

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №5**

Наименование кулинарного изделия (блюда): ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ

Номер рецептуры: 424

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур 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 | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 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:

* 1. – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;
  2. – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;
  3. – 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.

1. **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.

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

**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

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Вых од г.** | **Пищевые вещества** | | | | **Минер.вещества, мг** | | | **Витамины, мг** | | | |
| **Белк и г** | **Жир ы,г** | **Угле- воды, г** | **Энерг. ценност ь, ккал** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 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 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 продуктов, полуфабрикатов** | **Масса** | |
| **брутто, г** | **нетто, г** |
| Сыр | 10 | 10 |
| Масло сливочное | 10 | 10 |
| Хлеб | 40 | 40 |
| *Выход* |  | **60** |

**Химический состав, витамины, и микроэлементов на 1 порцию**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Вы- ход, г** | **Пищевые вещества** | | | | **Минер.вещества, мг** | | | | **Витамины, мг** | | | |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** | **Энерг.**  **ценность,**  **ккал** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 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 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 | 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±20С. Хранение заправленного салата

может осуществляться не более 30 минут при температуре плюс 4±20С.

Температура подачи не ниже +15 0С.

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 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 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 |
| Жиры (г): | 10,72 |
| Углеводы (г): | 32.38 |
| Эн.ценность (ккал): | 251 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 133,77 |
| Mg (мг): | 20,30 |
| Fe (мг): | 0.47 |
| 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 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 |
| **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 |
| Жиры (г): | 13,97 |
| Углеводы (г): | 64,55 |
| Эн.ценность (ккал): | 448 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 209,72 |
| Mg (мг): | 54,39 |
| Fe (мг): | 1,93 |
| 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 |
| Жиры (г): | 16,44 |
| Углеводы (г): | 75,94 |
| Эн.ценность (ккал): | 527,06 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 246,73 |
| Mg (мг): | 63,99 |
| Fe (мг): | 2,27 |
| 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˚С 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˚С) 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 180-2000С 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 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 | 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 |
| Жиры (г): | 10,72 |
| Углеводы (г): | 33,42 |
| Эн.ценность (ккал): | 251 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 130,09 |
| Mg (мг): | 30,12 |
| Fe (мг): | 0,47 |
| 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  быстроразвариваюшаяся) | 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 |
| Жиры (г): | 12,99 |
| Углеводы (г): | 35,18 |
| Эн.ценность (ккал): | 295 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 183,58 |
| Mg (мг): | 99,23 |
| Fe (мг): | 2,87 |
| 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 |
| Жиры (г): | 12,83 |
| Углеводы (г): | 34,27 |
| Эн.ценность (ккал): | 285 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 152,76 |
| Mg (мг): | 60,66 |
| Fe (мг): | 1,71 |
| C (мг): | 1,17 |

# Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Каша ячневая жидкая молочная с маслом

|  |  |
| --- | --- |
| Белки (г): | 7,31 |
| Жиры (г): | 10,98 |
| Углеводы (г): | 39,2 |
| Эн.ценность (ккал): | 286 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 162,26 |
| Mg (мг): | 36,51 |
| Fe (мг): | 0,94 |
| C (мг): | 1,17 |

# Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Каша рисовая жидкая молочная с маслом

|  |  |
| --- | --- |
| Белки (г): | 5,1 |
| Жиры (г): | 10,72 |
| Углеводы (г): | 33,42 |
| Эн.ценность (ккал): | 251 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 130,09 |
| Mg (мг): | 30,12 |
| Fe (мг): | 0,47 |
| 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 рецептур**: **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.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порц | | 100 порц | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, кг | Нетто, кг |
| Треска1 | 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. В*кус*: 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 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 |
| 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 |
| Жиры (г): | 17,78 |
| Углеводы (г): | 0,98 |
| Эн.ценность (ккал): | 197,4 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 19,6 |
| Mg (мг): | 11,2 |
| Fe (мг): | 1,26 |
| 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 |
| Жиры (г): | 12,7 |
| Углеводы (г): | 0,7 |
| Эн.ценность (ккал): | 141 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 14 |
| Mg (мг): | 8 |
| Fe (мг): | 0,9 |
| 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.

*Консистенци*я: 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 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 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 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 |
| 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 |
| Жиры (г): | 2,68 |
| Углеводы (г): | 15,9 |
| Эн.ценность (ккал): | 100,6 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 125,78 |
| Mg (мг): | 14 |
| Fe (мг): | 0,13 |
| 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** **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 |
| Сухофрукты смесь | 20 | 251 | 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 |
| Жиры (г): | 0,09 |
| Углеводы (г): | 32,01 |
| Эн.ценность (ккал): | 132,8 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 32,48 |
| Mg (мг): | 17,46 |
| Fe (мг): | 0,7 |
| 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** **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 |
| 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 |
| Жиры (г): | 3,54 |
| Углеводы (г): | 17,58 |
| Эн.ценность (ккал): | 118,6 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 152,22 |
| Mg (мг): | 21,34 |
| Fe (мг): | 0,48 |
| 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 кипяток и доводят до кипения.

