***ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ***

*блюд и кулинарных изделий*

*для питания детей*

*школьного возраста*

Данные технологические карты составлены в соответствии с «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 23 июля 2008 года № 45 СанПиН 2.4.5.2409 – 08.

При составлении технологических карт использовался Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 544 с.

***Холодные блюда***

***Бутерброды и салаты***

Для приготовления холодных блюд в питании школьников используются свежие, квашеные и соленые овощи и гастрономические товары. Не допускаются к реализации продукты, перечисленные в приложении 7 СанПиН 2.4.5.2409-08.

При обработке овощей должны быть соблюдены следующие требования: овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток. При обработке белокочанной капусты необходимо обязательно удалить наружные листы.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Овощи урожая прошлого года (капусту, репчатый лук, корнеплоды и др.) в период после 1 марта допускается использовать только после термической обработки (п.6.29 СанПиН 2.4.5.249-08).

При кулинарной обработке овощей, для сохранения витаминов, следует соблюдать следующие правила: кожуру овощей чистят тонким слоем, очищают их непосредственно перед приготовлением, свежую зелень добавляют в готовые блюда во время раздачи.

Зелень, предназначенную для приготовления холодных закусок без последующей термической обработки, следует тщательно промывать проточной водой и выдержать в 3% растворе уксусной кислоты или 10% растворе поваренной соли в течение 10-минут с последующим ополаскиванием проточной водой и просушиванием.

Изготовление салатов и их заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Незаправленные салаты допускается хранить не более 2 часов при температуре плюс 4±2 °C. Салаты заправляют непосредственно перед раздачей. В качестве заправки салатов следует использовать растительное масло. Хранение заправленных салатов может осуществляться не более 30 минут при температуре 4±2 °C. Использование сметаны и майонеза для заправки салатов не допускается.

При перемешивании ингредиентов, входящих в состав салата, необходимо пользоваться кухонным инвентарем, не касаясь продукта руками.

Потребительскую упаковку консервированных продуктов перед вскрытием промывают проточной водой и протирают ветошью.

Холодные закуски, салаты должны иметь температуру подачи не ниже +15°C.

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_1\_**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)

Номер рецептуры: 14

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. –с 86.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | | | | | |
| 1 порция | | | | | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Масло сливочное | 5 | 5 | 10 | 10 | 15 | 15 | 20 | 20 |
| ВЫХОД: | 5 | | 10 | | 15 | | 20 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 5 | 0,00 | 4,10 | 0,05 | 37,50 | 0,50 | 0,00 | 1,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 29,50 |
| 10 | 0,00 | 8,20 | 0,10 | 75,00 | 1,00 | 0,00 | 2,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 59,00 |
| 15 | 0,00 | 12,30 | 0,15 | 112,50 | 1,50 | 0,00 | 3,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 88,50 |
| 20 | 0,00 | 16,40 | 0,20 | 150,00 | 2,00 | 0,00 | 4,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 118,00 |

***Технология приготовления:***

Масло сливочное нарезают кусочками прямоугольной или другой формы.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* ровные кусочки масла с гладкими краями

*Консистенция:* мягкая, не расплывшаяся

*Цвет:* соответствует виду масла, светло-желтый

*Вкус:* сладко-сливочный, без горечи

*Запах:* свежего масла

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_2\_\_\_\_**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): СЫР (ПОРЦИЯМИ)

Номер рецептуры: 15

Наименование сборника рецептур: Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. –с 86.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | | | | | |
| 1 порция | | | | | | | |
| Брутто г | Нетто, г | Брутто г | Нетто, г | Брутто г | Нетто, г | Брутто г | Нетто, г |
| Сыр неострых сортов (твердый, полутвердый, мягкий) | 5,3 | 5 | 10,6 | 10 | 15,9 | 15 | 21,2 | 20 |
| ВЫХОД: | 5 | | 10 | | 15 | | 20 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 5 | 1,16 | 1,48 | 0,00 | 18,20 | 44,00 | 1,75 | 25,00 | 0,05 | 0,00 | 0,04 | 13,00 |
| 10 | 2,32 | 2,95 | 0,00 | 36,40 | 88,00 | 3,50 | 50,00 | 0,10 | 0,00 | 0,07 | 26,00 |
| 15 | 3,48 | 4,43 | 0,00 | 54,60 | 132,0 | 5,25 | 75,00 | 0,15 | 0,01 | 0,11 | 39,00 |
| 20 | 4,64 | 5,90 | 0,00 | 72,80 | 176,0 | 7,00 | 100,0 | 0,20 | 0,01 | 0,14 | 52,00 |

***Технология приготовления:***

Сыр зачищают от корок, нарезают на порционные куски прямоугольной или иной формы.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* сыр прямоугольной или треугольной формы

*Консистенция:* мягкая

*Цвет:* соответствует виду сыра, светло-желтый

*Вкус:* соответствует виду сыра, без горечи

*Запах:* свойственный свежему сыру

Технологическая карта кулинарного изделия

Наименование кулинарного изделия: **бутерброд с сыром**

Номер рецептуры: 3.

Наименование сборника рецептур: Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Наименование продуктов, полуфабрикатов* | *Масса* | |
| *брутто, г* | *нетто, г* |
| Сыр российский, или волжский, или угличский  голландский, или швейцарский, или чеддер,московский, или ярославский  или степной, или костромской | 11 | 10 |
| 11 | 10 |
| 11 | 10 |
| 11 | 10 |
| Масло сливочное | 10 | 10 |
| Хлеб | 30 | 30 |
| *Выход* |  | 50 |

Химический состав, витамины, и микроэлементов на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Белки (г) | 4,9 |
| Жиры (г) | 11,55 |
| Углеводы (г) | 17,1 |
| Энергетическая ценность (ккал) | 193 |
|  | |
| Са (мг) | 106 |
| Mg (мг) | 4,8 |
| F е(мг) | 0,12 |
| С (мг) | 0,09 |

**Технология приготовления**

Ломтик хлеба намазывают маслом, а сверху кладут кусочек сыра.

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ

Номер рецептуры: 20

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Огурцы свежие | 71,3 | 57 | 118,8 | 95 |
| Масло растительное | 3,6 | 3,6 | 6 | 6 |
| ВЫХОД: | 60 | | 100 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 60 | 0,46 | 3,65 | 1,43 | 40,38 | 13,11 | 7,98 | 24,01 | 0,34 | 0,02 | 5,70 | 0,00 |
| 100 | 0,76 | 6,09 | 2,38 | 67,3 | 21,85 | 13,30 | 40,02 | 0,57 | 0,03 | 9,50 | 0,00 |

**Технология приготовления:**

Свежие огурцы очищают от кожицы, нарезают кружочками, ломтиками или мелко шинкуют.

Изготовление салата и его заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Не заправленный салат допускается хранить не более 2-х часов при температуре плюс 4±2°С. Хранение заправленного салата может осуществляться не более 30 минут при температуре плюс 4±2°С.

Температура подачи не ниже +15 °С.

При отпуске заправляют солью и растительным маслом.

**Требования к качеству:**

*Внешний вид:* нарезанные огурцы уложены горкой, заправлены растительным маслом

*Консистенция:* форма нарезки сохраняется, консистенция хрустящая

*Цвет:* соответствует сорту огурцов

*Вкус:* свойственный свежим огурцам, в меру соленый

*Запах:* огурцов и растительного масла

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ

# С ЛУКОМ

Номер рецептуры: 23

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Помидоры свежие | 50,8 | 43,2 | 84,7 | 72 |
| Лук репчатый | 17,3 | 14,5 | 28,8 | 24,2 |
| масса бланшированного репчатого лука | - | 13,8 | - | 23 |
| или лук зеленый | 17,3 | 13,8 | 28,8 | 23 |
| Масло растительное | 3,6 | 3,6 | 6 | 6 |
| ВЫХОД: | 60 | | 100 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 60 | 0,68 | 3,71 | 2,83 | 47,46 | 10,55 | 10,67 | 19,73 | 0,50 | 0,04 | 12,25 | 0,00 |
| 100 | 1,13 | 6,19 | 4,72 | 79,1 | 17,58 | 17,79 | 32,88 | 0,84 | 0,06 | 20,42 | 0,00 |

***Технология приготовления:***

Помидоры промывают проточной водой, удаляют плодоножку, нарезают тонкими ломтиками. Лук очищают, срезают донце и шейку, мелко шинкуют, ошпаривают кипятком. Подготовленный зеленый лук мелко шинкуют. Помидоры и лук перемешивают, заправляют растительным маслом, солью, раскладывают на порции.

Изготовление салата и его заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Не заправленный салат допускается хранить не более 2-х часов при температуре плюс 4±2°С. Хранение заправленного салата может осуществляться не более 30 минут при температуре плюс 4±2°С.

Температура подачи не ниже +15 °С.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* помидоры и лук перемешаны, уложены горкой. Овощи имеют привлекательный вид

*Консистенция:* форма нарезки сохраняется, консистенция помидоров – упругая, сочная

*Цвет:* соответствует сорту помидоров

*Вкус:* свойственный свежим помидорам, в меру соленый

*Запах:* свежих помидоров и лука в сочетании с растительным маслом

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ

Номер рецептуры: 45

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Капуста белокочанная свежая | 59,4 | 47,4 | 99 | 79 |
| Масса прогретой капусты | - | 42,6 | - | 71 |
| Лук зеленый | 7,8 | 6 | 13 | 10 |
| или морковь до 1 января | 7,8 | 6 | 13 | 10 |
| С 1 января | 8 | 6 | 13,3 | 10 |
| Лимонная кислота | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 0,3 |
| Сахар | 3 | 3 | 5 | 5 |
| Масло растительное | 3 | 3 | 5 | 5 |
| Соль | 1 | 1 | 1 | 1 |
| ВЫХОД: | 60 | | 100 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| С луком | | | | | | | | | | | |
| 60 | 0,85 | 3,05 | 5,19 | 51,54 | 26,80 | 7,90 | 14,83 | 0,32 | 0,01 | 20,97 | 0,00 |
| 100 | 1,41 | 5,08 | 8,65 | 85,90 | 44,67 | 13,16 | 24,71 | 0,54 | 0,02 | 34,95 | 0,00 |
| С морковью | | | | | | | | | | | |
| 60 | 0,85 | 3,05 | 5,41 | 52,44 | 22,42 | 9,10 | 16,57 | 0,31 | 0,02 | 19,47 | 0,00 |
| 100 | 1,41 | 5,08 | 9,02 | 87,40 | 37,37 | 15,16 | 27,61 | 0,51 | 0,03 | 32,45 | 0,00 |

***Технология приготовления:***

Капусту шинкуют тонкой соломкой, добавляют соль (1,5 г на 100 г), лимонную кислоту и нагревают при непрерывном помешивании . Не следует перегревать капусту, так как она будет слишком мягкой. Прогретую капусту охлаждают, смешивают с шинкованным зеленым луком и морковью, нарезанной соломкой. Салат заправляют сахарным сиропом (1:0,5), 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±2°С. Хранение заправленного салата может осуществляться не более 30 минут при температуре плюс 4±2°С.

Температура подачи не ниже +15 °С.

***Требования к качеству:***

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

*Консистенция:* хрустящая, не жесткая, сочная

*Цвет:* свойственный входящим в блюдо продуктам

*Вкус:* свойственный входящим в блюдо продуктам

*Запах:* свежей белокочанной капусты, моркови с ароматом растительного масла

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ

Номер рецептуры: 52

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Свекла свежая до 1 января | 73 | 571 | 121,6 | 951 |
| с 1 января | 78,1 | 571 | 130,1 | 951 |
| Масло растительное | 3,6 | 3,6 | 6 | 6 |
| Соль | 1 | 1 | 1 | 1 |
| ВЫХОД: | 60 | | 100 | |

1 Масса отварной очищенной свеклы

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 60 | 0,86 | 3,65 | 5,02 | 56,34 | 21,09 | 12,54 | 24,58 | 0,80 | 0,01 | 5,70 | 0,00 |
| 100 | 1,43 | 6,09 | 8,36 | 93,9 | 35,15 | 20,90 | 40,97 | 1,33 | 0,02 | 9,50 | 0,00 |

***Технология приготовления:***

Свеклу промывают проточной водой, варят в кожуре, охлаждают; очищают. Нарезают в холодном цехе или в горячем цехе на столе для вареной продукции. Варка свеклы накануне дня приготовления блюд не допускается.

Отваренные для салатов овощи хранят в холодильнике не более 6 часов при температуре плюс 4±2°С.

Свеклу нарезают соломкой, добавляют соль, 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±2°С. Хранение заправленного салата может осуществляться не более 30 минут при температуре плюс 4±2°С.

Температура подачи не ниже +15 °С.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* свекла нарезана мелкой соломкой, салат уложен горкой, заправлен растительным маслом

*Консистенция:* мягкая, сочная

*Цвет:* темно-малиновый

*Вкус:* свойственный свекле и растительному маслу

*Запах:* свеклы и растительного масла

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ

# С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ

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 принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Свекла до 1 января | 44,3 | 35,4 | 73,8 | 59,0 |
| с 1 января | 47,2 | 35,4 | 78,7 | 59,0 |
| Зеленый горошек консервированный | 31,4 | 20,4 | 52,4 | 34,0 |
| Лук репчатый | 3,6 | 3 | 6 | 5 |
| Масло растительное | 2,4 | 2,4 | 4 | 4 |
| Соль | 1 | 1 | 1 | 1 |
| ВЫХОД: | 60 | | 100 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| Выход 60 г | | | | | | | | | | |
| 1,00 | 2,51 | 4,91 | 46,26 | 16,76 | 11,14 | 25,18 | 0,79 | 0,03 | 5,88 | 0,00 |
| Выход 100 г | | | | | | | | | | |
| 1,66 | 4,18 | 8,19 | 77,10 | 27,93 | 18,57 | 41,96 | 1,31 | 0,05 | 9,80 | 0,00 |

***Технология приготовления:***

Подготовленную свеклу отваривают, затем очищают и нарезают мелкой соломкой. Добавляют нарезанный бланшированный репчатый лук, прокипяченный зеленый горошек. При отпуске заправляют растительным маслом..

