

ГБОУ «СОШ № 12 с.п.Инарки им.А.М.Котиева»

*Согласовано
с родительским комитетом*

*«Утверждаю»
Директор Саутиева А.И.
02.09.2022 г.*



РЕЦЕПТУРА БЛЮД

(технологические карты блюд, приготовляемых
в ГБОУ «СОШ № 12 с.п.Инарки им.А.М.Котиева»)

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №5

Наименование кулинарного изделия (блюда): ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ

Номер рецептуры: 424

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 184

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Яйцо куриное	1 шт.	40
ВЫХОД:	-	1 шт. (40 г)

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
5,10	4,60	0,30	63,00	22,00	4,80	76,8	1,00	0,03	0,00	0,10

Технология приготовления:

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 разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;

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

Затем обработанные яйца погружают в кипящую подсоленную воду (на 3 л воды 40-50 г соли на 10 яиц) и варят после закипания в течение 10 минут.

Сваренное яйцо подают остывшим в скорлупе, не очищая.

Требования к качеству:

Яйцо, сваренное вкрутую, имеет плотный белок и желток. Желток нежный, рассыпчатый, возможно наличие незатвердевшей капли в центре. Белок нежный, вязкий.

2. Хлеб, сдобные булочные изделия

Технологическая карта кулинарного блюда №6

Наименования изделия: Хлеб пшеничный

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Хлеб пшеничный	40	40	50	50
ВЫХОД:	40		50	

Химический состав данного блюда г.

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки г	Жиры,г	Угле-воды, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Mg	Fe	P	В1	С	А	Е
40	2,4	0,8	16,7	85,7	0,01	13,2	1,01	34,8	0,13	0,00	0,00	0,34
50	3,07	1,07	20,9	107,2	0,01	14,1	1,05	35,1	0,13	0,00	0,00	0,34

Технология приготовления

Хлеб нарезают куском

Требования к качеству

Внешний вид: ровные ломтики хлеба,

Консистенция: хлеба - мягкая, *Цвет:*

соответствует виду хлеба

Вкус: соответствует виду хлеба

Запах: свежего хлеба

Технологическая карта кулинарного блюда № 7

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Бутерброд с маслом**

Номер рецептуры: 1

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г		
Хлеб пшеничный	40	40		
Масло сливочное	10	10		
ВЫХОД:	50			

Химический состав данного блюда

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг			Витамины, мг			
	Белки г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	Fe	B ₁	C	A	E
40/10	2,03	8,6	0,44	129,1	52,2	8,9	0,65	0,05	0,00	0,05	0,05

Технология приготовления:

Масло нарезают тонкими кусочками различной формы с таким расчетом, чтобы они покрывали большую часть ломтика хлеба.

Требования к качеству:

Бутерброд аккуратно оформлен, вкус и запах сливочного масла.

Технологическая карта кулинарного изделия № 8

Наименование кулинарного изделия: **Бутерброд с маслом и сыром**

Номер рецептуры: № 3.

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса	
	брутто, г	нетто, г
Сыр	10	10
Масло сливочное	10	10
Хлеб	40	40
<i>Выход</i>		60

Химический состав, витамины, и микроэлементов на 1 порцию

Выход, г	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	Fe	P	B ₁	C	A	E
40/10/10	7,8	8,9	18,5	164,9	207,3	10,2	1,05	67,8	0,05	0,03	0,12	0,3

Технология приготовления:

Ломтик хлеба намазывают маслом, а сверху кладут кусочек сыра.

Требования к качеству блюда:

Бутерброд аккуратно оформлен, вкус и запах сливочного масла и сыра.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №53

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из свеклы

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
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
Жиры (г):	2,47
Углеводы (г):	4,37
Эн.ценность (ккал):	43,74

Ca (мг):	17
Mg (мг):	11,03
Fe (мг):	0,79
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
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
Жиры (г):	4,12
Углеводы (г):	7,29
Эн.ценность (ккал):	72,9

Ca (мг):	28,33
Mg (мг):	18,39
Fe (мг):	1,31
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 $4 \pm 2^{\circ}\text{C}$. 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) № 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) № 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	Ca (мг):	209,72
Жиры (г):	13,97	Mg (мг):	54,39
Углеводы (г):	64,55	Fe (мг):	1,93
Эн.ценность (ккал):	448	C (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) №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) № 183 Наименование
кулинарного изделия (блюда): **Каша жидкая молочная из**
гречневой крупы.

