	-	0,016
Выход		20		2

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Суфле куриное

Белки (г):	13,17
Жиры (г):	13,87
Углеводы (г):	2,45
Эн.ценность (ккал):	186,67

Ca (мг):	40,13
Mg (мг):	12,13
Fe (мг):	0,96
C (мг):	0,03

Суфле из бройлера- цыпленка

Белки (г):	12,45
Жиры (г):	12,28
Углеводы (г):	2,45
Эн.ценность ккал):	170,67

Ca (мг):	42,93
Mg (мг):	12,67
Fe (мг):	1,04
C (мг):	0,03

Суфле куриное, из филе птицы

Белки (г):	13,65
Жиры (г):	6,92
Углеводы (г):	2,45
Эн.ценность ккал):	125,33

Ca (мг):	28,8
Mg (мг):	15,2
Fe (мг):	0,88
C (мг):	0,03

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Куры,	186,66	166,66 ¹ /63,34 ²	18,67	16,67 ¹ /6,33 ²
или бройлер- цыпленок,	196,66	125 ¹ /63,34 ²	19,67	12,5 ¹ /6,33 ²
или филе птицы (полуфабрикат)	65	63,34 ²	6,5	6,33 ²
Яйца	0,42 шт.	16,66	42	1,67
Масло для смазки форм	3,34	3,34	0,33	0,33
Соус молочный густой №353	-	25	-	2,5
Масса полуфабриката	-	100	-	10
Масса готового суфле	-	91,66	-	9,17
Масло сливочное	8,34	8,34	0,83	0,83
Соль	0,5	0,5	0,05	0,05
Выход с маслом сливочным		100		10

¹ - масса нетто (чистая мякоть), ² - вареная мякоть без кожи.

№353. Соус молочный густой (для фарширования).

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Молоко	18,75	18,75	1,88	1,88
Масло сливочное	3,25	3,25	0,33	0,33
Мука пшеничная	3,25	3,25	0,33	0,33
Вода	3,75	3,75	0,38	0,38
Соль	0,2	0,2	0,02	0,02
Выход		25		2,5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Суфле куриное

Белки (г):	16,46
Жиры (г):	17,34
Углеводы (г):	3,06
Эн.ценность (ккал):	233,34

Ca (мг):	50,16
Mg (мг):	15,16
Fe (мг):	1,2
C (мг):	0,038

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию**Суфле из бройлера- цыпленка**

Белки (г):	15,56
Жиры (г):	15,35
Углеводы (г):	3,06
Эн.ценность (ккал):	213,34

Ca (мг):	53,66
Mg (мг):	15,84
Fe (мг):	1,3
C (мг):	0,038

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию**Суфле куриное, из филе птицы**

Белки (г):	17,06
Жиры (г):	8,65
Углеводы (г):	3,06
Эн.ценность (ккал):	156,66

Ca (мг):	36
Mg (мг):	19
Fe (мг):	1,1
C (мг):	0,038

Технология приготовления. Приготовление соуса молочного (для фарширования). Просеянную муку просушивают в жарочном шкафу до слегка кремового оттенка, не допуская пригорания. Муку охлаждают и разводят горячим молоком или молоком с добавлением воды, вымешивают до образования однородной массы и варят 7-10 мин при слабом кипении. Затем кладут соль, процеживают и доводят до кипения. Приготовление суфле. Мякоть отварных кур без кожи дважды пропускают через мясорубку с частой решеткой, в массу добавляют молочный соус, желтки яиц, затем взбивают и вводят белки, взбитые в густую пену, слегка вымешивают снизу вверх и раскладывают в формочки, смазанные маслом, варят на пару. Отпускают с растопленным и доведенным до кипения сливочным маслом.

Требования к качеству.

Внешний вид: изделие воздушное, пышное, ровное без надрывов.

Консистенция: сочная, мягкая, нежная.

Цвет: кремово- желтый.

Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо.

Запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 278

Наименование кулинарного изделия (блюда): Тефтели 1-й вариант.

Номер рецептуры: 278

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Говядина (котлетное мясо)	52	38	5,2	3,8
Хлеб пшеничный	8	8	0,8	0,8
Молоко	12	12	1,2	1,2
Лук репчатый	24	20	2,4	2,0
Масло растительное	3	3	0,3	0,3
Масса пассерованного лука		10		1
Мука пшеничная	4	4	0,4	0,4
Масса полуфабриката		71		7,1
Масло растительное	3	3	0,3	0,3
Масса готовых тефтелей		60		6
Соус №331		30		3
Выход		90		9

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	7,86	Ca (мг):	34,4
Жиры (г):	7,98	Mg (мг):	17,84
Углеводы (г):	9,32	Fe (мг):	0,8
Эн.ценность (ккал):	140,98	C (мг):	0,6

Технология приготовления.

Котлетную массу дважды пропускают через мясорубку, добавляют измельченный, слегка пассированный или припущенный репчатый лук, перемешивают и формируют в виде шариков по 3-4 шт. на порцию. Тефтели панируют в муке, перекалывают в неглубокую посуду в 1-2 ряда, запекают 6-8 минут до полуготовности, заливают соусом сметанным с томатом, в который добавляют 10-20 г воды и тушат 8-10 минут до готовности.

Отпускают тефтели с гарниром и соусом, в котором тушились тефтели.

Требования к качеству.

Внешний вид: тефтели в виде шариков с равномерной (без трещин) мягкой корочкой, пропитаны соусом, сбоку уложен гарнир.

Консистенция: тефтелей- в меру плотная, сочная, однородная.