Изготовление салата и его заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Незаправленный салат допускается хранить не более 2-х часов при температуре плюс 4±2°С. Хранение заправленного салата может осуществляться не более 30 минут при температуре плюс 4±2°С.

Температура подачи не ниже +15 °С.

При отпуске заправляют солью и растительным маслом.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* нарезанная свекла уложена горкой, заправлена растительным маслом

*Консистенция:* форма нарезки сохраняется, консистенция мягкая, сочная

*Цвет:* темно-малиновый

*Вкус:* свойственный свекле, луку и зеленому горошку, в меру соленый

*Запах:* свеклы и растительного масла

Технологическая карта кулинарного изделия

Наименование кулинарного изделия: **Овощи натуральные свежие.**

Номер рецептуры: 71.

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Наименование продуктов, полуфабрикатов* | *Масса* | |
| *брутто, г* | *нетто, г* |
| Помидоры свежие | 53 | 50 |
| или огурцы свежие | 53 | 50 |
| *Выход* |  | 50 |

Химический состав, витамины, и микроэлементов на 1 порцию

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Белки (г) | 1 | |
| Жиры (г) | 0,4 | |
| Углеводы (г) | 2,3 | |
| Энергетическая ценность (ккал) | 21 | |
|  | | |
| Са (мг) | 11,5 | |
| Mg (мг) | 7 |  |
| Fе(мг) | 0,3 |  |
| С (мг) | 5 |  |

**Технология приготовления**

Огурцы и помидоры перебирают, промывают небольшими партиями в подсоленной или подкисленной воде. У огурцов отрезают стебель с частью мякоти, затем нарезают кружочками или дольками непосредственно перед отпуском.

У помидоров вырезают место прикрепления плодоножки. Используют в целом виде.

**Требования к качеству**

*Внешний вид:* Огурцы нарезаны кружочками или дольками, помидоры - целые.

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

*Цвет:* огурцов - зеленый, помидоров - красный.

*Вкус:* огурцов или помидоров.

*Запах:* огурцов или помидоров.

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): КОНСЕРВЫ ОВОЩНЫЕ ЗАКУСОЧНЫЕ

# (порциями)

Номер рецептуры: 50

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Икра кабачковая | 65 | 60 | 107 | 100 |
| или зеленый горошек | 92,3 | 60 | 154 | 100 |
| ВЫХОД: | 60 | | 100 | |

Химический состав данного блюда

Икра кабачковая

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 60 | 1,20 | 5,40 | 5,10 | 73,20 | 24,60 | 9,00 | 22,20 | 0,42 | 0,01 | 4,20 | 0,00 |
| 100 | 2,00 | 9,00 | 8,50 | 122,00 | 41,00 | 15,00 | 37,00 | 0,70 | 0,02 | 7,00 | 0,00 |

Зеленый горошек

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 60 | 1,86 | 0,12 | 3,90 | 24,00 | 12,00 | 12,60 | 37,20 | 0,42 | 0,06 | 0,42 | 0,00 |
| 100 | 3,10 | 0,20 | 6,50 | 40,00 | 20,00 | 21,00 | 62,00 | 0,70 | 0,10 | 0,70 | 0,00 |

*Технология приготовления:*

Банки с икрой кабачковой промывают проточной водой, протирают ветошью, открывают и икру прогревают перед раздачей.

Банки с консервированным зеленым горошком промывают проточной водой, протирают ветошью. Затем открывают, выливают вместе с жидкостью в сотейник или кастрюлю, доводят до кипения, кипятят в течение 5 минут, откидывают на дуршлаг. После остывания подают к блюдам.

*Требования к качеству:*

Икры кабачковой: консистенция густой сметаны, не допускается жидкая консистенция. Цвет от светлого до темного желто-оранжевого. Вкус и запах кабачков, растительного масла и специй. Не допускается затхлый запах, а также темно-оранжевый цвет продукта.

Зеленого горошка: цвет зеленый, консистенция рассыпчатая, горошинки не разварены, сохранившие форму.

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ВИТАМИННЫЙ.

Номер рецептуры: № 49

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|  | 1 порция | | 100 порций | |
|  | брутто, гр. | нетто, гр. | брутто, кг. | Нетто, кг. |
| Капуста свежая | 51,3 | 40,0 | 5,13 | 4,00 |
| Морковь | 31,3 | 25,0 | 3,13 | 2,50 |
| Горошек или кукуруза консервированная | 30,8 | 20,0 | 3,08 | 2,0 |
| Сахар | 5,0 | 5,0 | 0,5 | 0,5 |
| Лимонная кислота | 1,5 | 1,5 | 0,15 | 0,15 |
| Вода кипяченная | 5,0 | 5,0 | 0,5 | 0,5 |
| Масло растительное | 6,0 | 6,0 | 0,6 | 0,6 |
| Соль | 2,0 | 2,0 | 0,2 | 0,2 |
| Выход | 100,0 | | 10,0 | |

**Химический состав, витамины и микроэлементы**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| В 100 граммах **блюда с зеленым горошком.** Энерг. ценность (ккал): 187,24 | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |  |
| Пищевые вещества г. | | | | | | | | | Минеральные вещества мг. | | | | | | | | |  | |
| Белки | | | Жиры | | | Углеводы | | | Са | | Mg | | | P | | Fe | |  |  |
| 8,29 | | | 6,80 | | | 24,73 | | | 74,81 | | 42,79 | | | 121,45 | | 3,48 | |  |  |
| Витамины | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |  |
| А,  мг. | В1,  мг. | В2,  мг. | | В5,  мг. | В 6,  мг. | | В9,  мкг. | В12,  мкг. | | С,  мг. | | D,  мкг. | Е,  мг | | Н,  мкг. | | РР,  мг |  |  |
| 0,27 | 0,27 | 0,09 | | - | 0,15 | | 10.95 | - | | 18,95 | | - | 5,81 | | 6,37 | | 0,99 |  |  |
| В 100 граммах **блюда с кукурузой.** Энерг. ценность (ккал): 198,93 | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |  |
| Пищевые вещества г. | | | | | | | | | Минеральные вещества мг. | | | | | | | | |  | |
| Белки | | | Жиры | | | Углеводы | | | Са | | Mg | | | P | | Fe | |  |  |
| 4,14 | | | 8,02 | | | 10,95 | | | 52,23 | | 41,81 | | | 112,28 | | 1,75 | |  |  |
| Витамины | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |  |
| А,  мг. | В1,  мг. | В2,  мг. | | В5,  мг. | В 6,  мг. | | В9,  мкг. | В12,  мкг. | | С,  мг. | | D,  мкг. | Е,  мг | | Н,  мкг. | | РР,  мг |  |  |
| 0,37 | 0,14 | 0,05 | | - | 0,22 | | 14,22 | - | | 18,95 | | - | 4,63 | | 7,02 | | 0,96 |  |  |

**Технологический процесс**

Капусту, морковь, перец, лук нарезают, горошек или кукурузу доводят до кипения, охлаждают, сливают отвар и соединяют с овощами. Заправляют раствором лимонной кислоты с сахаром, перед отпуском заправляют растительным маслом, солью.

**Требования к оформлению, реализации и хранению**

Изготовление салатов и их заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Не заправленные салаты допускается хранить не более 3 часов в холодильнике при температуре +4/-2 градусов. Хранение заправленных салатов не допускается, согласно СанПиН 2.4.5.2409-08.

**Органолептические показатели качества:**

Внешний вид — эстетично оформленный, повышающий аппетит.

Цвет — цвет соответствует рецептурным компонентам.

Вкус и запах — приятный аромат свежеприготовленного салата витаминного, вкус характерный для рецептурного компонента, без посторонних привкусов и запахов.

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ

Номер рецептуры: 67

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Картофель молодой до 1 сентября | 20,4 | 151 | 34 | 251 |
| \*\*\*с 1 сентября по 31 октября | 20,6 | 151 | 34,4 | 251 |
| \*\*\*с 1 ноября до 31 декабря | 22,1 | 151 | 36,8 | 251 |
| \*\*\*с 1 января по 28-29 февраля | 23,9 | 151 | 39,8 | 251 |
| \*\*\*с 1 марта | 25,8 | 151 | 43 | 251 |
| Свекла до 1 января | 15,3 | 121 | 25,5 | 201 |
| \*\*\*с 1 января | 16,3 | 121 | 27,2 | 201 |
| Морковь до 1 января | 11,3 | 91 | 18,9 | 151 |
| \*\*\*с 1 января | 12,1 | 91 | 20,1 | 151 |
| Огурцы соленые2 | 15 | 12 | 25 | 20 |
| Лук зеленый | 11,3 | 9 | 18,8 | 15 |
| или лук репчатый | 10,7 | 93 | 17,9 | 153 |
| Масло растительное | 3,6 | 3,6 | 6 | 6 |
| ВЫХОД: | 60 | | 100 | |

1 Масса отварных очищенных овощей

2 С использованием огурцов консервированных без уксуса

3 Масса бланшированного репчатого лука

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| С луком зеленым | | | | | | | | | | | |
| 60 | 0,81 | 3,70 | 4,61 | 54,96 | 20,13 | 12,81 | 24,10 | 0,53 | 0,03 | 7,95 | 0,00 |
| 100 | 1,35 | 6,16 | 7,69 | 91,60 | 33,55 | 21,35 | 40,17 | 0,88 | 0,05 | 13,25 | 0,00 |
| С луком репчатым | | | | | | | | | | | |
| 60 | 0,82 | 3,71 | 5,06 | 56,88 | 13,92 | 12,45 | 26,98 | 0,51 | 0,04 | 6,15 | 0,00 |
| 100 | 1,36 | 6,18 | 8,44 | 94,80 | 23,20 | 20,75 | 44,97 | 0,85 | 0,06 | 10,25 | 0,00 |

***Технология приготовления:***

Отварные очищенные картофель, свеклу, морковь, очищенные соленые огурцы нарезают мелкими ломтиками. Зеленый лук нарезают длиной до 1 см; если используют репчатый лук, то его мелко шинкуют и бланшируют кипящей водой, откидывают на дуршлаг.

Подготовленные овощи соединяют, добавляют растительное масло, перемешивают.

В винегрет можно добавлять от 5 до 10 г. припущенного зеленого горошка за счет соответственного уменьшения соленых огурцов.

Температура подачи не ниже +15 °С.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* овощи нарезаны мелкими ломтиками, равномерно перемешаны и заправлены растительным маслом.

*Консистенция:* мягкая, сочная

*Цвет:* продуктов, входящих в состав блюда

*Вкус:* продуктов, входящих в состав блюда

*Запах:* продуктов, входящих в состав блюд

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): ВИНЕГРЕТ С СЕЛЬДЬЮ

Номер рецептуры: 69

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Картофель молодой до 1 сентября | 20,4 | 151 | 34 | 251 |
| \*\*\*с 1 сентября по 31 октября | 20,6 | 151 | 34,4 | 251 |
| \*\*\*с 1 ноября до 31 декабря | 22,1 | 151 | 36,8 | 251 |
| \*\*\*с 1 января по 28-29 февраля | 23,9 | 151 | 39,8 | 251 |
| \*\*\*с 1 марта | 25,8 | 151 | 43 | 251 |
| Свекла до 1 января | 15,3 | 121 | 25,5 | 201 |
| \*\*\*с 1 января | 16,3 | 121 | 27,2 | 201 |
| Морковь до 1 января | 11,3 | 91 | 18,9 | 151 |
| \*\*\*с 1 января | 12,1 | 91 | 20,1 | 151 |
| Огурцы соленые2 | 15 | 12 | 25 | 20 |
| Лук зеленый | 11,3 | 9 | 18,8 | 15 |
| или лук репчатый | 10,7 | 93 | 17,9 | 153 |
| Масло растительное | 3,6 | 3,6 | 6 | 6 |
| Сельдь | 83 | 40 | 83 | 40 |
| ВЫХОД: | 60 | | 100 | |

1 Масса отварных очищенных овощей

2 С использованием огурцов консервированных без уксуса

3 Масса бланшированного репчатого лука

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| С луком зеленым | | | | | | | | | | | |
| 60 | 0,81 | 3,70 | 4,61 | 54,96 | 20,13 | 12,81 | 24,10 | 0,53 | 0,03 | 7,95 | 0,00 |
| 100 | 1,35 | 6,16 | 7,69 | 91,60 | 33,55 | 21,35 | 40,17 | 0,88 | 0,05 | 13,25 | 0,00 |
| С луком репчатым | | | | | | | | | | | |
| 60 | 0,82 | 3,71 | 5,06 | 56,88 | 13,92 | 12,45 | 26,98 | 0,51 | 0,04 | 6,15 | 0,00 |
| 100 | 1,36 | 6,18 | 8,44 | 94,80 | 23,20 | 20,75 | 44,97 | 0,85 | 0,06 | 10,25 | 0,00 |

***Технология приготовления:***

Отварные очищенные картофель, свеклу, морковь, очищенные соленые огурцы нарезают мелкими ломтиками. Зеленый лук нарезают длиной до 1 см; если используют репчатый лук, то его мелко шинкуют и бланшируют кипящей водой, откидывают на дуршлаг.