Номер рецептуры: 183

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
Гречневая крупа (ядрица быстрорастворивающаяся)	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 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
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) №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: свежeproгретых 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. Тутьельяна. - 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) №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) №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: фруктов- концентрированный, приятный.

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 объёма. 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) №104.

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

Номер рецептуры: 104

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	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	¹ / 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) № 82

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

Номер рецептуры: 107 или 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
Макароны, 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 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
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 № 137

Наименование изделия: **Рыба, припущенная**

Номер рецептуры: 137

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Минтай неразделанный	145	67	166	77
Или терпуг неразделанный	124	67	142	77
Или судак неразделанный	141	67	161	77
Или горбуша неразделанная	121	67	138	77
Или треска неразделанная	158	67	181	77
Или лосось неразделанный	117	67	134	77
Или филе	77	67	89	77
Лук репчатый	17	14	19	16
Масло растительное	5	5	6	6
Масса припущенной рыбы		55		63
Масса рыбы с луком и молоком		70		80
Выход		70		80

Примечание: при поступлении новых видов пищевых продуктов, нормы отходов и потерь при технологической обработке определяются при помощи сборников технических нормативов или дошкольной организацией самостоятельно путем контрольных проработок.

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Fe	В1	В2	С
8,42	5,73	41,94	98	36,26	0,46	0,06	0,05	0,5

Химический состав данного блюда (для детей с 7 до 12)

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Fe	В1	В2	С
10,76	6,55	47,93	112	41,44	0,52	0,07	0,06	0,057

Технология приготовления

Рыбу размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 град. С из расчета 2 л на 1 кг рыбы. Для сокращения потерь минеральных веществ в воду рекомендуется добавлять соль из расчета 7 - 10 г на 1 л. Не рекомендуется размораживать в воде рыбное филе, рыбу осетровых пород.

Филе без кожи и костей нарезают на куски нарезают на порционные куски под углом 30° С, укладывают в смазанный маслом сотейник на бланшированный репчатый лук, , добавляют соль, закрывают крышкой и припускают при слабом кипении 20-25 минут.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: целый кусок рыбы уложен на тарелку, форма сохранена.

Консистенция: мягкая, допускается легкое расслаивание мякоти.

Цвет: рыбы на разрезе - белый или светло-серый.

Вкус: рыбы в сочетании с молоком и луком.

Запах: рыбный.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 234

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

Номер рецептуры: 234

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
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

^Г 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	Ca (мг):	83,25
Жиры (г):	12,5	Mg (мг):	63,39
Углеводы (г):	28,41	Fe (мг):	2,3
Эн.ценность (ккал):	306,8	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) №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) № 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) № 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) № 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, перекладывают 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) № 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) № 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	Ca (мг):	110,93
Жиры (г):	6,48	Mg (мг):	41,31
Углеводы (г):	18,85	Fe (мг):	1,61
Эн.ценность (ккал):	150,27	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) № 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 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
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 № 78

Наименование изделия: **Салат из белокочанной капусты с морковью**

Номер рецептуры: 3

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Капуста белокочанная	47,7	37,8	63,6	50
Морковь	5,9	4,5	7,8	6
Масло растительное	4,5	4,5	6	6
Сахар	2,3	2,3	3	3
Лимонная кислота	0,05	0,05	0,06	0,06
Вода для разведения лимонной кислоты	2,25	2,25	3	3
Выход		45		60

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
Капуста белокочанная	106	84
Морковь	13	10
Масло растительное	10	10
Сахар	5	5
Лимонная кислота	0,1	0,1
Вода для разведения лимонной кислоты	5	5
Выход		100

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,14	10,1	10,63	140	14,91

Химический состав данного блюда на 60 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,68	6,06	6,38	84	8,95

Химический состав данного блюда на 45 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,51	4,55	4,78	63	6,71

Технология приготовления: Капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5×15 мм), морковь натирают или шинкуют тонкой соломкой (2×15 мм), кладут в эмалированную кастрюлю, добавляют соль и перетирают деревянным пестиком до выделения сока.