Цвет: тефтелей - коричневый, соуса – светло-коричневый.

Вкус: тушеного мяса в соусе, умеренно соленый.

Запах: тушеного мяса с ароматом лука.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 259.

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Жаркое по-домашнему.**
 Номер рецептуры: **259**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тютельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Говядина	140,6	103,83	14,06	10,38
Картофель	174,8	131,4	17,48	13,14
Лук репчатый	15,8	13,14	1,58	1,31
Томатное пюре	7,89	7,89	0,79	0,79
Масло растительное	7,89	7,89	0,79	0,79
Масса тушеного мяса		65,7		6,57
Масса готовых овощей		164,3		16,43
Выход		230		23

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	21,29	Ca (мг):	40,1
Жиры (г):	23,78	Mg (мг):	55,83
Углеводы (г):	21,79	Fe (мг):	5,07
Эн.ценность (ккал):	387,7	C (мг):	8,88

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Говядина	171,2	126,4	17,12	12,64
Картофель	212,8	160	21,28	16
Лук репчатый	19,2	16	1,92	1,6
Томатное пюре	9,6	9,6	0,96	0,96
Масло растительное	9,6	9,6	0,96	0,96
Масса тушеного мяса		80		8
Масса готовых овощей		200		20
Выход		280		28

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	25,92	Ca (мг):	48,8
Жиры (г):	28,94	Mg (мг):	67,97
Углеводы (г):	26,53	Fe (мг):	6,17
Эн.ценность (ккал):	472	C (мг):	10,82

Технология приготовления.

Мясо нарезают по 2 куса на порцию, картофель и лук- дольками,. Мясо и вощи пассируют или припускают по отдельности. Пассированное или припущенное мясо и вощи кладут в посуду слоями, чтобы снизу и сверху мяса были овощи, добавляют томатное пюре, соль и бульон (продукты должны быть только покрыты жидкостью), закрывают крышкой и тушат до готовности. За 5-10 мин до окончания тушения кладут

лавровый лист. Отпускают жаркое вместе с бульоном и гарниром. Блюдо можно готовить без томатного пюре.

Требования к качеству:

Внешний вид: мясо нарезано поперек волокон, уложено на тарелку вместе с овощами. Овощи сохранили форму нарезки.

Консистенция: мяса – мяса и овощей- нежная, мягкая, сочная.

Цвет: мяса- коричневый, овощей- темно- красный.

Вкус: без посторонних привкусов, умеренно- соленый.

Запах: мяса в сочетании с ароматом овощей.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 280

Наименование кулинарного изделия (блюда): Фрикадельки в соусе сметанном с томатом.

Номер рецептуры: 280

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Говядина (котлетное мясо).	52	38	5,2	3,8
Хлеб пшеничный	8	8	0,8	0,8
Молоко	11	11	1,1	1,1
Лук репчатый	5	4	0,5	0,4
Мука пшеничная	5	5	0,5	0,5
Масса полуфабриката		65		
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Масса готовых фрикаделек		55		5,5
Соус сметанный с томатом. Номер рецептуры 331		30		3
Выход		85		8,5
Гарнир: рис отварной, картофель отварной, картофельное пюре				

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	8,52	Ca (мг):	29,7
Жиры (г):	10,51	Mg (мг):	13,49
Углеводы (г):	9,68	Fe (мг):	5,22
Эн.ценность (ккал):	169,98	C (мг):	0,02

Технология приготовления.

Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски, пропускают через мясорубку вместе с замоченным в молоке черствым пшеничным хлебом, добавляют соль, тщательно перемешивают и выбивают. В готовую котлетную массу добавляют сырой репчатый лук, тщательно перемешивают и разделяют в виде шариков массой 10-12 г, затем панируют в муке, перекладывают в неглубокую посуду в 1-2 ряда, заливают соусом с добавлением воды (10-20 г на порцию) и тушат 5-10 мин до готовности.

Отпускают фрикадельки с соусом, в котором они тушились, и гарниром.

Требования к качеству.

Внешний вид: фрикадельки в виде шариков с равномерной (без трещин) мягкой корочкой, пропитаны соусом, сбоку уложен гарнир.

Консистенция: фрикаделек- в меру плотная, сочная, однородная.

Цвет: фрикаделек- коричневый, соуса- розовый от томата.

Вкус: тушеного мяса в соусе, умеренно соленый.

Запах: тушеного мяса и соуса.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 287

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Тефтели мясные (2-й вариант) с соусом сметанным.**

Номер рецептуры: 287/354

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2014г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Говядина (котлетное мясо)	52	38	5,2	3,8
или телятина (котлетное мясо)	58	38	5,8	3,8
Вода	6	6	0,6	0,6
Крупа рисовая	5	5	0,5	0,5
Масса готового рассыпчатого риса	-	15	-	1,5
Лук репчатый	13	11	1,3	1,1
Масло сливочное	2	2	0,2	0,2
Масса припущенного лука	-	9	-	0,9
Мука пшеничная	4	4	0,4	0,4
Масса полуфабриката	-	71	-	7,1
Масло сливочное	2	2	0,2	0,2
Соль	0,3	0,3	0,03	0,03
Масса готовых тефтелей	-	60	-	6
Вода	12	12	1,2	1,2
Соус №354	-	20	-	2
Выход		80		8

Соус сметанный №354

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Сметана	5	5	0,5	0,5
Мука пшеничная	1,5	1,5	0,15	0,15
Вода	15	15	1,5	1,5
Масса белого соуса	-	15	-	1,5
Соль	-	0,16	-	0,016
Выход		20		2