Подготовленные овощи соединяют, добавляют растительное масло, перемешивают.

В винегрет можно добавлять от 5 до 10 г. припущенного зеленого горошка за счет соответственного уменьшения соленых огурцов. Винегрет раскладывают на порции, сверху кладут разделанную на филе сельдь, нарезанную кусочками

Температура подачи не ниже +15 °С.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* овощи нарезаны мелкими ломтиками, равномерно перемешаны и заправлены растительным маслом. Поверх уложено филе сельди.

*Консистенция:* мягкая, сочная

*Цвет:* продуктов, входящих в состав блюда

*Вкус:* продуктов, входящих в состав блюда *Запах:* продуктов, входящих в состав блюда

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия: **Овощи натуральные соленые.**

Номер рецептуры: 70.

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Наименование продуктов, полуфабрикатов* | *Масса* | |
| *брутто, г* | *нетто, г* |
| Помидоры соленые | 55 | 50 |
| или огурцы соленые | 55 | 50 |
| *Выход* |  | 50 |

Химический состав, витамины, и микроэлементов на 1 порцию

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Белки (г) | 1 | |
| Жиры (г) | 0,4 | |
| Углеводы (г) | 2,3 | |
| Энергетическая ценность (ккал) | 21 | |
|  | | |
| Са (мг) | 11,5 | |
| Mg (мг) | 7 |  |
| Fе(мг) | 0,3 |  |
| С (мг) | 5 |  |

**Технология приготовления**

Огурцы и помидоры промывают и удаляют место крепления плодоножки.

**Требования к качеству**

*Внешний вид:* Огурцы и помидоры сохранили форму.

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

*Цвет:* огурцов - оливковый, помидоров - красный.

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

*Запах:* соленых огурцов или помидоров, приятный.

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕНЫМИ

# ОГУРЦАМИ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ

Номер рецептуры: 42

Наименование сборника рецептур: Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
| 1 порция | |
| Брутто, г | Нетто, г |
| Картофель | 68 | 49 |
| Огурцы соленые | 30 | 24 |
| Зеленый горошек консервированный | 26 | 17 |
| Масло растительное | 6 | 6 |
| Лук репчатый | 6 | 6 |
| ВЫХОД: | 100 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 100 | 2,98 | 5,19 | 6,25 | 83,60 | 21,45 | 20,80 | 59,95 | 0,68 | 0,11 | 11,00 | 0,68 |

***Технология приготовления:***

Картофель варят, очищают, арезают тонкими ломтиками. Соленые огурцы очищают, нарезают тонкими ломтиками, репчатый лук шинкуют, добавляют консервированный горошек, предварительно прокипяченный в собственном соку. Компоненты смешивают, 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±2°С. Хранение заправленного салата может осуществляться не более 30 минут при температуре плюс 4±2°С.

Температура подачи не ниже +15 °С.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* картофель и огурцы нарезаны тонкими ломтиками, салат уложен горкой, заправлен растительным маслом.

*Консистенция:* мягкая

*Цвет:* соответствует продуктам входящим в состав блюда

*Вкус:* умеренно соленый, растительного масла и консервированного горошка, лука

*Запах:* свойственный входящим в рецептуру продуктам

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): БУТЕРБРОДЫ ГОРЯЧИЕ С КОЛБАСОЙ.

Номер рецептуры: № 8

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|  | 1 порция | | 100 порций | |
|  | брутто, гр. | нетто, гр. | брутто, кг. | Нетто, кг. |
| Колбаса вареная | 31 | 15 | 3,1 | 3 |
| Хлеб | 30 | 30 | 3,0 | 3,0 |
| Сыр | 10,5 | 10 | 1,05 | 1,0 |
| Масло сливочное | 5 | 5 | 0,5 | 1,0 |
| Выход | 75 | | 7,5 | |

**.**Химический состав, витамины и микроэлементы

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| В 60 граммах данного блюда | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |  |
| Пищевые вещества г. | | | | | | | | | Минеральные вещества мг. | | | | | | | | |  | |
| Белки | | | Жиры | | | Углеводы | | | Са | | Mg | | | P | | Fe | |  |  |
| 13,81 | | | 10,95 | | | 31,39 | | | 274,78 | | 36,98 | | | 241,36 | | 1,40 | |  |  |
| Витамины | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |  |
| А,  мг. | В1,  мг. | В2,  мг. | | В5,  мг. | В 6,  мг. | | В9,  мкг. | В12,  мкг. | | С,  мг. | | D,  мкг. | Е,  мг | | Н,  мкг. | | РР,  мг |  |  |
| 0,06 | 0,14 | 0,31 | | - | 0,23 | | 20,70 | 0,21 | | 0,92 | | - | 2,70 | | 4,43 | | 2,73 |  |  |

Энергетическая ценность (ккал): 271,61

Технологический процесс

Хлеб пшеничный нарезают ломтиками толщиной 1,0-1,5 см. Колбасу нарезают кружочками толщиной 2-4 мм, сыр разрезают ломтиками толщиной 2-3 мм ( подготовку сыра и колбасы производят не ранее, чем за 30-40 минут до приготовления и хранят их в холодильнике). Огурцы также нарезают кружочками толщиной 2-3 мм.

На противень, смазанный маслом выкладывают хлеб, а на него выкладывают колбасу, огурцы, сыр выпекают при температуре 230-240 градусов в течение 2-3 минут до образования румяной корочки на сыре .

Требования к оформлению, реализации и хранению

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления. Хранение свыше 3 часов не допускается, согласно СанПиН 2.4.5.2409-08.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид — пропеченные, румяные.

Цвет — цвет соответствует рецептурным компонентам.

Вкус и запах — приятный вкус и аромат свежеприготовленных бутербродов горячих с колбасой, без постороннего вкуса и запаха.

**Технологическая карта кулинарного блюда №**

Наименование кулинарного изделия (блюда): СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ

Номер рецептуры: 833

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
| 1 порция | |
| Брутто, г | Нетто, г |
| Мука пшеничная | 5 | 5 |
| Томат-паста | 10 | 10 |
| Морковь | 10 | 8 |
| Лук репчатый | 2,40 | 2,0 |
| Сахар-песок | 1,5 | 1,5 |
| Масло сливочное | 3 | 3 |
| ВЫХОД: | - | 100 |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки г | Жирыг | Угле-воды, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 0,77 | 2,24 | 6,09 | 47,34 | 7,05 | 5,34 | 13,15 | 0,21 | 0,02 | 1,60 | 0,01 |

***Технология приготовления:***

Мелко нарезанные коренья, лук пассеруют, добавляют томатное пюре, продолжают пассерование еще 15-20 мин, соединяют с белым соусом и варят 25-30 мин. В конце варки добавляют соль, сахар, перец черный горошком. Готовый соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, и доводят до кипения. Соус томатный служит основой для приготовления производных соусов.

Подают соус к блюдам из жареного мяса, субпродуктов (мозгов) и овощей.

***Требования к качеству:***

Консистенция густой сметаны, цвет красный, вкус томатного пюре и овощей, запах приятный.

***Первые блюда***

В питании школьников приготавливаются горячие заправочные, молочные, пюрообразные и прозрачные супы. Супы можно приготавливать с различными мясными, рыбными и консервированными продуктами.

Овощи для приготовления супов сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток. При обработке белокочанной капусты необходимо обязательно удалить наружные листы.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

При кулинарной обработке овощей, для сохранения витаминов, следует соблюдать следующие правила: кожуру овощей чистят тонким слоем, очищают их непосредственно перед приготовлением; закладывают овощи только в кипящую воду, нарезав их перед варкой; свежую зелень добавляют в готовые блюда во время раздачи.

Для обеспечения сохранности витаминов в блюдах, овощи, подлежащие отвариванию в очищенном виде, чистят непосредственно перед варкой и варят в подсоленной воде (кроме свеклы).

При приготовлении супов с крупами следует помнить, что крупы не должны содержать посторонних примесей. Перед использованием крупы перебирают и промывают проточной водой.

При использовании консервированных продуктов потребительскую упаковку перед вскрытием промывают проточной водой и протирают ветошью.

При отпуске вареного мяса (птицы) к первым блюдам, порционированное мясо подвергают вторичной термической обработке – кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят в нем при температуре +75°C до раздачи не более 1 часа.

Молочные супы варят на молоке, смеси молока и воды, на сгущенном молоке (согласно таблицы норм взаимозаменяемости). Супы готовят с макаронными изделиями, крупами. Молочные супы варят: с макаронными изделиями – 10-40 мин (в зависимости от сорта), с дроблеными крупами – 10-15 мин, с недроблеными крупами (рисовая, гречневая, перловая, пшено) – 20-30 мин. Молочные супы с макаронными изделиями при длительной варке и хранении быстро густеют. Во избежание этого их следует готовить небольшими партиями с таким расчетом, чтобы реализовать их в течение 20-30 мин. Готовые супы заправляют растопленным сливочным маслом.

Температура подачи горячих супов +60…+65°C.

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ

Номер рецептуры: 101

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Картофель молодой до 1 сент. | 75 | 60 | 93,8 | 75 |
| \*\*\*с 1 сентября по 31 октября | 80 | 60 | 100 | 75 |
| \*\*\*с 1 ноября до 31 декабря | 85,7 | 60 | 107,1 | 75 |
| \*\*\*с 1 января по 28-29 февраля | 92,3 | 60 | 115,3 | 75 |
| \*\*\*с 1 марта | 100 | 60 | 125 | 75 |
| Крупа пшеничная, перловая | 8 | 8 | 10 | 10 |
| или рис, пшено | 4 | 4 | 5 | 5 |
| Морковь до 1 января | 10 | 8 | 12,5 | 10 |
| \*\*\*с 1 января | 10,7 | 8 | 13,3 | 10 |
| Лук репчатый | 9,6 | 8 | 12 | 10 |
| Масло растительное | 2 | 2 | 2,5 | 2,5 |
| Вода | 150 | 150 | 187,5 | 187,5 |
| Соль | 1 | 1 | 1 | 1 |
| ВЫХОД: | 200 | | 250 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Вы-ход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| С пшеничной крупой | | | | | | | | | | | |
| 200 | 2,14 | 2,24 | 13,71 | 83,60 | 20,88 | 22,80 | 66,12 | 1,04 | 0,09 | 6,60 | 0,00 |
| 250 | 2,68 | 2,80 | 17,14 | 104,50 | 26,10 | 28,50 | 82,65 | 1,30 | 0,11 | 8,25 | 0,00 |
| С перловой крупой | | | | | | | | | | | |
| 200 | 2,00 | 2,23 | 13,60 | 82,60 | 20,72 | 21,20 | 69,88 | 0,81 | 0,08 | 6,660 | 0,00 |
| 250 | 2,50 | 2,79 | 17,00 | 103,25 | 25,90 | 26,50 | 87,35 | 1,01 | 0,10 | 8,33 | 0,00 |
| С рисом | | | | | | | | | | | |
| 200 | 1,58 | 2,19 | 11,66 | 72,60 | 18,44 | 20,00 | 50,04 | 0,71 | 0,08 | 6,60 | 0,00 |
| 250 | 1,98 | 2,74 | 14,58 | 90,75 | 23,05 | 25,00 | 62,55 | 0,89 | 0,10 | 8,25 | 0,00 |
| С пшеном | | | | | | | | | | | |
| 200 | 1,74 | 2,27 | 11,43 | 73,20 | 19,20 | 21,32 | 53,36 | 0,77 | 0,09 | 6,60 | 0,00 |
| 250 | 2,18 | 2,84 | 14,29 | 91,50 | 24,00 | 26,65 | 66,70 | 0,96 | 0,11 | 8,25 | 0,00 |

***Технология приготовления:***

Лук мелко рубят, морковь нарезают мелкими кубиками и пассеруют. Картофель нарезают кубиками.

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную в соответствии с требованиями СанПиНа крупу, картофель, пассерованные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки кладут соль, специи. Крупу рисовую кладут в бульон или воду одновременно с пассерованными овощами.