# Требования к качеству.

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

*Консистенци*я: 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 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 |
| 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 |

# Сок виноградный

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

|  |  |
| --- | --- |
| 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. *Консистенци*я: 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** **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 |
| 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. Быстроразвариваюшиеся 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 сердцевины 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 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 |
| 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 определённое количество порций заливают свежеприготовленным кипятком на 1/3 объёма емкости (кастрюли), настаивают 5-10 минут, после чего доливают кипяток 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 плавает 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 сы*ром* Номер рецептуры: 3

**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 |
| 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 |
| Жиры (г): | 8,3 |
| Углеводы (г): | 14,83 |
| Эн.ценность (ккал): | 157 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 139,2 |
| Mg (мг): | 9,45 |
| Fe (мг): | 0,49 |
| 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

*Консистенци*я: 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)**: Б**ульон мясокостный.**

# Номер рецептуры: 108, стр.60

**Наименование сборника рецептур**: **Сборник рецептур 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 |
| Говядина (I категории) | 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 |
| Жиры (г): | 3,86 |
| Углеводы (г): | 0,26 |
| Эн.ценность  (ккал): | 57,34 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 5,34 |
| Mg (мг): | 0 |
| Fe (мг): | 0,26 |
| 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 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 |
| Жиры (г): | 6,59 |
| Углеводы (г): | 13,5 |
| Эн.ценность (ккал): | 159,8 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 33,37 |
| Mg (мг): | 36,69 |
| Fe (мг): | 1,61 |
| 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 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 |
| 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) № 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 (14,531) | 6,35 | 5,76 (1,451) |
| 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 |
| Жиры (г): | 10,03 |
| Углеводы (г): | 11,55 |
| Эн.ценность  (ккал): | 171,04 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 61,37 |
| Mg (мг): | 27,03 |
| Fe (мг): | 1,68 |
| 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 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 | 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 |
| Жиры (г): | 8,88 |
| Углеводы (г): | 16,8 |
| Эн.ценность (ккал): | 169,34 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 45,82 |
| Mg (мг): | 35,48 |
| Fe (мг): | 4,55 |
| 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 рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур 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 | 0,57 |

**Технология приготовления**

Рыбу размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 град. C 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 30º 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…+65º 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 |
| Треска1 | 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 |
| Треска1 | 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 |

1- 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 формуют 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 рецептур**: **Сборник рецептур 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 |
| Жиры (г): | 10,74 |
| Углеводы (г): | 24,06 |
| Эн.ценность (ккал): | 260,06 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 71,25 |
| Mg (мг): | 52,37 |
| Fe (мг): | 1,94 |
| 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 мясо- капустный фарш вводят мелко рубленный припущенный лук, рассыпчатый рис, яйца, соль и перемешивают. Из полученной массы формуют 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 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 |
| 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 |
| Жиры (г): | 8,93 |
| Углеводы (г): | 13,15 |
| Эн.ценность (ккал): | 149,06 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 72,22 |
| Mg (мг): | 22,95 |
| Fe (мг): | 0,69 |
| 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 формуют 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- свело- 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 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 |
| 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 |
| Жиры (г): | 18,15 |
| Углеводы (г): | 10,74 |
| Эн.ценность (ккал): | 258 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 32,36 |
| Mg (мг): | 41,84 |
| Fe (мг): | 2,1 |
| 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 | 24 |
| 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 |
| Жиры (г): | 24,2 |
| Углеводы (г): | 14,32 |
| Эн.ценность (ккал): | 344 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 43,04 |
| Mg (мг): | 55,78 |
| Fe (мг): | 2,8 |
| 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 разделывают 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 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 |
| 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 |
| Жиры (г): | 16,79 |
| Углеводы (г): | 2,89 |
| Эн.ценность (ккал): | 221 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 21,81 |
| Mg (мг): | 22,03 |
| Fe (мг): | 3,06 |
| 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 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 |
| 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 |
| Жиры (г): | 7,98 |
| Углеводы (г): | 9,32 |
| Эн.ценность (ккал): | 140,98 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 34,4 |
| Mg (мг): | 17,84 |
| Fe (мг): | 0,8 |
| C (мг): | 0,6 |