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

тефтели из говядины

Белки (г):	7,58
Жиры (г):	7,84
Углеводы (г):	7,95
Эн.ценность (ккал):	125,36

Ca (мг):	14,88
Mg (мг):	15,89
Fe (мг):	0,66
C (мг):	0,44

тефтели из телятины

Белки (г):	8,27
Жиры (г):	5,04
Углеводы (г):	7,95
Эн.ценность (ккал):	103,36

Ca (мг):	15,98
Mg (мг):	15,09
Fe (мг):	1,31
C (мг):	0,44

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Говядина (котлетное мясо)	69,33	50,67	6,93	5,07
или телятина (котлетное мясо)	77,33	50,67	7,73	5,07
Вода	8	8	0,8	0,8
Крупа рисовая	6,67	6,67	0,67	0,67
Масса готового рассыпчатого риса	-	20	-	2
Лук репчатый	17,33	14,67	1,47	1,47
Масло сливочное	2,67	2,67	0,27	0,27
Масса припущенного лука	-	12	-	1,2
Мука пшеничная	5,33	5,33	0,53	0,53
Масса полуфабриката	-	94,67	-	9,47
Масло сливочное	2,67	2,67	0,27	0,27
Соль	0,4	0,4	0,04	0,04
Масса готовых тефтелей	-	80	-	8
Вода	15	15	1,5	1,5
Соус №354	-	25	-	2,5
Выход		100		

Соус сметанный №354

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Сметана	6,25	6,25	0,63	0,63
Мука пшеничная	1,88	1,88	0,19	0,19
Вода	18,75	18,75	1,88	1,88
Масса белого соуса	-	18,75	-	1,88
Соль	-	0,2	-	0,02
Выход		25		2,5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию тефтели из говядины

Белки (г):	9,48
Жиры (г):	9,8
Углеводы (г):	9,94
Эн.ценность (ккал):	156,7

Ca (мг):	18,6
Mg (мг):	19,86
Fe (мг):	0,83
C (мг):	0,55

тефтели из телятины

Белки (г):	10,34	11,06
Жиры (г):	6,3	6,74
Углеводы (г):	9,94	10,63
Эн.ценность (ккал):	129,2	138,24

Ca (мг):	19,98	21,37
Mg (мг):	18,86	20,18
Fe (мг):	1,64	1,75
C (мг):	0,55	0,59

Технология приготовления.

Приготовление соуса сметанного №354. Просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу до слегка кремового цвета, не допуская пригорания. В подготовленную муку, охлажденную до 60-70⁰С выливают ¼ часть горячей воды и вымешивают.

Для приготовления соуса сметанного в горячий белый соус кладут прокипяченную сметану, соль и кипятят 3-5 мин, процеживают и снова доводят до кипения.

Приготовление тефтелей мясных. Мясо дважды пропускают через мясорубку, добавляют соль, мелко нарезанный припущенный лук, отварной рассыпчатый рис, перемешивают и разделяют тефтели в виде шариков по 3-4 шт. на порцию. Шарики панируют в муке, запекают, перекладывают в неглубокую посуду в 1-2 ряда, заливают соусом с добавлением воды (4-5 грамм на порцию) и тушат 8-10 мин до готовности.

Отпускают с соусом, в котором тушились тефтели.

Требования к качеству.

Внешний вид: тефтели в виде шариков, поверхность без трещин, пропитаны соусом.

Консистенция: в меру плотная, сочная.

Цвет: тефтелей- коричневый, соуса- в зависимости от его вида.

Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо.

Запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 229

Наименование кулинарного изделия (блюда): Рыба, тушенная в томате с овощами

Номер рецептуры: 229

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Минтай	123	62	12,3	6,2
Вода	19	19	1,9	1,9
Морковь	23	18	2,3	1,8
Лук репчатый	16	12	1,6	1,2
Томатное пюре	10	10	1	1
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Раствор лимонной кислоты	2,5	2,5	0,25	0,25
Сахар	2	2	0,2	0,2
Лавровый лист	0,01	0,01	0,001	0,001
Масса тушеной рыбы		50		5
Масса готовой рыбы с овощами и соусом		100		10
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	9,75	Ca (мг):	39,07
Жиры (г):	4,95	Mg (мг):	48,53
Углеводы (г):	3,8	Fe (мг):	0,85
Эн.ценность (ккал):	105	C (мг):	3,73

Технология приготовления.

Порционные куски рыбы, нарезанные из филе с кожей без костей, укладывают в посуду в два слоя, чередуя со слоями нашинкованных овощей, заливают бульоном или водой, добавляют масло растительное, томатное пюре, раствор лимонной кислоты, сахар. соль. Посуду закрывают и тушат до готовности (45-60 мин.). За 5-7 мин до окончания тушения добавляют лавровый лист.

При отпуске рыбу поливают соусом с овощами, в котором она тушилась.

Требования к качеству:

Внешний вид: целый кусок тушеной рыбы, уложен на тарелку вместе с соусом, сбоку- гарнир.

Консистенция: мягкая.

Цвет: рыбы на разрезе- белый или светло- серый, соуса- оранжево- красный, овощей- натуральный.

Вкус: рыбы в сочетании с соусом и овощами, умеренно соленый.

Запах: свойственный тушеной рыбе, с ароматом лаврового листа.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №330.