Суп картофельный с перловой крупой можно приготовить с рыбой, порции рыбы варят отдельно.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* в жидкой частисупа распределены картофель и овощи, крупа хорошо разварившаяся, но не потерявшая форму

*Консистенция:* овощи мягкие, крупа хорошо разварилась, соблюдается соотношение жидкой и плотной части супа

*Цвет:* супа - золотистый, жир на поверхности – светло - оранжевый, овощей – натуральный

*Вкус:* картофеля, припущенных овощей, умеренно соленый

*Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ

# С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ

Номер рецептуры: 103

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Картофель молодой до 1 сент. | 75 | 60 | 93,8 | 75 |
| \*\*\*с 1 сентября по 31 октября | 80 | 60 | 100 | 75 |
| \*\*\*с 1 ноября до 31 декабря | 85,7 | 60 | 107,1 | 75 |
| \*\*\*с 1 января по 28-29 февраля | 92,3 | 60 | 115,3 | 75 |
| \*\*\*с 1 марта | 100 | 60 | 125 | 75 |
| Макаронные изделия | 8 | 8 | 10 | 10 |
| Морковь до 1 января | 10 | 8 | 12,5 | 10 |
| \*\*\*с 1 января | 10,7 | 8 | 13,3 | 10 |
| Лук репчатый | 9,6 | 8 | 12 | 10 |
| Масло растительное | 2 | 2 | 2,5 | 2,5 |
| Вода | 150 | 150 | 188 | 188 |
| Соль | 1 | 1 | 1 | 1 |
| ВЫХОД: | 200 | | 250 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 200 | 2,15 | 2,27 | 13,71 | 83,80 | 19,68 | 21,60 | 53,32 | 0,87 | 0,09 | 6,60 | 0,00 |
| 250 | 2,69 | 2,84 | 17,14 | 104,75 | 24,60 | 27,00 | 66,65 | 1,09 | 0,11 | 8,25 | 0,00 |

***Технология приготовления:***

В кипящую воду кладут подготовленные макароны, доводят до кипения и варят 10-15 минут, затем добавляют картофель, пассерованные морковь, лук и томатное пюре и варят до готовности. Лапшу кладут в суп одновременно с картофелем. При приготовлении супа с вермишелью или фигурными изделиями в кипящий бульон или воду кладут картофель, пассерованные овощи, томатное пюре, а вермишель или фигурные изделия добавляют за 10-15 минут до готовности супа.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* в жидкой частисупа распределены картофель, овощи и макаронные изделия, сохранившие форму

*Консистенция:* овощи и картофель мягкие, макаронные изделия хорошо набухшие, мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части супа

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

*Вкус:* умеренно соленый, свойственный картофелю и овощам

*Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

# 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 принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Свекла до 1 января | 40 | 32 | 50 | 40 |
| \*\*\*с 1 января | 42,6 | 32 | 53,3 | 40 |
| Капуста свежая | 20 | 16 | 25 | 20 |
| Картофель молодой до 1 сент. | 20 | 16 | 25 | 20 |
| \*\*\*с 1 сентября по 31 октября | 21,3 | 16 | 26,7 | 20 |
| \*\*\*с 1 ноября до 31 декабря | 22,9 | 16 | 28,6 | 20 |
| \*\*\*с 1 января по 28-29 февраля | 24,6 | 16 | 30,8 | 20 |
| \*\*\*с 1 марта | 26,7 | 16 | 33,3 | 20 |
| Морковь до 1 января | 10 | 8 | 12,5 | 10 |
| \*\*\*с 1 января | 10,7 | 8 | 13,3 | 10 |
| Лук репчатый | 9,6 | 8 | 12 | 10 |
| Томатное пюре | 6 | 6 | 7,5 | 7,5 |
| Масло растительное | 4 | 4 | 5 | 5 |
| Сахар | 2 | 2 | 2,5 | 2,5 |
| Лимонная кислота | 3,2 | 3,2 | 4 | 4 |
| Вода | 160 | 160 | 200 | 200 |
| Соль | 1 | 1 | 1 | 1 |
| ВЫХОД: | 200 | | 250 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Вы-ход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | Энерг. цен-ность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 200 | 1,45 | 3,93 | 100,20 | 82,00 | 35,50 | 21,00 | 42,58 | 0,95 | 0,04 | 8,23 | 0,00 |
| 250 | 1,81 | 4,91 | 125,25 | 102,50 | 44,38 | 26,25 | 53,23 | 1,19 | 0,05 | 10,29 | 0,00 |

***Технология приготовления:***

В кипящий бульон или воду закладывают нашинкованную свежую капусту, доводят до кипения, затем добавляют нарезанный брусочками картофель, варят 10-15 минут, кладут пассерованные овощи, тушеную или вареную свеклу и варят борщ до готовности. За 5-10 минут до окончания процесса варки добавляют соль, сахар, специи.

Борщ можно готовить с мясом, которое закладывается в следующем количестве: масса брутто – 27 г, масса нетто – 20 г.

При отпуске в тарелку можно положить прокипяченную сметану.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* в жидкой части борща распределены овощи, сохранившие форму нарезки (свекла, капуста, морковь, лук – соломкой, картофель – брусочками)

*Консистенция:* свекла и овощи - мягкие, капуста свежая – упругая; соблюдается соотношение жидкой и плотной части

*Цвет:* малиново-красный, жир на поверхности - оранжевый

*Вкус:* кисло-сладкий, умеренно соленый

*Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ

Номер рецептуры: 88

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Капуста свежая | 50 | 40 | 62,5 | 50 |
| Картофель молодой до 1 сент. | 30 | 24 | 37,5 | 30 |
| \*\*\*с 1 сентября по 31 октября | 32 | 24 | 40 | 30 |
| \*\*\*с 1 ноября до 31 декабря | 34,3 | 24 | 42,9 | 30 |
| \*\*\*с 1 января по 28-29 февраля | 37 | 24 | 46,2 | 30 |
| \*\*\*с 1 марта | 40 | 24 | 50 | 30 |
| Морковь до 1 января | 10 | 8 | 12,5 | 10 |
| \*\*\*с 1 января | 10,7 | 8 | 13,3 | 10 |
| Лук репчатый | 9,6 | 8 | 12 | 10 |
| Масло растительное | 4 | 4 | 5 | 5 |
| Вода | 160 | 160 | 200 | 200 |
| Соль | 1 | 1 | 1 | 1 |
| Сметана | 10 | 10 | 5 | 5 |
| ВЫХОД: | 200 | | 250 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 200 | 1,40 | 3,91 | 6,79 | 67,80 | 34,66 | 17,8 | 38,1 | 0,64 | 0,05 | 14,77 | 0,00 |
| 250 | 1,75 | 4,89 | 8,49 | 84,75 | 43,33 | 22,25 | 47,63 | 0,80 | 0,06 | 18,46 | 0,00 |

***Технология приготовления:***

Капусту нарезают шашками, картофель — дольками. В кипящую воду закладывают капусту, доводят до кипения, затем кладут картофель. Добавляют пассерованные морковь, лук и варят до готовности.

При приготовлении щей из ранней капусты ее закладывают после картофеля.

При отпуске в тарелку кладут прокипяченную сметану. Мясо отваривают отдельно и также добавляют в тарелку при отпуске блюда.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* в жидкой части – капуста, нарезанная квадратиками, морковь, лук, картофель – дольками. Бульон прозрачный, на поверхности видны блестки жира золотистого цвета. Овощи, сохранившие форму нарезки

*Консистенция:* капуста – упругая, овощи - мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части

*Цвет:* бульона - желтый, жир на поверхности – оранжевый, овощей - натуральный

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

*Запах:* свойственный входящим в блюдо продукта

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

# 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 принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Картофель молодой до 1 сент. | 100 | 80 | 1252 | 100 |
| \*\*\*с 1 сентября по 31 октября | 106,7 | 80 | 133,3 | 100 |
| \*\*\*с 1 ноября до 31 декабря | 114,3 | 80 | 142,8 | 100 |
| \*\*\*с 1 января по 28-29 февраля | 123,1 | 80 | 153,8 | 100 |
| \*\*\*с 1 марта | 133,3 | 80 | 166,7 | 100 |
| Морковь до 1 января | 10 | 8 | 12,5 | 10 |
| \*\*\*с 1 января | 10,7 | 8 | 13,3 | 10 |
| Лук репчатый | 9,6 | 8 | 12 | 10 |
| Томатное пюре | 2 | 2 | 2,5 | 2,5 |
| Масло растительное | 2 | 2 | 2,5 | 2,5 |
| Вода | 150 | 150 | 187,5 | 187,5 |
| Соль | 1 | 1 | 1 | 1 |
| **На фрикадельки:** |  |  |  |  |
| Говядина (котлетное мясо) б/к | 18,8 | 17,1 | 54 | 40 |
| Лук репчатый | 1,8 | 0,2 | 4 | 3,5 |
| Вода | 0,2 | 0,2 | 3,5 | 3,5 |
| Яйцо | 1,25 | 1,2 | 1/10 | 1,/10 |
| ВЫХОД: | 200/20 | | 250/35 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 200/20 | 5,83 | 4,56 | 13,59 | 118,80 | 25,52 | 32,01 | 103,97 | 1,29 | 0,12 | 9,87 | 3,96 |
| 250/25 | 7,29 | 5,70 | 16,99 | 148,50 | 31,90 | 40,01 | 129,96 | 1,61 | 0,15 | 12,34 | 4,95 |

***Технология приготовления:***

В кипящую воду кладут картофель, нарезанный кубиками, брусочками или дольками, доводят до кипения, добавляют нарезанные ломтиками или брусочками пассерованные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют пассерованное томатное пюре, специи, 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. Суп можно готовить без томатного пюре.

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:* в жидкой частисупа распределены картофель и овощи, 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:* свойственный входящим в блюдо продуктам

Технологическая карта кулинарного изделия

Наименование кулинарного изделия: Рассольник ленинградский**.**

Номер рецептуры: 96.

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Наименование продуктов,*  *полуфабрикатов* | *Масса* | |
| *брутто, г* | *нетто, г* |
| Картофель | 100 |  |
| Крупа (перловая, или пшеничная, или рисовая, или овсяная) | 5 | 5 |
| Морковь | 13 | 12,22 |
| Лук репчатый | 8 | 7 |
| Огурцы соленые | 17 | 17 |
| Масло растительное | 5 | 5 |
| Говядина бескостная | 20 | 20 |
| Вода | 225 | 225 |
| Соль | 2 | 2 |
| *Выход* |  |  |

Химический состав, витамины, и микроэлементов на 1 порцию

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Белки (г) | 2,7 | |
| Жиры (г) | 7,2 | |
| Углеводы (г) | 13,35 | |
| Энергетическая ценность (ккал) | 123,9 | |
|  | | |
| Са (мг) | 54 | |
| Mg (мг) | 40,5 |  |
| Fе(мг) | 1,35 |  |
| С (мг) | 14,1 |  |

**Технология приготовления**

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, закладывают картофель, нарезанный брусочками, а через 5-10 мин вводят пассерованные овощи и припущенные огурцы. За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль.

**Требования к качеству**

*Внешний вид:* в жидкой части рассольника огурцы без кожицы и семян, нарезаны ромбиками или соломкой, картофель - брусочками, коренья - соломкой.

*Консистенция:* овощей - сочная; огурцов - слегка хрустящая; перловая крупа хорошо разварившаяся, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

*Цвет:* желтый, жира на поверхности - желтый, овощей -натуральный.

*Вкус:* острый, умеренно соленый, с умеренной кислотностью.

*Запах:* огуречного рассола; приятный - овощей.

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ

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 принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Картофель молодой до 1 сент. | 75 | 60 | 67 | 50 |
| \*\*\*с 1 сентября по 31 октября | 80 | 60 | 67 | 50 |
| \*\*\*с 1 ноября до 31 декабря | 85,7 | 60 | 74 | 50 |
| \*\*\*с 1 января по 28-29 февраля | 92,3 | 60 | 80 | 50 |
| \*\*\*с 1 марта | 100 | 60 | 83 | 50 |
| Горох | 16,2 | 16 | 20,3 | 20,3 |
| Морковь до 1 января | 10 | 8 | 12,5 | 10 |
| \*\*\*с 1 января | 10,7 | 8 | 13,3 | 10 |
| Лук репчатый | 9,6 | 8 | 12 | 10 |
| Масло растительное | 4 | 4 | 5 | 5 |
| Вода | 140 | 140 | 175 | 175 |
| ВЫХОД: | 200 | | 250 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Вы-ход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 200 | 4,39 | 4,22 | 13,06 | 107,8 | 30,46 | 28,24 | 69,74 | 1,62 | 0,18 | 4,65 | 0,00 |
| 250 | 5,49 | 5,28 | 16,33 | 134,75 | 38,08 | 35,30 | 87,18 | 2,03 | 0,23 | 5,81 | 0,00 |

***Технология приготовления:***

Картофель нарезают крупными кубиками, морковь – мелкими кубиками, лук мелко рубят.

Горох лущеный перебирают, моют, кладут в холодную воду (2-3 л на 1 кг), на 3-4 ч, затем варят в той же воде без соли при закрытой крышке до размягчения.

Затем горох кладут в кипящую воду, доводят до кипения, добавляют картофель, пассерованные морковь и лук и варят до готовности.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* в жидкой частисупа распределены картофель и овощи, горох лущеный в виде разваренных зерен

*Консистенция:* овощи мягкие, крупа хорошо разварилась, соблюдается соотношение жидкой и плотной части супа

*Цвет:*  светло-желтый (горчичный)

*Вкус:* умеренно соленый, свойственный гороху

*Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ

Номер рецептуры: 111

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Макаронные изделия | 18 | 18 | 20 | 20 |
| Морковь до 1 января | 10 | 8 | 12,5 | 10 |
| \*\*\*с 1 января | 10,7 | 8 | 13,3 | 10 |
| Лук репчатый | 9,6 | 8 | 12 | 10 |
| Масло растительное | 4 | 4 | 5 | 5 |
| Томатная паста | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 2,4 |
| Вода | 150 | 150 | 188 | 188 |
| Соль | 1 | 1 | 1 | 1 |
| ВЫХОД: | 200 | | 250 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 200 | 2,15 | 2,27 | 13,71 | 83,80 | 19,68 | 21,60 | 53,32 | 0,87 | 0,09 | 6,60 | 0,00 |
| 250 | 2,69 | 2,84 | 17,14 | 104,75 | 24,60 | 27,00 | 66,65 | 1,09 | 0,11 | 8,25 | 0,00 |

***Технология приготовления:***

В кипящую воду (бульон) кладут подготовленные макароны, доводят до кипения и варят 10-15 минут, затем добавляют пассерованные морковь, лук и томатное пюре и варят до готовности.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* в жидкой частисупа распределены овощи и макаронные изделия, сохранившие форму

*Консистенция:* овощи мягкие, макаронные изделия хорошо набухшие, мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части супа

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

*Вкус:* умеренно соленый, свойственный картофелю и овощам

*Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

***Блюда из картофеля, овощей, круп и макаронных изделий***

*\* блюда из овощей и картофеля*

Для приготовления блюд овощи подвергают различным приемам тепловой обработки – варке, припусканию, тушению, запеканию.