Затем заправляют сахаром, лимонной кислотой, растительным маслом, хорошо перемешивают и выносят на раздачу.

Температура подачи: 14°С.

Срок реализации: не более 1 часа с момента приготовления.

Требования к качеству: нарезка овощей аккуратная, сохранившаяся. Окраска овощей и яблок не изменилась. Аромат и вкус кисло-сладкий, свойственный входящим в салат продуктам, в меру соленый.

технологическая карта № 82

Наименование изделия: **Салат из свежих помидоров и огурцов**

Номер рецептуры: 18

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. ред. Первалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Помидоры свежие	25,7	21,6	34,2	28,8
Огурцы свежие	19,8	15,8	26,4	21
Лук зелёный	6,8	5,4	9	7,2
или репчатый лук	6,3	5,4	8,4	7,2
Масло растительное	2,25	2,25	3	3
Выход		45		60

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Помидоры свежие	57	48
Огурцы свежие	44	35
Лук зелёный	15	12
или репчатый лук	14	12
Масло растительное	5	5
Выход		100

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,96	5,14	3,08	63,77	13,37

Химический состав данного блюда на 60 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	

0,58	3,08	1,85	38,26	8,02
------	------	------	-------	------

Химический состав данного блюда на 45 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,43	2,31	1,39	28,7	6,02

Технология приготовления: Подготовленные помидоры и очищенные от кожицы режут тонкими ломтиками, лук репчатый - кольцами, зеленый лук шинкуют. Овощи смешивают, заправляют йодированной солью и растительным маслом.

Температура подачи: 14°C.

Срок реализации: не более 1 часа с момента приготовления

Требования к качеству. Помидоры и огурцы нарезаны тонкими ломтиками, лук репчатый полукольцами, лук зелёный шинкованный. Консистенция помидоров, огурцов – упругая, сочная. Цвет помидоров – красный, розовый. Огурцов неочищенных – белый с зелёной каймой, очищенных -белый. Вкус свойственный овощам в сочетании с луком и растительным маслом, умеренно солёный; запах свежих помидоров, свежих огурцов и лука в сочетании с растительным маслом.

Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ МОРКОВИ

Номер рецептуры: № 7

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации/ Под ред. А.Я. Первалова, - Пермь, 5-е издание, 2013г

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Морковь	88/110	70,4/88	8,8/11	7,04/8,8
Масло растительное	8/10	8,/10	0,8/1	0,8/1
Сахар	2,4/3	2,4/3	0,24/0,3	0,24/0,3
ВЫХОД:	80/100		8/10	

Химический состав, витамины, и микроэлементов на 1 порцию

Белки (г)	0,88/1,1
Жиры (г)	4,64/5,8
Углеводы (г)	7,28/9,1
Энергетическая ценность (ккал)	105,6/132

Ca (мг)	19,2/24
Mg (мг)	26,4/33
Fe(мг)	0,48/0,6
C (мг)	2,56/3,2

Технология приготовления: Очищенную морковь промывают, ошпаривают, шинкуют мелкой соломкой, добавляют сахар и заправляют растительным маслом.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен горкой, морковь сохранила форму нарезки. Консистенция моркови хрустящая, вкус сладковатый, без соли, свойственный моркови.