Наименование кулинарного изделия (блюда): Соус сметанный

Номер рецептуры: 330

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Сметана	7,5	7,5	0,75	0,75
Мука пшеничная	2,25	2,25	0,26	0,26
Вода	22,5	22,5	2,25	2,25
Масса белого соуса		22,5		2,25
Выход		30		3

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	0,42	Ca (мг):	8,19
Жиры (г):	1,5	Mg (мг):	1,58
Углеводы (г):	1,76	Fe (мг):	0,062
Эн.ценность (ккал):	22,23	C (мг):	0,0114

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Сметана	10	10	1	1
Мука пшеничная	3	3	0,3	0,3
Вода	30	30	3	3
Масса белого соуса		30		3
Выход		40		4

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	0,56	Ca (мг):	10,92
Жиры (г):	2	Mg (мг):	2,11
Углеводы (г):	2,35	Fe (мг):	0,083
Эн.ценность (ккал):	29,65	C (мг):	0,015

Технология приготовления.

Для белого соуса пассируют муку при непрерывном помешивании до образования светло-кремового цвета, не допуская пригорания. В пассированную муку, охлажденную до 60-70⁰С, выливают 1/4 часть горячей воды или отвара и вымешивают. Для приготовления соуса сметанного в горячий белый соус кладут прокипяченную сметану, соль и кипятят 3-5 мин, процеживают и доводят до кипения.

Требования к качеству.

Внешний вид: однородная не расслоившаяся масса.

Консистенция: вязкая, полужидкая, эластичная.

Цвет: от белого до светло-кремового.

Вкус: свежей сметаны, умеренно-соленый.

Запах: свежей сметаны.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 202

Наименование кулинарного изделия (блюда): Макароны отварные

Номер рецептуры: 202

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Макаронные изделия	50	50	5	5
Масло сливочное	7,1	7,1	0,71	0,71
Выход		150		15

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	5,46	Ca (мг):	12,14
Жиры (г):	5,79	Mg (мг):	8,14
Углеводы (г):	30,45	Fe (мг):	0,81
Эн.ценность (ккал):	195,7	C (мг):	0

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Макаронные изделия	66,67	66,67	6,67	6,67
Масло сливочное	9,5	9,5	0,95	1,95
Выход		200		20

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	7,28	Ca (мг):	16,19
Жиры (г):	7,71	Mg (мг):	10,86
Углеводы (г):	40,61	Fe (мг):	1,09
Эн.ценность (ккал):	260,95	C (мг):	0

Технология приготовления.

Макаронные изделия отваривают в большом количестве кипящей соленой воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 50 грамм соли. 1:6). Макароны варят 20-30 мин, лапшу- 20-25 мин, вермишель- 10-12 мин. Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с растопленным и доведенным до кипения сливочным маслом (1/3- 1/2 часть от указанного в рецептуре количества), чтобы они не склеивались и не образовывали комков. Остальной частью растопленного и доведенного до кипения сливочного масла макароны заправляют непосредственно перед отпуском.

Блюда из макаронных изделий подают в горячем виде.

Требования к качеству.

Внешний вид: макароны уложены горкой. сохранили форму, легко отделяются друг от друга.

Консистенция: мягкая, упругая, в меру плотная.

Цвет: белый с кремовым оттенком.

Вкус: свойственный отварным макаронным изделиям и сливочному маслу, слабо- соленый.

Запах: отварных макарон с ароматом сливочного масла.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №321

Наименование кулинарного изделия (блюда): Капуста тушеная

Номер рецептуры: 321

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Капуста белокочанная	215	172	21,5	17,2
Масло сливочное	5,25	5,25	0,525	0,525
Морковь	3,75	3	0,375	0,3
Лук репчатый	7,2	6	0,72	0,6
Томатное пюре	9	9	0,9	0,9
Раствор лимонной кислоты 3%-ный	4,5	4,5	0,45	0,45
Мука пшеничная	1,8	1,8	0,18	0,18
Сахар	4,5	4,5	0,45	0,45
Лавровый лист	0,02	0,02	0,002	0,002
Выход		150		15

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	3,1	Ca (мг):	83,2
Жиры (г):	4,86	Mg (мг):	30,98
Углеводы (г):	14,14	Fe (мг):	1,21
Эн.ценность (ккал):	112,7	C (мг):	25,74

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Капуста белокочанная	286,6	229,2	28,66	22,92
Масло сливочное	7	7	0,7	0,7
Морковь	5	4	0,5	0,4
Лук репчатый	9,6	8	0,96	0,8
Томатное пюре	12	12	1,2	1,2
Раствор лимонной кислоты 3%-ный	6	6	0,6	0,6
Мука пшеничная	2,4	2,4	0,24	0,24
Сахар	6	6	0,6	0,6
Лавровый лист	0,02	0,02	0,002	0,002
Выход		200		20

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	4,13
Жиры (г):	6,48
Углеводы (г):	18,85
Эн.ценность (ккал):	150,27

Ca (мг):	110,93
Mg (мг):	41,31
Fe (мг):	1,61
C (мг):	34,32

Технология приготовления.

Нарезанную соломкой, свежую капусту, кладут в котел слоем 30 см, добавляют воду, лимонную кислоту, масло сливочное, пассированное томатное пюре и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Затем добавляют пассированные нарезанные соломкой: морковь, лук репчатый- и тушат до готовности. За 5 минут до конца тушения капусту заправляют мучной пассировкой, добавляют сахар, лавровый лист и вновь доводят до кипения.

Требования к качеству.

Внешний вид: смесь тушеной капусты с овощами. Капуста, лук и морковь в виде соломки.

Консистенция: сочная, слабо хрустящая.

Цвет: светло-коричневый.

Вкус: свойственный капусте и продуктам, входящим в состав блюда, умеренно соленый, кисло- сладкий.

Запах: тушеной капусты с ароматом томата, овощей.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 142

Наименование кулинарного изделия (блюда): Картофель и овощи, тушенные в соусе

Номер рецептуры: 142.