Пищевая ценность овощных блюд обусловлена высоким содержанием в них витаминов, углеводов и минеральных солей, легко усвояемых и необходимых организму человека.

Однако содержащиеся в овощах минеральные соли, углеводы и витамин С легко растворимы в воде, поэтому очищенные овощи действующий СанПиН запрещает оставлять на длительный срок в холодной воде. Особенно это относится к картофелю, активность витамина С в котором при хранении в воде снижается на 40%. Для лучшей сохранности витамина С овощи при варке следует опускать в кипящую воду и варить в закрытой посуде при слабом кипении.

Картофель и морковь варят очищенными, свеклу – в кожуре. При варке картофель и овощи кладут в кипящую подсоленную воду (0,6-0,7 л воды на 1 кг). Уровень воды должен быть на 1-1,5 см выше уровня овощей. Соль используют из расчета 10 г на 1 л воды. Свеклу, морковь и горох лущеный варят без соли, так как она ухудшает их вкусовые качества и замедляет процесс варки.

Овощи, имеющие зеленую окраску (зеленый горошек, капусту) варят в большом количестве воды (3-4 л на 1 кг) в открытой посуде при бурном кипении во избежание изменения их цвета.

Для припускания и тушения овощи нарезают дольками, соломкой или кубиками. Для приготовления тушеных блюд, таких как овощное рагу, картофель тушеный, морковь тушеная и др. предварительно обжаренные или припущенные овощи тушат с добавлением соуса. При этом рекомендуется добавить жидкость (воду – в количестве 10-15% от массы овощей) с учетом тепловых потерь при тушении.

Свежую зелень добавляют в готовые блюда во время раздачи. Зелень, предназначенные для приготовления блюд без последующей термической обработки, следует тщательно промывать проточной водой и выдержать в 3% растворе уксусной кислоты или 10% растворе поваренной соли в течение 10-минут с последующим ополаскиванием проточной водой и просушиванием (п. 8.19 СанПиН 2.4.5.2409 – 08).

*\*блюда из круп*

Из круп приготавливаются каши (их разнообразие представлено в разделе «Гарниры»), а также изделия из каш.

Каши можно варить из любого вида крупы. Варят из на молоке, на воде, на смеси молока и вода, при отсутствии цельного молока – на сгущенном, согласно норм взаимозаменяемости в таком случае каждый литр цельного молока заменяется 0,38 (1 банкой) сгущенного.

Перед варкой каши крупу просеивают, перебирают и промывают. Пшено, рисовую, перловую крупу сначала промывают теплой, а затем горячей водой, ячневую – только теплой. При этом следует учитывать, что при промывании в крупе остается значительное количество воды, которое колеблется в пределах 10-30% от массы сухой крупы. Это нужно иметь в виде при дозировании жидкости. Гречневую крупу, манную и друге дробленные крупы, а также «Геркулес», не промывают. Крупы промывают проточной водой (п. 8.15 СанПиНа 2.4.5.2409-08).

При изготовлении блюд из круп чаще всего используют сваренную вязкую кашу. В готовой вязкой каше зерна крупы должны быть полностью набухшими и хорошо разваренными. Такая каша держится на тарелке, не расплываясь.

При варке вязкой каши следует учитывать, что различные виды круп неодинаково быстро набухают и развариваются. Например, рисовая, перловая, овсяная, пшеничная, кукурузная крупы и пшено в молоке с добавлением воды развариваются медленнее, чем в воде. Поэтому сначала эти крупы варят 20-30 мин в кипящей воде (пшено – не более 10 минут), после чего лишнюю воду сливают, добавляют горячее молоко и варят кашу до готовности.

Значительно лучше и быстрее развариваются «Геркулес», манная и дробленные крупы: овсяная, рисовая, ячневая и пшеничная (№№ 4, 5, 7, «Артек»). Ячневую крупу или «Геркулес» засыпают в кипящее молоко и варят до готовности.

Манная крупа в воде или молоке с водой при 90-95 оС почти полностью набухает, поэтому ее следует всыпать в горячую жидкость при непрерывном помешивании и варить 20 мин.

Из таких каш готовят крупеники, запеканки и пудинги (запеченные)

*\*блюда из макаронных изделий*

Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды и 50 г соли) без последующей промывки (согласно п. 8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Макароны варят 20-30 мин, лапшу – 20-25 мин. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывая воду, в результате чего их масса увеличивается примерно в 3 раза, в зависимости от сорта.

Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с растопленным сливочным маслом, чтобы они не склеивались и не образовывали косков. Блюда из макаронных изделий подают в горячем виде. Согласно требований п. 8.24 СанПиН 2.4.5.2409-08 вторые блюда и гарниры при раздаче должны иметь температуру не ниже +65°C.

Для приготовления запеченных блюд макаронные изделия варят, не откидывая, в небольшом количестве воды (на 1 кг макаронных изделий 2-2,3 л воды и 30 г соли).

Количество масла сливочного и сметаны можно изменять: масла 10-20 г, сметаны 20 или 40 г на порцию, при этом соответственно изменяется выход блюда.

При использовании в рецептурах блюд яиц следует помнить, что перед использованием проводят обработку 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 (п.8.14. СанПиН 2.4.5.2409-08):

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

II – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;

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

не допускается хранить яйцо в кассетницах поставщика в производственных цехах пищеблока.

Запеченные блюда из макаронных изделий готовят в жарочном шкафу - 20-30 минут при температуре 220-280 °С, слоем не более 3-4 см (п.8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Горячие блюда при раздаче должны иметь температуру не ниже +65°C (п. 8.24 СанПиН 2.4.5.2409 – 08).

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): КАША ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ И САХАРОМ, МОЛОЧНАЯ

Номер рецептуры: 168

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Крупа манная | 33,3 | 33,3 | 44,4 | 44,4 |
| Вода или молоко | 123 | 123 | 164 | 164 |
| \*\*\*или рисовая | 33,3 | 33,3 | 44,4 | 44,4 |
| Вода или молоко | 123 | 123 | 164 | 164 |
| \*\*\*или гречневая | 37,5 | 37,5 | 50 | 50 |
| Вода или молоко | 120 | 120 | 160 | 160 |
| Сахар | 5 | 5 | 5 | 5 |
| Масло сливочное | 5 | 5 | 5 | 5 |
| Соль | 1,5 | 1,5 | 1,5 | 1,5 |
| ВЫХОД: | 160 | | 210 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| Манная | | | | | | | | | | | |
| 160 | 3,40 | 3,96 | 27,83 | 161,00 | 8,60 | 5,90 | 29,40 | 0,36 | 0,03 | 0,00 | 20,00 |
| 210 | 4,52 | 4,07 | 35,46 | 197,00 | 10,70 | 7,90 | 38,60 | 0,47 | 0,04 | 0,00 | 20,00 |
| Рисовая | | | | | | | | | | | |
| 160 | 2,32 | 3,96 | 28,97 | 161,00 | 4,70 | 16,40 | 50,60 | 0,36 | 0,02 | 0,00 | 20,00 |
| 210 | 3,09 | 4,07 | 36,98 | 197,00 | 5,90 | 21,80 | 67,00 | 0,47 | 0,03 | 0,00 | 20,00 |
| Гречневая | | | | | | | | | | | |
| 160 | 4,67 | 4,86 | 25,83 | 166,00 | 9,40 | 73,50 | 111,1 | 2,49 | 0,11 | 0,00 | 20,00 |
| 210 | 6,21 | 5,28 | 32,79 | 203,00 | 12,20 | 98,10 | 147,7 | 3,32 | 0,15 | 0,00 | 20,00 |

***Технология приготовления:***

Вязкие каши готовят на воде, молоке или молоке с добавлением воды. Из 1 кг. Крупы получается от 4 до 5 кг каши. Подготовленные крупы всыпают в кипящую жидкость, добавляют соль, сахар и варят периодически помешивая до тех пор, пока каша не загустеет. В конце приготовления добавляют сахар, прокипяченное сливочное масло.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* зерна крупы набухшие, разваренные

*Консистенция:* однородная, вязкая, зерна – мягкие, без комков

*Цвет:*  свойственный данному виду крупы

*Вкус:* свойственный входящим в блюдо продуктам, не допускается вкус подгорелой каши

*Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): МАКАРОНЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ

Номер рецептуры: № 309

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|  | 1 порция | | 100 порций | |
|  | брутто, гр. | нетто, гр. | брутто, кг. | нетто, кг. |
| Макаронные изделия | 35,0 | 35,0 | 3,50 | 3,50 |
| Масло сливочное | 3,5 | 3,5 | 0,35 | 0,35 |
| Соль | 3,0 | 3,0 | 0,3 | 0,3 |
| Выход | 100,0 | | 10,0 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | В 100 граммах данного блюда содержится | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
|  | Пищевые вещества г. | | | | | | | | | Минеральные вещества мг. | | | | | | | | | | |  |
|  | Белки | | | Жиры | | | Углеводы | | | Са | | Mg | | | P | | Fe | | | |  |
|  | 8,77 | | | 9,35 | | | 57,93 | | | 1,55 | | 13,70 | | | 73,37 | | 1,55 | | | |  |
| Витамины | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |  |  |
| А,  мг. | | В1,  мг. | В2,  мг. | | В5,  мг. | В 6,  мг. | | В9,  мкг. | В12,  мкг. | | С,  мг. | | D,  мкг. | Е,  мг | | Н,  мкг. | | РР,  мг |  |  |  |
| - | | 0,16 | 0,03 | | - | 0,16 | | 16,86 | - | | - | | - | 5,31 | | 1,68 | | 1,01 |  |  |  |

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 336,51

Технологический процесс

Макаронные изделия закладывают в кипящую подсоленную воду и варят в большом количестве воды (6-7 л на 1 кг). Макароны варят 20-30 минут. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывая воду, в результате чего масса увеличивается в 3 раза. Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с 1/3 -1/2 частью растопленного сливочного масла, чтобы они не склеивались и не образовывали комков, остальной частью растопленного сливочного масла заправляют непосредственно перед отпуском.

Требования к оформлению, реализации и хранению

Подают макароны на гарнир. Температура подачи +650С. Срок реализации – 2 часа с момента приготовления. Срок годности согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 – 2 часа с момента приготовления. Подогрев остывших ниже температуры раздачи готовых горячих блюд не допускается.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид — вермишель не разварена, консистенция не слипшаяся.

Цвет — характерный для рецептурных компонентов.

Вкус и запах — запах свойственный отварной вермишели и сливочного масла, вкус характерный для рецептурных компонентов, без посторонних привкусов и запахов.

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия: Каша рассыпчатая с маслом и сахаром**.**

Номер рецептуры: № 171

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Наименование продуктов, полуфабрикатов* | *Масса* | |
| *брутто, г* | *нетто, г* |
| Крупа гречневая из ядрицы быстроразвариваюшейся | 63 | 63 |
| или рисовая | 54 | 54 |
| или перловая | 50 | 50 |
| или пшенная, пшеничная | 60 | 60 |
| *Масса каши* | - | 150 |
| Масло сливочное | 10 | 10 |
| или сахар | 10 | 10 |
| Соль | 2 | 2 |
| или молоко | 160 | 150 |
| *Выход: с маслом и сахаром с маслом или сахаром с молоком* |  | 150 |

Химический состав, витамины, и микроэлементов на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Белки (г) | 4,82 |
| Жиры (г) | 8,71 |
| Углеводы (г) | 30,66 |
| Энергетическая ценность (ккал) | 220,35 |
|  | |
| Са (мг) | 16 |
| Mg (мг) | 65 |
| F е(мг) | 2,2 |
| С (мг) | 0 |

Технология приготовления

Подготовленную крупу всыпают в подсоленную кипящую жидкость. Всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения, помешивая. Когда каша сделается густой, перемешивание прекращают, закрывают котел крышкой и дают каше упреть около 2,5 ч. За это время она приобретает своеобразный, приятный запах и цвет. При отпуске горячую рассыпчатую кашу кладут на тарелку и поливают растопленным маслом или посыпают сахаром.

Требования к качеству

*Внешний вид:* зерна крупы полностью набухшие, мягкие, сохраняют форму и упругость. Зерна крупы разделяются. Каша полита маслом, или посыпана сахаром, или отпущена с молоком.

*Консистенция:* однородная, крупинки плотные, рассыпчатая.

*Цвет:*  свойственный данному виду крупы.

*Вкус:* свойственный данному виду крупы (без привкусов прогорклости и затхлости) и др. компонентов в соответствии с рецептурой.

*Запах:*  свойственный данному виду крупы.