Технологическая карта (рецептура)

Технологическая карта № 74 Наименование изделия: Суп фасолевый 1 сп

Номер рецептуры: 39

Наименование сборника рецептов:

Поляковский Ю.И."Сборник технологических карточек,рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных и детских оздоровительных учреждений

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Фасоль	30	30
Картофель	100	70
Морковь	20	16
Лук репчатый	12,5	10,5
Укроп	2,5	2
Выход:	250	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
6,319	0,797	27,576	135,855	63,940	2,626	0,250	0,118	17,820

Технология приготовления: Фасоль перебрать, промыть, замочить в холодной воде в течение 2-3 часов. Очищенный картофель нарезать кубиками, морковь и лук репчатый нашинковать. Замоченную фасоль варить в той же воде 1-1,5 часа без соли на слабом огне при закрытой крышке до размягчения. Затем добавить нарезанный кубиками картофель (быстрозамороженный картофель - не размораживая) и варить 7-10 минут. Ввести овощи (морковь, лук) (замороженные овощи - не размораживая), соль и продолжать варить до готовности. В конце варки добавить зелень и довести суп до кипения.

Технологическая карта

Технологическая карта № 75

Наименование изделия: Суп фасолевый 1 сп

Номер рецептуры: 39

Наименование сборника рецептов:

Поляковский Ю.И."Сборник технологических карточек,рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных и детских оздоровительных учреждений".

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	

	Брутто, г	Нетто, г
Фасоль	18	18
Картофель	60	42
Морковь	12	10
Лук репчатый	7,5	6,3
Укроп	1,5	1
Выход:	150	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
3,793	0,472	16,576	81,584	38,080	1,576	0,149	0,071	10,530

Технология приготовления: Фасоль перебрать, промыть, замочить в холодной воде в течение 2-3 часов. Очищенный картофель нарезать кубиками, морковь и лук репчатый нашинковать. Замоченную фасоль варить в той же воде 1-1,5 часа без соли на слабом огне при закрытой крышке до размягчения. Затем добавить нарезанный кубиками картофель (быстрозамороженный картофель - не размораживая) и варить 7-10 минут. Ввести овощи (морковь, лук) (замороженные овощи - не размораживая), соль и продолжать варить до готовности. В конце варки добавить зелень и довести суп до кипения.

Технологическая карта
Наименование кулинарного изделия (блюда):

Плов

Номер рецептуры: № 265

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г.

1. Область применения

Настоящая технологическая карта распространяется на плов, вырабатываемый и реализуемый в общеобразовательном учреждении.

2. Требования к сырью

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества и пр.).

3. Рецепт

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	С 7-11 лет		С 11-18 лет	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, гр.	нетто, гр.
Говядина	178,33	131,67	214,00	158,00
Рис	56,67	56,67	68,00	68,00
Масло растительное	8,33	8,33	10,00	10,00
Лук репчатый	10,00	8,33	12,00	10,00
Морковь	16,67	13,33	20,00	16,00
Томатное пюре	13,33	13,33	16,00	16,00
Масса тушеного мяса	0,00	83,33	0,00	100,00
Масса гарнира	0,00	166,67	0,00	200,00
Соль	6,67	6,67	8,00	8,00
Выход	250,0		300	

4. Химический состав, витамины и микроэлементы

Возрастная категория	В граммах данного блюда содержится								
	Пищевые вещества г.				Витамины, мг	Минеральные вещества мг.			
	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. Ценность, ккал	С, мг.	Ca	Mg	P	Fe
С 7-11 лет	23,57	19,50	23,28	357,23	1,12	37,68	61,47	342,10	0,88
С 11-18 лет	28,28	23,40	27,94	428,68	1,34	45,22	73,76	410,52	1,06

5. Технологический процесс

Нарезанное кусочками по 20-30 гр. мясо посыпают солью, обжаривают.

Добавляют пассированные с томатом лук, морковь, заливают водой (80 гр.) и доводят до кипения. Рис перебирают, промывают сначала в теплой, затем в горячей воде, засыпают в кипящую воду и варят до полуготовности. После того как рис впитает всю жидкость, посуду накрывают крышкой и ставят на противень с водой и ставят на 25-40 минут в жарочный шкаф для уваривания на один час.