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель	184,8	138	18,48	13,8
Морковь	8,4	6	0,84	0,6
Лук репчатый	7,2	6	0,72	0,6
Масло сливочное	8,4	8,4	0,84	0,84
Лавровый лист	0,012	0,012	0,0012	0,0012
Соус №330		30		3
Выход		150		15

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	3,26	Ca (мг):	32,56
Жиры (г):	12,59	Mg (мг):	31,46
Углеводы (г):	22,66	Fe (мг):	1,2
Эн.ценность (ккал):	216	C (мг):	19,97

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель	246,4	184	24,64	18,4
Морковь	11,2	8	1,12	0,8
Лук репчатый	9,6	8	0,96	0,8
Масло сливочное	11,2	11,2	1,12	1,12
Лавровый лист	0,016	0,016	0,0016	0,0016
Соус №330		40		4
Выход		200		20

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	4,35	Ca (мг):	43,41
Жиры (г):	16,79	Mg (мг):	41,95
Углеводы (г):	30,21	Fe (мг):	1,6
Эн.ценность (ккал):	288	C (мг):	26,63

Технология приготовления.

Картофель и овощи слегка пассируют или припускают, лук слегка пассируют или припускают, соединяют, добавляют соус сметанный, соль, лавровый лист и тушат до готовности.

Требования к качеству.

Внешний вид: овощи сохранили первоначальную форму нарезки, набор компонентов и их соотношение соблюдено.

Консистенция: мягкая, в меру плотная.

Цвет: светло-коричневый.

Вкус: умеренно-соленый, свойственный используемым компонентам и соуса.

Запах: аромат овощей, соуса, не допускается запах подгорелых овощей.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 128

Наименование кулинарного изделия (блюда): Картофельное пюре.

Номер рецептуры: 128

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель	175,5	132	17,55	13,2
Молоко	24	22,5	2,4	2,25
Масло сливочное	7,5	7,5	0,75	0,75
Выход		150/7,5		15/0,75

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	3,26	Ca (мг):	43,74
Жиры (г):	9,62	Mg (мг):	28,77
Углеводы (г):	18,89	Fe (мг):	1,08
Эн.ценность (ккал):	181,5	C (мг):	18,69

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель	234	176	2,34	17,6
Молоко	32	30	3,2	3,0
Масло сливочное	10	10	1	1
Выход		200/10		20/1

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	4,34	Ca (мг):	58,32
Жиры (г):	12,82	Mg (мг):	38,36
Углеводы (г):	25,18	Fe (мг):	1,44
Эн.ценность (ккал):	241	C (мг):	24,92

Технология приготовления.

Очищенный картофель варят в кипящей подсоленной воде до готовности. Воду сливают. Добавляют кипяченое молоко и растопленное и доведенное до кипения сливочное масло. Протирают, перемешивают.

Требования к качеству.

Внешний вид: протертая картофельная масса.

Консистенция: густая, пышная, однородная.

Цвет: белый с кремовым оттенком.

Вкус: свойственный вареному картофелю, с выраженным привкусом сливочного масла и кипяченого молока, умеренно соленый, нежный.

Запах: свежеприготовленного картофельного пюре с ароматом кипяченого молока и сливочного масла.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 304.

Наименование кулинарного изделия (блюда): Рис отварной

Номер рецептуры: 304

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Крупа рисовая	54	54	5,4	5,4
Масло сливочное	6,75	6,75	0,68	0,68
Выход		150		15

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	3,65	Са (мг):	2,4
Жиры (г):	5,37	Mg (мг):	19
Углеводы (г):	36,68	Fe (мг):	0,53
Эн.ценность (ккал):	209,7	С (мг):	0

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Крупа рисовая	72	72	7,2	7,2
Масло сливочное	9	9	0,9	0,9
Выход		200		20

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	4,87	Са (мг):	3,2
Жиры (г):	7,17	Mg (мг):	25,33
Углеводы (г):	48,8	Fe (мг):	0,7
Эн.ценность (ккал):	279,6	С (мг):	0

Технология приготовления.

Подготовленную рисовую крупу кладут в подсоленную кипящую воду (6 л воды, 60 г соли на 1 кг риса) и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают и промывают горячей кипяченой водой. до готовности. После стекания воды, рис кладут в посуду, заправляют растопленным и доведенным до кипения сливочным маслом, перемешивают и прогревают.

Требования к качеству.

Внешний вид: зерна крупы целые, хорошо набухшие, легко разделяются.

Консистенция: рассыпчатая, мягкая, однородная.

Цвет: от белого до кремового.

Вкус: отварного риса с маслом.

Запах: отварного риса с маслом.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 126

Наименование кулинарного изделия (блюда): Картофель отварной с луком.

Номер рецептуры: 126

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель	180	134,35	18	13,44
Или картофель молодой	174,78	139,57	17,48	13,96
Масса вареного картофеля		130,43		13,04
Лук репчатый	46,96	39,13	4,7	3,9
Масло растительное	6,52	6,52	0,65	0,65
Масса пассированного лука		19,57		1,96
Выход		150		15

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	3,1	Ca (мг):	27,33
Жиры (г):	6,99	Mg (мг):	31,16
Углеводы (г):	20,84	Fe (мг):	1,33
Эн.ценность (ккал):	166,96	C (мг):	21,55

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель	240	179,13	24	17,91
Или картофель молодой	233,04	186,09	23,3	18,61
Масса вареного картофеля		173,91		17,39
Лук репчатый	62,61	52,17	6,26	5,22
Масло растительное	8,69	8,69	0,87	0,87
Масса пассированного лука		26,09		2,61
Выход		200		20

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	4,13	Ca (мг):	36,44
Жиры (г):	9,32	Mg (мг):	41,55
Углеводы (г):	27,79	Fe (мг):	1,77
Эн.ценность (ккал):	222,61	C (мг):	28,73

Технология приготовления.