**Технология приготовления.**

Котлетную массу дважды пропускают через мясорубку, добавляют измельченный, слегка пассированный или припущенный репчатый лук, перемешивают и формуют 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 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 |
| 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 |
| Жиры (г): | 23,78 |
| Углеводы (г): | 21,79 |
| Эн.ценность (ккал): | 387,7 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 40,1 |
| Mg (мг): | 55,83 |
| Fe (мг): | 5,07 |
| 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 |
| Жиры (г): | 28,94 |
| Углеводы (г): | 26,53 |
| Эн.ценность (ккал): | 472 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 48,8 |
| Mg (мг): | 67,97 |
| Fe (мг): | 6,17 |
| C (мг): | 10,82 |

# Технология приготовления.

Мясо нарезают по 2 куска 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 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 |
| 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 |
| Жиры (г): | 4,95 |
| Углеводы (г): | 3,8 |
| Эн.ценность (ккал): | 105 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 39,07 |
| Mg (мг): | 48,53 |
| Fe (мг): | 0,85 |
| 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): Макаронные изделия отварные Номер рецептуры:202

**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 |
| 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 |
| Жиры (г): | 5,79 |
| Углеводы (г): | 30,45 |
| Эн.ценность (ккал): | 195,7 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 12,14 |
| Mg (мг): | 8,14 |
| Fe (мг): | 0,81 |
| 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 |
| Жиры (г): | 7,71 |
| Углеводы (г): | 40,61 |
| Эн.ценность (ккал): | 260,95 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 16,19 |
| Mg (мг): | 10,86 |
| Fe (мг): | 1,09 |
| 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 туше*ная* Номер рецептуры: 321

**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 |
| 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 |
| Жиры (г): | 4,86 |
| Углеводы (г): | 14,14 |
| Эн.ценность (ккал): | 112,7 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 83,2 |
| Mg (мг): | 30,98 |
| Fe (мг): | 1,21 |
| 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) № 128 Наименование кулинарного изделия (блюда): Картофельное пюре. Номер рецептуры: 128

**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 | 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 |
| Жиры (г): | 9,62 |
| Углеводы (г): | 18,89 |
| Эн.ценность (ккал): | 181,5 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 43,74 |
| Mg (мг): | 28,77 |
| Fe (мг): | 1,08 |
| 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 |
| Жиры (г): | 12,82 |
| Углеводы (г): | 25,18 |
| Эн.ценность (ккал): | 241 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 58,32 |
| Mg (мг): | 38,36 |
| Fe (мг): | 1,44 |
| 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 |
| Жиры (г): | 5,37 |
| Углеводы (г): | 36,68 |
| Эн.ценность (ккал): | 209,7 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 2,4 |
| Mg (мг): | 19 |
| Fe (мг): | 0,53 |
| C (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 |
| Жиры (г): | 7,17 |
| Углеводы (г): | 48,8 |
| Эн.ценность (ккал): | 279,6 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 3,2 |
| Mg (мг): | 25,33 |
| Fe (мг): | 0,7 |
| C (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 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 | 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 |
| Жиры (г): | 6,99 |
| Углеводы (г): | 20,84 |
| Эн.ценность (ккал): | 166,96 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 27,33 |
| Mg (мг): | 31,16 |
| Fe (мг): | 1,33 |
| 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 |
| Жиры (г): | 9,32 |
| Углеводы (г): | 27,79 |
| Эн.ценность (ккал): | 222,61 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 36,44 |
| Mg (мг): | 41,55 |
| Fe (мг): | 1,77 |
| 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 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 |
| 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 рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур 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 вещес | | тва |  | Витамин C, 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 вещес | | тва |  | Витамин C, 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 вещес | | тва |  | Витамин C, 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.

﻿

ехнологическая карта № 82

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

Номер рецептуры: 18

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур 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 |
| 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 вещес | | тва |  | Витамин C, 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 вещес | | тва |  | Витамин C, 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 вещес | | тва |  | Витамин C, 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○С.

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.

﻿

Технологическая карта № 165

**Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ МОРКОВИ**

Номер рецептуры: **№ 7**

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур 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. Перевалова, - 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 |  |
|  | |  |
| Са (мг) | 19,2/24 |  |
| Mg (мг) | 26,4/33 |  |
| Fе(мг) | 0,48/0,6 |  |
| С (мг) | 2,56/3,2 |  |

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

**Температура подачи:**14 0С.

**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 рецептур:

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 | Са | Fe | В1 | В2 | С |
| 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 рецептур:

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 | Са | Fe | В1 | В2 | С |
| 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 рецептур: «Сборник рецептур 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. Рецептура**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 тушенного 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. | | | Са | 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.