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): КАША РАССЫПЧАТАЯ

Номер рецептуры: № 302

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|  | 1 порция | | 100 порций | |
|  | брутто, гр. | нетто, гр. | брутто, кг. | нетто, кг. |
| Гречка | 45,9 | 45,9 | 4,59 | 4,59 |
| Пшено | 39 | 39 | 3,9 | 3,9 |
| Рис | 36 | 36 | 3,6 | 3,6 |
| Перловка | 33,3 | 33,3 | 3,3 | 3,3 |
| Масло сливочное | 3,5 | 3,5 | 0,35 | 0,35 |
| Соль | 1 | 1 | 0,1 | 0,1 |
| Выход | 100,0 | | 10,0 | |

**4.Химический состав, витамины и микроэлементы**

**Гречка**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| В 100 граммах данного блюда содержится | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |  |  |
| Пищевые вещества г. | | | | | | | | | Минеральные вещества мг. | | | | | | | | |  | | |
| Белки | | | Жиры | | | Углеводы | | | Са | | Mg | | | P | | Fe | |  |  |  |
| 5,75 | | | 4,06 | | | 25,76 | | | 9,8 | | 0,95 | | | 14,77 | | 0,80 | |  |  |  |
| Витамины | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | |  |
| А,  мг. | В1,  мг. | В2,  мг. | | В5,  мг. | В 6,  мг. | | В9,  мкг. | В12,  мкг. | | С,  мг. | | D,  мкг. | Е,  мг | | Н,  мкг. | | РР,  мг | |  |  |
| 0,77 | - | 0,07 | | - | - | | - | - | | - | | 0,15 | 1,71 | | - | | 0,03 | |  |  |

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 162,5

**Рис**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| В 100 граммах данного блюда содержится | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |  |  |
| Пищевые вещества г. | | | | | | | | | Минеральные вещества мг. | | | | | | | | |  | | |
| Белки | | | Жиры | | | Углеводы | | | Са | | Mg | | | P | | Fe | |  |  |  |
| 2,4 | | | 2,88 | | | 25,02 | | | 3,54 | | 16,97 | | | 51,94 | | 0,74 | |  |  |  |
| Витамины | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | |  |
| А,  мг. | В1,  мг. | В2,  мг. | | В5,  мг. | В 6,  мг. | | В9,  мкг. | В12,  мкг. | | С,  мг. | | D,  мкг. | Е,  мг | | Н,  мкг. | | РР,  мг | |  |  |
| 0,09 | 0,39 | 0,08 | | - | 0,39 | | 27,69 | - | | - | | 0,01 | 1,0 | | 9,49 | | 3,01 | |  |  |

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 135,7

**Пшено**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| В 100 граммах данного блюда содержится | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |  |  |
| Пищевые вещества г. | | | | | | | | | Минеральные вещества мг. | | | | | | | | |  | | |
| Белки | | | Жиры | | | Углеводы | | | Са | | Mg | | | P | | Fe | |  |  |  |
| 4,4 | | | 3,82 | | | 25,26 | | | 11,09 | | 31,56 | | | 89,62 | | 1,03 | |  |  |  |
| Витамины | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | |  |
| А,  мг. | В1,  мг. | В2,  мг. | | В5,  мг. | В 6,  мг. | | В9,  мкг. | В12,  мкг. | | С,  мг. | | D,  мкг. | Е,  мг | | Н,  мкг. | | РР,  мг | |  |  |
| - | 0,11 | 0,015 | | - | - | | - | - | | - | | 0,01 | 1,0 | | 9,49 | | 3,01 | |  |  |

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 153

**Перловка**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| В 100 граммах данного блюда содержится | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |  |  |
| Пищевые вещества г. | | | | | | | | | Минеральные вещества мг. | | | | | | | | |  | | |
| Белки | | | Жиры | | | Углеводы | | | Са | | Mg | | | P | | Fe | |  |  |  |
| 2,97 | | | 2,9 | | | 21,14 | | | 12,85 | | 12,66 | | | 103,27 | | 0,58 | |  |  |  |
| Витамины | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | |  |
| А,  мг. | В1,  мг. | В2,  мг. | | В5,  мг. | В 6,  мг. | | В9,  мкг. | В12,  мкг. | | С,  мг. | | D,  мкг. | Е,  мг | | Н,  мкг. | | РР,  мг | |  |  |
| - | 0,0027 | 0,018 | | - | - | | - | - | | - | | - | - | | - | | - | |  |  |

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 122,4

**Технологический процесс**

Перед варкой каши крупу просеивают, перебирают. Подготовленную крупу всыпают в подсоленную кипящую воду, варят до загустения, помешивая.

**6. Требования к оформлению, реализации и хранению**

При отпуске горячую кашу кладут на тарелку и поливают растопленным маслом. Температура подачи +650С. Срок реализации – 2 часа с момента приготовления. Срок годности согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 – 2 часа с момента приготовления. Подогрев остывших ниже температуры раздачи готовых горячих блюд не допускается.

**6.1. Органолептические показатели качества:**

Внешний вид — крупа полностью разварена, консистенция рассыпчатая.

Цвет — характерный для рецептурных компонентов.

Вкус и запах — запах свойственный отварной крупе и сливочного масла, вкус характерный для рецептурных компонентов, без посторонних привкусов и запахов.

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): КАПУСТА ТУШЕННАЯ

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 принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|  | 1 порция | | 100 порций | |
|  | брутто, гр. | нетто, гр. | брутто, кг. | нетто, кг. |
| Капуста свежая | 143,3 | 114,6 | 14,33 | 114,6 |
| или квашенная | 142,9 | 100,0 | 14,29 | 100,0 |
| Масло сливочное | 3,5 | 3,5 | 0,35 | 3,5 |
| Морковь | 2,5 | 2,0 | 0,25 | 2,0 |
| Лук репчатый | 4,8 | 4,0 | 0,48 | 0,4 |
| Томатное пюре | 6,0 | 6,0 | 0,6 | 0,6 |
| Раствор лимонной кислоты 3% | 3,0 | 3,0 | 0,3 | 0,3 |
| Мука пшеничная | 1,2 | 1,2 | 0,12 | 0,12 |
| Перец черный горошек | 0,2 | 0,2 | 0,02 | 0,02 |
| Лавровый лист | 0,1 | 0,1 | 0,01 | 0,01 |
| Соль | 1 | 1 | 0,1 | 0,1 |
| Выход | 100,0 | | 10,0 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| В 100 граммах **блюда со свежей капустой.** Энерг. ценность (ккал): 46,31 | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |  |
| Пищевые вещества г. | | | | | | | | | Минеральные вещества мг. | | | | | | | | |  | |
| Белки | | | Жиры | | | Углеводы | | | Са | | Mg | | | P | | Fe | |  |  |
| 1,88 | | | 1,93 | | | 5,90 | | | 46,63 | | 15,35 | | | 31,15 | | 0,59 | |  |  |
| Витамины | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |  |
| А,  мг. | В1,  мг. | В2,  мг. | | В5,  мг. | В 6,  мг. | | В9,  мкг. | В12,  мкг. | | С,  мг. | | D,  мкг. | Е,  мг | | Н,  мкг. | | РР,  мг |  |  |
| 0,17 | 0,03 | 0,03 | | - | 0,09 | | 9,48 | - | | 40,32 | | 0 | 0,15 | | 0,13 | | 0,65 |  |  |
| В 100 граммах **блюда с квашенной капустой.** Энерг. ценность (ккал): 40,77 | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |  |
| Пищевые вещества г. | | | | | | | | | Минеральные вещества мг. | | | | | | | | |  | |
| Белки | | | Жиры | | | Углеводы | | | Са | | Mg | | | P | | Fe | |  |  |
| 1,88 | | | 1,94 | | | 4,39 | | | 46,62 | | 15,35 | | | 31,15 | | 0,59 | |  |  |
| Витамины | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |  |
| А,  мг. | В1,  мг. | В2,  мг. | | В5,  мг. | В 6,  мг. | | В9,  мкг. | В12,  мкг. | | С,  мг. | | D,  мкг. | Е,  мг | | Н,  мкг. | | РР,  мг |  |  |
| 0,16 | 0,02 | 0,02 | | - | 0 | | 0,61 | - | | 27,0 | | 0 | 0,08 | | 0,04 | | 0,38 |  |  |

**Технологический процесс**

Капусту нарезают соломкой, кладут в котел слоем до 30 см, добавляют воду, лимонную кислоту, сливочное масло, пассированное томатное пюре и тушат до готовности, периодически помешивая. Затем добавляют пассированные нарезанные соломкой морковь, лук и тушат до готовности. За 5 минут до конца тушения добавляют мучную пассировку, сахар, перец, лавровый лист, соль и доводят до кипения.

**Требования к оформлению, реализации и хранению**

Температура подачи +650С. Срок реализации – 2 часа с момента приготовления. Срок годности согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 – 2 часа с момента приготовления. Подогрев остывших ниже температуры раздачи готовых горячих блюд не допускается.

**Органолептические показатели качества:**

Внешний вид — консистенция капусты мягкая.

Цвет — характерный для рецептурных компонентов.

Вкус и запах — запах свойственный капусте тушенной, вкус характерный для рецептурных компонентов, без посторонних привкусов и запахов.

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия: КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ**.**

Номер рецептуры: 310.

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Наименование продуктов, полуфабрикатов* | *Масса* | |
| *брутто, г* | *нетто, г* |
| картофель | 138 | 110 |
| *Масса картофеля вареного* |  | 100 |
| Масло сливочное | 5 | 5 |
| Соль | 1 | 1 |
| *Выход* |  | 100 |

Химический состав, витамины, и микроэлементов на 1 порцию

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Белки (г) | 3,2 | |
| Жиры (г) | 5,2 | |
| Углеводы (г) | 22,88 | |
| Энергетическая ценность (ккал) | 151,36 | |
|  | | |
| Са (мг) | 18 | |
| Mg (мг) | 33 |  |
| Fе(мг) | 1,2 |  |
| С (мг) | 21,75 |  |

**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.

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия: КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ЛУКОМ**.**

Номер рецептуры: 145.

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Наименование продуктов, полуфабрикатов* | *Масса* | |
| *брутто, г* | *нетто, г* |
| Картофель | 132 | 99 |
| Масло растительное | 4 | 4 |
| Лук репчатый | 24 | 20 |
| Масло растительное | 2 | 2 |
| Соль | 1 | 1 |
| *Выход* |  | 100 |

Химический состав, витамины, и микроэлементов на 1 порцию

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Белки (г) | 3,2 | |
| Жиры (г) | 5,2 | |
| Углеводы (г) | 22,88 | |
| Энергетическая ценность (ккал) | 151,36 | |
|  | | |
| Са (мг) | 18 | |
| Mg (мг) | 33 |  |
| Fе(мг) | 1,2 |  |
| С (мг) | 21,75 |  |

**Технология приготовления**

Очищенный картофель нарезают кубиками или дольками и обжаривают. В картофель добавляют слегка пассерованный или припущенный лук, нарезанный полукольцами, тушат до готовности.

Внешний вид: картофель нарезан кубиками или дольками, лук полукольцами, овощи сохранили первоначальную форму нарезки.

Консистенция: картофеля, овощей -мягкая, плотная.

Вкус: умеренно соленый, тушеного картофеля с пассированным луком.

Запах: тушеного картофеля с пассированным луком.

***Блюда из творога и яиц.***

Для приготовления блюд из яиц используются свежие куриные яйца.

Не допускаются к использованию в питании яйца водоплавающих птиц, а также яйца с загрязненной скорлупой, с насечкой, «тек», «бой», яйца из хозяйств, неблагополучных по сальмонеллезам (прил. 7 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Яйца используют в виде омлетов или в вареном виде (п. 8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Обработку яиц перед использованием в любые блюда проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха, используя для этих целей промаркированные ванны и (или) емкости, возможно использование перфорированных емкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

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

II – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;

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

не допускается хранить яйцо в кассетницах поставщика в производственных цехах пищеблока.

Омлеты готовят в жарочном шкафу в течение 8-10 минут при температуре 180-200 °С, слоем не более 2,5-3 см; хранение яичной массы осуществляется не более 30 минут при температуре 4±2 °С. Яйцо варят 10 минут после закипания воды (п.8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Из творога приготавливают горячие блюда. В питании детей школьного возраста рекомендуется творог не более 9% жирности (прил. 8 СанПиН 2.4.5.2409-08); творог и творожные изделия промышленного выпуска в мелкоштучной упаковке, кроме сырков творожных (прил. 9 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Не допускается использование творога из непастеризованного молока, фляжного творога (прил. 7 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Для приготовления горячих блюд творог протирают через сито или протирочную машину. При протирании образуются потери 1-2%.

Вторые горячие блюда готовят отварными (ленивые вареники), с также запеченными (сырники, пудинги, запеканки).

Запеканки и пудинги из творога готовят в жарочном шкафу - 20-30 минут при температуре 220-280 °С, слоем не более 3-4 см (п.8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08).

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ

Номер рецептуры: 209

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 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 | Жирыг | Угле-воды, 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:

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

II – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;

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

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

Сваренное яйцо подают остывшим в скорлупе, не очищая.