Очищенный картофель кладут в кипящую подсоленную воду и варят. Когда картофель сварится, сливают воду, а картофель подсушивают, для чего посуду с ним оставляют на 5-7 мин на менее горячем участке плиты. При варке рассыпчатого картофеля, воду сливают примерно через 15 мин после момента закипания, затем картофель доводят до готовности паром, образующимся в котле.

Варят картофель небольшими партиями по мере спроса. При продолжительном хранении

в горячем состоянии у картофеля изменяется цвет, ухудшается вкус и снижается его пищевая ценность. Картофель, сваренный на пару, имеет лучшие вкусовые качества.

Лук мелко нарезают, слегка пассируют или припускают. При отпуске на картофель кладут пассированный лук.

Требования к качеству.

Внешний вид: клубни картофеля одного размера, хорошо проварены, поверхность клубней хорошо очищена (без остатков глазков и темных пятен), полита жиром. Лук мелко нарезан.

Консистенция: картофеля- рыхлая или умеренно плотная, лука- мягкая.

Цвет: картофеля- от белого до светло-кремового, лука- золотистый.

Вкус: свежесваренного картофеля с луком, умеренно соленый.

Запах: свежесваренного картофеля и лука.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 338

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Фрукты свежие (яблоко, банан, груша)**

Номер рецептуры: **338**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Яблоко	150	150	15	15
Груша	150	150	15	15
Банан	150	150	15	15
Выход:		150		15

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Яблоко свежее

Белки (г):	0,6
Жиры (г):	0,6
Углеводы (г):	14,7
Эн.ценность (ккал):	70,3

Ca (мг):	24
Mg (мг):	13,5
Fe (мг):	3,3
C (мг):	15

Груша свежая

Белки (г):	0,6
Жиры (г):	0,46
Углеводы (г):	14,7
Эн.ценность (ккал):	68,26

Ca (мг):	17,5
Mg (мг):	18
Fe (мг):	3,46
C (мг):	7,5

Банан свежий

Белки (г):	2,26
Жиры (г):	0,76
Углеводы (г):	28,5
Эн.ценность (ккал):	141,76

Ca (мг):	12
Mg (мг):	63
Fe (мг):	0,9
C (мг):	15

Технология приготовления.

Первично фрукты промывают в условиях заготовочного цеха (при наличии) проточной водой в ванне для обработки сырых овощей, при отсутствии заготовочного цеха, первичная обработка проводится проточной водой в ванне для обработки сырых овощей и фруктов в горячем цехе в зоне приготовления сырой продукции. Вторично фрукты промывают кипяченой водой в горячем цехе в моечной ванне для обработки готовой продукции. Подготовленные плоды подают на десертной тарелке или вазочке.

Требования к качеству.

Внешний вид: целые плоды уложены на десертную тарелку или вазочку.

Консистенция: соответствует виду плодов.

Цвет: соответствует виду плодов.

Вкус: соответствует виду плодов

Запах: соответствует виду плодов.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 25

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат «Степной» из разных овощей.

Номер рецептуры: 25

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах под ред. В.Т.Лапшиной, издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель	20,22	14,83	2,02	1,48
Морковь	19,16	15,17	1,92	1,52
Огурцы соленые	12,6	10,2	1,26	1,02
Лук репчатый	12	10,2	1,2	1,02
Горошек зеленый консервированный	10,2	6,6	1,02	0,66
Масло растительное	3	3	0,3	0,3
Выход		60		6

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	0,9
Жиры (г):	3,06
Углеводы (г):	5,3
Эн.ценность (ккал):	43

Ca (мг):	14,09
Mg (мг):	9,8
Fe (мг):	0,43
C (мг):	4,89

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель	33,7	24,72	3,37	2,47
Морковь	31,93	25,28	3,19	2,53
Огурцы соленые	21	17	2,1	1,7
Лук репчатый	20	17	2	1,7
Горошек зеленый консервированный	17	11	1,7	1,1
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	1,5
Жиры (г):	5,1
Углеводы (г):	8,83
Эн.ценность (ккал):	71,67

Ca (мг):	23,49
Mg (мг):	16,34
Fe (мг):	0,72
C (мг):	8,15

Технология приготовления.

Очищенный вареный картофель нарезают соломкой. Подготовленную вареную морковь и очищенные от кожицы соленые огурцы нарезают соломкой, нашинкованный репчатый лук припускают. Картофель и овощи соединяют, добавляют прокипяченный зеленый горошек, масло растительное, перемешивают.

Требования к качеству:

Внешний вид: овощи сохранили форму нарезки. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом

Консистенция: хрустящая, сочная.

Цвет: свойственный овощам.

Вкус: вареного картофеля, моркови, соленых огурцов, лука, зеленого горошка, растительного масла.

Запах: продуктов, входящих в блюдо.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N47

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из квашеной капусты.