***Требования к качеству:***

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

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ

с маслом сливочным

Номер рецептуры: 210

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Яйца | 1 шт. | 40 | 4 шт. | 156,6 |
| Молоко | 15 | 15 | 55 | 55 |
| Масло сливочное | 2 | 2 | 5 | 5 |
| ВЫХОД: | 53/5 | | 200/5 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 53/5 | 14,27 | 22,16 | 2,65 | 267,93 | 114,20 | 19,50 | 260,50 | 2,94 | 0,10 | 0,25 | 345,00 |
| 200/5 | 18,99 | 28,32 | 3,51 | 345,90 | 151,72 | 25,97 | 346,49 | 3,91 | 0,13 | 0,33 | 452,90 |

***Технология приготовления:***

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

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

II – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;

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

Подготовленные в соответствии с санитарными правилами яйца разбивают. В яичную смесь добавляют молоко или воду, соль. Смесь тщательно размешивают, выливают на порционную сковороду с растительным маслом слоем не более 2,5-3 см и запекают в течение 8-10 минут при температуре 180-200 °С до образования легкой румяной корочки.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* аккуратно нарезанныепорционные куски в виде ромбов или квадратов

*Консистенция:* однородная, сочная, нежная, пористая

*Цвет:*  цвет корочки от румяного до золотистого, срез – от светло-кремового до кремового

*Вкус:* умеренно соленый, с привкусом молока и сливочного масла

*Запах:* свежих запеченных яиц, сливочного масла

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): ОМЛЕТ С КОЛБАСОЙ ИЛИ СОСИСКАМИ

Номер рецептуры: 212

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Яйца | 1 шт. | 40 | 4 шт. | 156,6 |
| Молоко | 15 | 15 | 55 | 55 |
| Масло сливочное | 3 | 3 | 5 | 5 |
| Колбаса вареная ил сосиски | 21 | 20 | 21 | 20 |
| Масло сливочное | 1 | 1 | 1 | 1 |
| ВЫХОД: | 75/5 | | 200/5 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 53/5 | 14,27 | 22,16 | 2,65 | 267,93 | 114,20 | 19,50 | 260,50 | 2,94 | 0,10 | 0,25 | 345,00 |
| 200/5 | 18,99 | 28,32 | 3,51 | 345,90 | 151,72 | 25,97 | 346,49 | 3,91 | 0,13 | 0,33 | 452,90 |

***Технология приготовления:***

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

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

II – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;

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

Подготовленные в соответствии с санитарными правилами яйца разбивают. В яичную смесь добавляют молоко или воду, соль. Очищенную колбасу или сосиски нарезают мелкими кубиками, обжаривают, заливают омлетной смесью. Запекают в течение 8-10 минут при температуре 180-200 °С до образования легкой румяной корочки.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* аккуратно нарезанныепорционные куски в виде ромбов или квадратов

*Консистенция:* однородная, сочная, нежная, пористая

*Цвет:*  цвет корочки от румяного до золотистого, срез – от светло-кремового до кремового

*Вкус:* умеренно соленый, с привкусом молока и сливочного масла, колбасы

*Запах:* свежих запеченных яиц, сливочного масла, колбасы

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА

со сгущенным молоком

Номер рецептуры: 223

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Творог | 94 | 90 | 141 | 140 |
| Крупа манная | 8 | 8 | 10 | 10 |
| или мука пшеничная | 8 | 8 | 12 | 12 |
| Сахар | 10 | 10 | 10 | 10 |
| Яйца | 1/10 шт | 4 | 1/10 шт | 4 |
| Масло растительное | 4 | 4 | 5 | 5 |
| Сухари | 4 | 4 | 5 | 5 |
| Сметана | 5 | 5 | 5 | 5 |
| Сгущенное молоко | 15 | 15 | 50 | 50 |
| ВЫХОД: | 100/15 | | 150/50 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 150/20 | 27,84 | 18,00 | 32,40 | 279,60 | 226,4 | 48,92 | 344,91 | 0,84 | 0,09 | 0,74 | 0,33 |
| 150/50 | 30,93 | 22,89 | 36,00 | 310,66 | 251,55 | 54,36 | 383,23 | 0,93 | 0,10 | 0,82 | 0,37 |

***Технология приготовления:***

Протертый творог смешивают с мукой или предварительно заваренной в воде (10 мл на порцию) и охлажденной манной крупой, подготовленными в соответствии с требованиями СанПиНа яйцами, сахаром и солью. Подготовленную массу выкладывают слоем 3-4 см на смазанные жиром и посыпанные сухарями противень или форму. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной. Запекают в жарочном шкафу 20-30 минут при температуре 220-280 °С.

При отпуске нарезанную запеканку поливают сахарным сиропом или прокипяченным сливочным маслом.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* порционные кусочки*,* сохранена форма, поверхность без трещин

*Консистенция:* однородная, нежная, мягкая

*Цвет:*  корочки – золотисто-желтый, на разрезе – белый, соуса – светло-коричневый

*Вкус:* умеренно сладкий, с привкусом творога и продуктов, входящих в блюдо

*Запах:* творога, продуктов, входящих в блюдо

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА

со сгущенным молоком

Номер рецептуры: 219

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Творог | 102 | 100 | 163,2 | 155 |
| Мука пшеничная | 14 | 14 | 21,2 | 21,2 |
| Сахар | 10 | 10 | 16 | 16 |
| Яйца | 1/10 шт. | 4 | 5,4 | 5,4 |
| Масло растительное | 6 | 6 | 5,4 | 5,4 |
| Молоко сгущенное | 15 | 15 | 40 | 40 |
| Соль | 1 | 1 | 1 | 1 |
| ВЫХОД: | 100/15 | | 160/40 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 150/10 | 28,44 | 19,51 | 17,10 | 357,16 | 248,75 | 39,60 | 350,70 | 1,17 | 0,11 | 0,39 | 89,95 |
| 160/40 | 33,64 | 22,81 | 20,52 | 421,20 | 280,44 | 46,80 | 410,58 | 1,39 | 0,13 | 0,45 | 102,60 |
| 100 | 18,69 | 12,67 | 11,40 | 234,00 | 155,80 | 26,00 | 228,10 | 0,77 | 0,07 | 0,25 | 57,00 |

***Технология приготовления:***

В протертый творог добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, манную крупу. Все перемешивают. Белки взбивают и, осторожно помешивая, сверху вниз вводят в массу, выкладывают ее слоем 3 см в противни или формы, смазанные маслом. Поверхность смазывают сметаной с сахаром.

Запекают в жарочном шкафу 20-30 минут при температуре 220-280 °С. Готовность проверяют по изменению плотности. Если творог сухой, в массу добавляют молоко (20 г на выход), соответственно увеличивая или уменьшая закладку творога. Отпускают блюдо с прокипяченной сметаной, повидлом или прокипяченным сливочным маслом.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* сохранена форма, поверхность без трещин

*Консистенция:* нежная, пышная

*Цвет:*  светло-коричневый, золотистый, на разрезе – белый

*Вкус:* умеренно сладкий

*Запах:* творога и продуктов, входящих в блюдо

***Блюда из рыбы***

Рыбу для питания школьников приготавливают отварной, припущенной, тушеной и запеченной. СанПин 2.4.1.2409-08 рекомендует следующие виды рыбы: треска, горбуша, лосось, хек, минтай, ледяная рыба, судак, сельдь (соленая), морепродукты.

На пищеблоки школ поступает рыба в замороженном виде. Ее размораживают на производственным столах или в воде при температуре не выше +12оС, с добавлением соли из расчета 7-10 г на 1 л (п.8.10 СанПиН 2.4.5.2409-08)

Для варки пригодны все виды рыб. Варят рыбу целыми тушками или же порционными кусками. Для этого подготовленную рыбу нарезают на порционные куски, не пластуя, вместе с позвоночником, рыбу массой 1-1,5 кг рекомендуется сначала пластовать. Рыбу варят в котлах, снабженных решетками. Бульон, полученный при варке рыбы, можно использовать для супов и соусов.

Припускание – разновидность варки, но в отличие от последней производится в меньшем количестве жидкости. Припущенная рыба вкуснее, чем отварная, так как при таком способе тепловой обработки в рыбе полнее сохраняются питательные вещества. Рыбу припускают порционными кусками с кожей. Порционные куски рыбы, нарезанные из обработанного звена с кожей без хрящей, перед припусканием ошпаривают для того, чтобы уменьшить выделение из них белков во время припускания. Рыбу припускают в котлах, снабженных решетками, при закрытой крышке. Подготовленную рыбу укладывают посуду в один ряд, подливают воду (0,3 л жидкости на 1 кг рыбы) так, чтобы жидкость прикрыла рыбу на ¼ объема.

Тушеная рыба отличается приятным вкусом, так как готовится с добавлением лука, томатного пюре и т.д. для тушения используется сырая или предварительно слегка обжаренная рыба. При тушении обжаренной рыбы вкусовые качества рыбы значительно улучшаются.

Горячие вторые блюда при раздаче должны иметь температуру не ниже +65°C (п. 8.24 СанПиН 2.4.5.2409-08).

С момента приготовления до отпуска первые и вторые блюда могут находиться на горячей плите не более 2 часов.

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): РЫБА ТУШЕНАЯ В

# ТОМАТНОМ СОУСЕ 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 принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Рыба свежемороженая (минтай, треска, пикша) | 118 | 91 | 190 | 146,5 |
| Вода или бульон | 27 | 27 | 27 | 27 |
| Морковь до 1 января | 34 | 27 | 34 | 27 |
| \*\*\*с 1 января | 36 | 27 | 36 | 27 |
| Лук репчатый | 15 | 13 | 15 | 13 |
| Томатное пюре | 15 | 15 | 15 | 15 |
| Масло растительное | 8 | 8 | 8 | 8 |
| Лимонная кислота | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Сахар | 4 | 4 | 4 | 4 |
| Соль | 1 | 1 | 1 | 1 |
| ВЫХОД: | 75/75 | | 120/75 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 75/75 | 13,87 | 7,85 | 6,53 | 150,00 | 52,11 | 59,77 | 238,46 | 0,96 | 0,10 | 3,35 | 0,01 |
| 120/75 | 18,03 | 10,21 | 8,49 | 195,00 | 67,74 | 77,70 | 310,00 | 1,25 | 0,13 | 4,36 | 0,01 |

***Технология приготовления:***

Порционные куски рыбы укладывают в посуду, сверху укладывают нашинкованные овощи, заливают водой, добавляют масло растительное, томат, уксус, сахар, соль, закрывают крышкой, тушат до готовности, добавляют лавровый лист, перец горошком.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* неоднородная масса с запахом рыбы и тушеных овощей *Консистенция:* нежная, мягкая

*Цвет:*  от светло-красного до темно-красного

*Вкус:* в меру соленый, сочный, не допускают привкусы, не свойственные рыбе и входящим в рецептуру овощам

*Запах:* продуктов, входящих в блюдо

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ

# С ОВОЩАМИ

Номер рецептуры: 230

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Хек тихоокеанский | 54 | 40 | 67,6 | 50 |
| \*\*\*или треска | 52,6 | 40 | 65,6 | 50 |
| \*\*\* или минтай | 42,1 | 40 | 52,6 | 50 |
| Вода | 20 | 20 | 25 | 25 |
| Морковь до 1 января | 40 | 32 | 50 | 40 |
| \*\*\*с 1 января | 42,7 | 32 | 53,4 | 40 |
| Лук репчатый | 5 | 4 | 6,3 | 5 |
| Масса полуфабриката | - | 96 | - | 120 |
| ВЫХОД: | 80 | | 100 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| Хек тихоокеанский | | | | | | | | | | | |
| 80 | 6,12 | 0,81 | 2,54 | 42,00 | 10,30 | 8,00 | 67,40 | 0,43 | 0,04 | 0,77 | 3,00 |
| 100 | 7,65 | 1,01 | 3,18 | 52,50 | 12,88 | 10,00 | 84,25 | 0,54 | 0,05 | 0,96 | 3,75 |
| Треска | | | | | | | | | | | |
| 80 | 4,43 | 0,18 | 1,89 | 27,00 | 7,20 | 5,70 | 45,30 | 0,28 | 0,02 | 0,61 | 2,00 |
| 100 | 5,54 | 0,23 | 2,36 | 33,75 | 9,00 | 7,13 | 56,63 | 0,35 | 0,03 | 0,76 | 2,50 |
| Минтай | | | | | | | | | | | |
| 80 | 6,12 | 0,81 | 2,54 | 42,00 | 10,30 | 8,00 | 67,40 | 0,43 | 0,04 | 0,77 | 3,00 |
| 100 | 7,65 | 1,01 | 3,18 | 52,50 | 12,88 | 10,00 | 84,25 | 0,54 | 0,05 | 0,96 | 3,75 |

***Технология приготовления:***

Порционные куски рыбы, нарезанные из филе с кожей без костей, припускают до готовности. Овощи мелко шинкуют, заливают рыбным бульоном и припускают 10-15 минут до готовности. Филе соединяют с овощами и доводят до кипения.

При отпуске на рыбу кладут готовые овощи. Можно отпускать с прокипячённым сливочным маслом, соусом белым, сметанным или томатным.

Гарниры – картофель отварной в молоке, пюре картофельное, овощи отварные с маслом.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* кусочки филе рыбы, сохранившие форму

*Консистенция:* мягкая, допускается легкое расслаивание

*Цвет:*  филе рыбы на разрезе – светло-серый, овощей, входящих в блюдо

*Вкус:* рыбы в сочетании с овощами, в меру соленый

*Запах:* припущенной рыбы с ароматом овощей

***Блюда из мяса и птицы***

Из мяса и птицы приготавливают разнообразный ассортимент отварных, припущенных, тушенных и запеченных блюд.

В отварном виде приготавливают мякоть грудинки, лопаточную и подлопаточную части, покромку туш 1 категории, можно использовать боковой и наружный куски тазобедренной части. Мясо нарезают кусками не более 2 кг, закладывают в горячую воду (на 1 кг мяса 1-1,5 л воды) и варят при слабом кипении. Куски мяса должны быть полностью покрыты водой. Для улучшения вкуса и аромата в бульон при варке добавляют морковь и репчатый лук. Готовность мяса проверяют поварской иглой – в сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

На гарнир к мясу рекомендуется подавать отварные и припущенные овощи, картофельное пюре, тушеную капусту, а также припущенный рис и другие рассыпчатые каши.

В тушеном виде приготавливают верхний, внутренний, боковой и наружный куски тазобедренной части, мякоть лопаточной части, покромку туш 1 категории, подлопаточную часть.