Номер рецептуры: 47

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Капуста квашеная	69,42	48,6	6,94	4,86
Лук репчатый	7,14	6	0,71	0,6
Сахар	3	3	0,3	0,3
Масло растительное	3	3	0,3	0,3
Выход		60		6

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	1,02
Жиры (г):	3
Углеводы (г):	5,07
Эн.ценность (ккал):	51,42

Ca (мг):	31,35
Mg (мг):	9,61
Fe (мг):	0,4
C (мг):	11,89

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Капуста квашеная	115,7	81	11,57	8,1
Лук репчатый	11,9	10	1,19	1
Сахар	5	5	0,5	0,5
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	1,7
Жиры (г):	5
Углеводы (г):	8,45
Эн.ценность (ккал):	85,7

Ca (мг):	52,25
Mg (мг):	16,02
Fe (мг):	0,67
C (мг):	19,82

Технология приготовления.

Квашеную капусту перебирают, крупные части измельчают, затем добавляют шинкованный полукольцами припущенный репчатый лук, сахар и заправляют растительным маслом.

Требования к качеству.

Внешний вид: салат уложен горкой. Поверхность блестит от растительного масла, лук репчатый шинкован полукольцами.

Консистенция: хрустящая, сочная.

Цвет: белый со слегка темноватым оттенком.

Вкус: квашеной капусты, приятно- кисловатый со слегка ощутимой сладостью, умеренно соленый.

Запах: свойственный квашеной капусте в смеси с растительным маслом.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 71.

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Овощи натуральные свежие.**
Номер рецептуры: 71

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна, - М.: ДеЛи плюс, 2015 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Помидоры свежие (соленые)	70,8	60	7,08	6
или огурцы свежие (соленые)	63,12	60	6,312	6
Выход		60		6

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	0,66	Ca (мг):	8,4
Жиры (г):	0,12	Mg (мг):	12
Углеводы (г):	2,28	Fe (мг):	0,54
Эн.ценность (ккал):	13,2	C (мг):	10,5

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Помидоры свежие (соленые)	118	100	11,8	10
или огурцы свежие (соленые)	105,2	100	10,52	10
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	1,1	Ca (мг):	14
Жиры (г):	0,2	Mg (мг):	20
Углеводы (г):	3,8	Fe (мг):	0,9
Эн.ценность (ккал):	22	C (мг):	17,5

Технология приготовления.

Огурцы и помидоры перебирают. Первично овощи промывают в условиях заготовочного цеха проточной водой в ванне для обработки сырых овощей; при отсутствии заготовочного цеха первично овощи промывают в моечной ванне для обработки сырых овощей в горячем цехе в зоне обработки сырой продукции. Вторично овощи промывают кипяченой водой в горячем цехе в моечной ванне для обработки готовой продукции. У огурцов отрезают стебель с частью мякоти, у помидоров вырезают место прикрепления плодоножки и нарезают на цельные порционные куски.

Требования к качеству:

Внешний вид: огурцы и помидоры порезаны на порционные куски.

Консистенция: огурцов- упругая, хрустящая, помидоров- мягкая. жидкая

Цвет: огурцов- зеленый, помидоров- красный.

Вкус: огурцов и помидоров.

Запах: огурцов и помидоров.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 70.

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Овощи натуральные соленые.**
Номер рецептуры: 70

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна, - М.: ДеЛи плюс, 2015 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Помидоры соленые	66	60	6,6	6
или огурцы соленые	66	60	6,6	6
Выход		60		6

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	0,66	Ca (мг):	8,4
Жиры (г):	0,12	Mg (мг):	12
Углеводы (г):	2,28	Fe (мг):	0,54
Эн.ценность (ккал):	13,2	C (мг):	10,5

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Помидоры соленые	110	100	11	10
или огурцы соленые	110	100	11	10
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	1,1	Ca (мг):	14
Жиры (г):	0,2	Mg (мг):	20
Углеводы (г):	3,8	Fe (мг):	0,9
Эн.ценность (ккал):	22	C (мг):	17,5

Технология приготовления.

Огурцы и помидоры перебирают и удаляют место прикрепления плодоножки и нарезают на цельные порционные куски.

Требования к качеству:

Внешний вид: огурцы и помидоры сохранили форму.

Консистенция: огурцов- упругая, хрустящая, помидоров- мягкая.

Цвет: огурцов- оливковый, помидоров- красный.

Вкус: соленых огурцов или помидоров, в меру кисло-соленый.

Запах: соленых огурцов или помидоров, приятный.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 144

Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп из овощей с фасолью.

Номер рецептуры: 144/107 (на замену 106)

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах под ред. В.Т.Лапшиной, издательство «Хлебпродинформ», 2004 г.

№107. Бульон из кур прозрачный

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Куры	49,4	34,01	4,94	3,401
Масса отварной птицы		23,75		2,375
Морковь	2,47	1,9	0,247	0,19
Лук репчатый	2,28	1,9	0,228	0,19
Вода	247	247	24,7	24,7
Соль	0,95	0,95	0,095	0,095
Выход бульона		190		19

¹ – выход мяса нетто.

На замену №106. Бульон мясо-костный

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Мясо на кости	68,97	63,27(21,47 ¹)	6,897	6,327(2,147 ¹)
Морковь	3,23	2,47	0,323	0,247
Лук репчатый	1,9	1,52	0,19	0,152
Соль	0,95	0,95	0,095	0,095
Вода		266		26,6
Выход бульона		190		19

№144. Суп из овощей с фасолью.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Капуста белокочанная	44	35	4,4	3,5
Картофель	50	38	5	3,8
Морковь	13	10	1,3	1
Лук репчатый	12	10	1,2	1
Фасоль	8	8	0,8	0,8
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Бульон	190	190	19	19
Выход		250		25

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Суп из овощей с фасолью на курином бульоне.

Белки (г):	9,27
Жиры (г):	8,64
Углеводы (г):	14,6
Эн.ценность (ккал):	173,96

Ca (мг):	55,91
Mg (мг):	43,79
Fe (мг):	2,2
C (мг):	7

Суп из овощей с фасолью на мясо- костном бульоне

Белки (г):	7,89
Жиры (г):	8,04
Углеводы (г):	14,6
Эн.ценность (ккал):	162,8

Ca (мг):	49,94
Mg (мг):	39,62
Fe (мг):	1,99
C (мг):	6,67

Технология приготовления. Приготовление бульона куриного. Тушки птицы заправляют и заливают холодной водой, быстро доводят до кипения, а затем варят до готовности при слабом кипении 1-2 ч.

В процессе варки снимают пену и жир. За 30-40 мин до готовности бульона, в него добавляют- подпеченные морковь и лук репчатый. Готовый бульон процеживают.

После варки кур, удаляют кости и кожу, мякоть порционируют и кипятят в бульоне в течение 5-7 мин. **Приготовление бульона мясного.** Подготовленное мясо на кости заливают холодной водой и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки бульона из говяжьих костей 3,5-4 часа. За 30-40 мин до окончания варки в кипящий бульон добавляют подпеченные овощи и соль. Готовый бульон процеживают. После варки удаляют кости, мясо пропускают через мясорубку, добавляют по окончании варки в бульон и кипятят в бульоне в течение 5-7 минут.

Приготовление супа. Белокочанную капусту нарезают шашками, картофель кубиками, морковь, лук- мелкими кубиками.

Морковь и лук пассируют.

В кипящий бульон закладывают капусту белокочанную, доводят до кипения, добавляют картофель, пассированные овощи и варят суп до готовности. За 5-10 мин до окончания варки кладут предварительно сваренную фасоль, соль.

Требования к качеству.

Внешний вид: в жидкой части супа- овощи, сохранившие форму нарезки (капуста-шашками. картофель, морковь, лук- кубиками).

Консистенция: овощи и фасоль- мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части супа.

Цвет: супа- золотистый, жира на поверхности- светло- оранжевый.

Вкус: капусты, картофеля, фасоли и пассированных овощей, умеренно соленый.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №210.

Наименование кулинарного изделия (блюда): Омлет натуральный.

Номер рецептуры: 210

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, шт.	Нетто, г	Брутто, шт.	Нетто, кг
Яйца	2,4 шт.	96	200 шт.	8
Молоко	36	36	3	3
Масса омлетной смеси		132		11
Масло сливочное	4,8	4,8	0,6	0,6
Масса омлета		140		13
Масло сливочное	13.2	13,2	1	1
Выход		140		14

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	14,42	Ca (мг):	89,2
Жиры (г):	23,8	Mg (мг):	18,74
Углеводы (г):	2,24	Fe (мг):	2,6
Эн.ценность (ккал):	240	C (мг):	0,28

Технология приготовления.

Приготовление омлетной смеси. Перед использованием яйцо подвергаются специальной обработке в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха, используя для этих целей промаркированные ванны и (или) емкости, возможно использование перфорированных емкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

I – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;

II – обработка в 0,5% растворе хлорамина или других разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;

III – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Подготовленные в соответствии с санитарными правилами яйца разбивают. В яичную смесь добавляют молоко и соль. Омлетную смесь выливают на смазанный противень слоем не более 2,5-3 см.

Омлет запекают в жарочном шкафу при температуре 180-200 °С не менее 8-10 минут полностью пропекая.

Требования к качеству:

Внешний вид: поверхность омлета зарумянена. но без подгорелых мест.

Консистенция: однородная, сочная

Цвет: золотисто- желтоватый.

Вкус: свежих печеных яиц.

Запах: свежих запеченных яиц.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 40

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Салат картофельный с морковью и зеленым горошком.**

Номер рецептуры: 40

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель	37,5	27 ¹	3,75	2,7 ¹
Горошек зеленый консервированный	15,72	10,2	1,572	1,02
Морковь	18,84	15 ²	1,884	1,5 ²
Яйцо	1/8 шт.	4,8	12 шт.	0,48
Масло растительное	3,6	3,6	0,36	0,36
Выход		60		6

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	1,64
Жиры (г):	4,24
Углеводы (г):	5,73
Эн.ценность (ккал):	67,62

Ca (мг):	11,73
Mg (мг):	14,48
Fe (мг):	0,54
C (мг):	5,02

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель	62,5	45 ¹	6,25	4,5 ¹
Горошек зеленый консервированный	26,2	17	2,62	1,7
Морковь	31,4	25 ²	3,14	2,5 ²
Яйцо	1/5 шт.	8	20 шт.	0,8
Масло растительное	6	6	0,6	0,6
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	2,73
Жиры (г):	7,07
Углеводы (г):	9,66
Эн.ценность (ккал):	112,7

Ca (мг):	19,56
Mg (мг):	24,13
Fe (мг):	0,9
C (мг):	8,37

Технология приготовления.

Картофель, морковь варят, очищают, нарезают кубиками, яйца нарезают тонкими ломтиками, добавляют предварительно прокипяченный в собственном соку консервированный зеленый горошек. Салат заправляют растительным маслом.

Салат укладывают горкой.

Требования к качеству:

Внешний вид: картофель, морковь нарезаны кубиками, яйца ломтиками. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом.

Консистенция: мягкая.

Цвет: свойственный продуктам, входящим в состав блюда.

Вкус: вареного картофеля в сочетании с морковью, яйцами, зеленым горошком и растительным маслом.

Запах: свойственный вареному картофелю, моркови, яйцам, с ароматом растительного масла