Часто в питании детей школьного возраста используются блюда из рубленого мяса, получаемого путем измельчения говядины или птицы на мясорубке. При этом готовят натуральные рубленые изделия – без добавления хлеба и с добавлением хлеба (например, котлеты). Для приготовления котлетного мяса используют следующие части туши: мякоть шейной части, пашина и обрезки, получающиеся при разделке туши. Все куски мякоти должны быть зачищены от сухожилий и соединительной ткани. Полученное путем измельчения мясо называется котлетным. В котлетном мясе содержание соединительной и жировой части не должно превышать 10%.

В процессе приготовления рубленых полуфабрикатов необходимо принимать меры, снижающие бактериальную обсемененность сырья и готовых полуфабрикатов: например, измельченное мясо и котлетную массу охлаждают.

Также следует соблюдать приемы тепловой обработки, предусмотренные п. 8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08:

* Вареные колбасы, сосиски с сардельки варят не менее 5 минут после закипания;
* при изготовлении вторых блюд из вареного мяса или птицы, порционированное мясо подвергают вторичной термической обработке – кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят в нем до раздачи не более 1 часа.

Органолептическими признаками готовности изделий из рубленого мяса являются выделение бесцветного сока при проколе поварской иглой и серый цвет на разрезе.

Также в ассортимент блюд из мяса входит запеченное мясо. Запекают его с картофелем, овощами, крупами и макаронными изделиями. Мясо в таком случае предварительно варят или припускают. Подготовленные полуфабрикаты запекают в жарочных шкафах слоем не более 4 см при температуре 250-280 град. С в течение 20-25 мин.

Внешними признаками готовности запеченных блюд является образование поджаристой корочки, чему способствует наличие на поверхности сметаны, тертого сыра, сухарей и т.д.. Длительное хранение запеченных блюд запрещено, так как их внешний вид и вкусовые качества быстро ухудшаются.

Горячие блюда при раздаче должны иметь температуру не ниже +65°C.

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): СОСИСКИ (САРДЕЛЬКИ, КОЛБАСА) ОТВАРНЫЕ

Номер рецептуры: №

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Сосиски или сардельки | 81,6 | 80 | 102 | 100 |
| ВЫХОД: | 80 | | 100 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 80 | 8,32 | 16,00 | 16,96 | 179,20 | 19,20 | 16,00 | 127,20 | 1,44 | 0,03 | 0,00 | 0,00 |
| 100 | 10,40 | 20,00 | 21,20 | 224,00 | 24,00 | 20,00 | 159,00 | 1,80 | 0,04 | 0,00 | 0,00 |

***Технология приготовления:***

Искусственную оболочку с сосисок предварительно снимают, затем кладут в кипящую подсоленную воду, доводят до кипения и варят при слабом кипении 3-5 минут. При отпуске гарнируют и поливают соусом или жиром.

Гарниры – каши рассыпчатые, каши вязкие, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром, капуста тушеная.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* свежепрогретые целые колбасные изделия

*Консистенция:* колбасные изделия упругие, плотные, сочные

*Цвет:*  светло-розовый

*Вкус:* в меру соленый, мясной

*Запах:* колбасных изделий

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

# 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 принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Говядина | 75 | 55 | 139 | 126,4 |
| Картофель молодой до 1 сент. | 100 | 80 | 160 | 128 |
| \*\*\*с 1 сентября по 31 октября | 106,7 | 80 | 170,7 | 128 |
| \*\*\*с 1 ноября до 31 декабря | 114,3 | 80 | 183 | 128 |
| \*\*\*с 1 января по 28-29 февраля | 123,1 | 80 | 197 | 128 |
| \*\*\*с 1 марта | 133,3 | 80 | 213,3 | 128 |
| Лук репчатый | 12 | 10 | 19,2 | 16 |
| Масло растительное | 4 | 4 | 6,4 | 6,4 |
| Томатное пюре | 5 | 5 | 8 | 8 |
| ВЫХОД: | 35/100 | | 80/160 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 35/100 | 17,21 | 4,67 | 13,72 | 165,63 | 19,44 | 41,06 | 210,63 | 2,52 | 0,13 | 5,61 | 15,00 |
| 80/160 | 27,53 | 7,47 | 21,95 | 265,00 | 31,10 | 65,70 | 337,00 | 4,03 | 0,21 | 8,97 | 24,00 |

***Технология приготовления:***

Мясо нарезают по 2-4 куска на порцию массой по 30-40 г, картофель и лук — дольками, затем мясо и овощи обжаривают по отдельности.

Обжаренное мясо и овощи 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:* небольшие порционные куски мяса политы соусом

*Консистенция:* мяса – сочная, мягкая. Овощи должны быть мягкими, но не разварившимися, форма нарезки сохранена

*Цвет:*  мяса от светло-коричневого до коричневого

*Вкус:* в меру соленый, мясной

*Запах:* свойственный входящим в рецептуру продуктам

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ

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 принт, 2011.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | | | |
| 1 порция | | | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Говядина (котлетное мясо) | 40,7 | 37 | 62 | 57 | 81,4 | 74 |
| Хлеб пшеничный | 9 | 9 | 14 | 14 | 18 | 18 |
| Молоко или вода | 6 | 6 | 19 | 19 | 24 | 24 |
| Сухари | 5 | 5 | 8 | 8 | 10 | 10 |
| Лук | 6 | 5,5 | 6 | 5,5 | 7 | 6,5 |
| *Масса полуфабриката* | *-* | *65* | *-* | *99* | *-* | *130* |
| Соль | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| Масло растительное | 3 | 3 | 5 | 5 | 6 | 6 |
| ВЫХОД: | 50 | | 75 | | 100 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 50 | 7,78 | 5,78 | 7,85 | 114,38 | 21,88 | 16,06 | 83,19 | 0,75 | 0,05 | 0,08 | 14,38 |
| 75 | 12,44 | 9,24 | 12,56 | 183,00 | 35,00 | 25,70 | 133,10 | 1,20 | 0,08 | 0,12 | 23,00 |
| 100 | 15,55 | 11,55 | 15,70 | 228,75 | 43,75 | 32,13 | 166,38 | 1,50 | 0,10 | 0,15 | 28,75 |

***Технология приготовления:***

Мясо измельчают на мясорубке, добавляют черствый хлеб, предварительно замоченный в воде или молоке, соль, репчатый лук, перемешивают, пропускают через мясорубку, вымешивают.

Из полученной котлетной массы разделывают изделия овально-приплюснутой формы с заостренным концом (котлеты) или кругло-приплюснутой формы толщиной 2-2,5 см (биточки), или плоскоовальной формы, толщиной 1 см (шницели).

Изделия панируют в сухарях, обжаривают на разогретых свковородах, смазанных растительным маслом до образования румяной корочки. Затем запекают при температуре 250-280 град. С в течение 20-25 мин.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* форма котлеты - овально-приплюснутая с заостренным концом, шницеля - кругло-приплюснутая, шницеля – плоскоовальная

*Консистенция:* сочная, пышная, однородная

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

*Вкус:* в меру соленый, мясной

*Запах:* свойственный входящим в рецептуру продуктам

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ

Номер рецептуры: 291

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Бройлер-цыпленок | 139,7 | 100,3 | 174,7 | 125,3 |
| *Масса отварной птицы* | *-* | *80* | *-* | *100* |
| Масло растительное | 7 | 7 | 9 | 9 |
| Морковь до 1 января | 10 | 8 | 16 | 13,3 |
| \*\*\*с 1 января | 17,3 | 13 | 21,7 | 16,3 |
| Лук репчатый | 8 | 7 | 11,8 | 9,3 |
| Томатное пюре | 7 | 7 | 8,8 | 8,8 |
| Крупа рисовая | 35 | 35 | 57,5 | 57,5 |
| *Масса готового риса с овощами* | *-* | *100* | *-* | *160* |
| ВЫХОД: | 180 | | 260 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 80/130 | 20,30 | 17,00 | 35,69 | 377,00 | 45,10 | 47,50 | 199,30 | 2,19 | 0,06 | 1,01 | 48,00 |
| 100/160 | 25,38 | 21,25 | 44,61 | 471,25 | 56,38 | 59,38 | 249,13 | 2,74 | 0,08 | 1,26 | 60,00 |

***Технология приготовления:***

Птицу или окорочка рубят на куски, обжаривают с двух сторон до образования корочки, посыпают солью, кладут в посуду, добавляют пассерованные, мелко нарезанные морковь и лук, томатное пюре, заливают горячим бульоном или водой и дают закипеть. Затем кладут рисовую крупу и варят до загустения. После этого посуду с пловом ставят на 40-50 минут в жарочный шкаф.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* рис рассыпчатый, мясо птицы сохранило свою форму, не разварилось

*Консистенция:* мягкая

*Цвет:*  мяса – серый, овощей – от светло- до темно-оранжевого

*Вкус:* в меру соленый, свойственный тушеному в соусе мясу

*Запах:* свойственный входящим в рецептуру продуктам

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): ПТИЦА ТУШЕНАЯ

Номер рецептуры: 290

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Цыпленок-бройлер | 139,7 | 100,3 | 174,7 | 125,3 |
| Соус красный основной | - | 80 | - | 100 |
| ВЫХОД: | 80/80 | | 100/100 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| С соусом № 354 - сметанным | | | | | | | | | | | |
| 80/80 | 17,65 | 14,58 | 4,70 | 221,00 | 54,50 | 20,30 | 132,90 | 1,62 | 0,05 | 0,02 | 43,00 |
| 100/100 | 22,06 | 18,23 | 5,88 | 276,25 | 68,13 | 25,38 | 166,13 | 2,03 | 0,06 | 0,03 | 53,75 |
| С соусом красным основным | | | | | | | | | | | |
| 80/80 | 17,92 | 14,58 | 5,62 | 225,00 | 56,10 | 23,90 | 138,20 | 1,77 | 0,06 | 0,54 | 43,00 |
| 100/100 | 22,40 | 18,23 | 7,03 | 281,25 | 70,13 | 29,88 | 172,75 | 2,21 | 0,08 | 0,68 | 53,75 |

**Технология приготовления:**

Подготовленные тушки птицы варят до готовности, охлаждают, нарезают на порционные куски, складывают в глубокую посуду. Добавляют бульон куриный (10% к массе соуса), соединяют с соусом, доводят до кипения и тушат в закрытой посуде 15-20 минут при слабом кипении.

**Требования к качеству:**

*Внешний вид:* мясо сохранило форму, залито соусом, сбоку гарнир

*Консистенция:* мягкая, сочная, нежная

*Цвет:*  сероватый – для мякоти ножки, белый – филе, соуса сметанного – белый, соуса сметанного с томатом – светло-оранжевый

*Вкус:* в меру соленый

*Запах:* свойственный мясу птицы и соусу

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): ПТИЦА ЗАПЕЧЕНАЯ

Номер рецептуры: 293

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Цыпленок-бройлер | 139,7 | 100,3 | 174,7 | 125,3 |
| Масло растительное | 4,5 | 4,5 | 5 | 5 |
| Масло сливочное | 5 | 5 | 5,5 | 5,5 |
| Соль | 1 | 1 | 1 | 1 |
| ВЫХОД: | 80/80 | | 100/100 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 80/80 | 17,65 | 14,58 | 4,70 | 221,00 | 54,50 | 20,30 | 132,90 | 1,62 | 0,05 | 0,02 | 43,00 |
| 100/100 | 22,06 | 18,23 | 5,88 | 276,25 | 68,13 | 25,38 | 166,13 | 2,03 | 0,06 | 0,03 | 53,75 |

**Технология приготовления:**

Подготовленные тушки птицы солят, кладут на противень. Доводят до полной готовности в жарочном шкафу. Порции птицы непосредственно пред подачей поливают сливочным маслом.

**Требования к качеству:**

*Внешний вид:* мясо сохранило форму, сбоку гарнир

*Консистенция:* мягкая, сочная, нежная

*Цвет:*  золотистый,

*Вкус:* в меру соленый

*Запах:* свойственный мясу птицы

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

# Наименование кулинарного изделия (блюда):ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ

Номер рецептуры: 284

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
| 1 порция | |
| Брутто, г | Нетто, г |
| Говядина (котлетное мясо) | 107 | 79 |
| *Масса готового мяса* | *-* | *50* |
| Картофель молодой до 1 сент. | 290 | 232/225 |
| \*\*\*с 1 сентября по 31 октября | 309 | 232/225 |
| \*\*\*с 1 ноября до 31 декабря | 331 | 232/225 |
| \*\*\*с 1 января по 28-29 февраля | 357 | 232/225 |
| \*\*\*с 1 марта | 386,7 | 232/225 |
| *Масса вареного протертого картофеля* | *-* | *220* |
| Лук репчатый | 10 | 10 |
| Масло растительное | 1 | 1 |
| *Масса пассерованного лука* | *-* | *4* |
| Масло растительное | 2 | 2 |
| Сухари | 2 | 2 |
| ВЫХОД: | - | 170 |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки г | Жирыг | Угле-воды, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 18,27 | 20,54 | 28,74 | 372,49 | 33,20 | 63,26 | 203,85 | 3,65 | 0,24 | 5,62 | 0,04 |

***Технология приготовления:***

Отварную говядину нарезают кусками по 75—100 г, пропускают через мясорубку, добавляют пассерованный лук, заправляют солью. Кладут на смазанный маслом противень слоем 2—3 см и прогревают, помешивая, в жарочном шкафу при температуре 160—180 °С в течение 8—10 минут.

Картофель заливают горячей водой, добавляют соль и варят до готовности. Воду сливают, картофель обсушивают при закрытой крышке на огне в течение 10—20 секунд. Сваренный картофель протирают и делят на две части. Одну часть кладут на смазанный маслом противень слоем 1 — 1,5 см, разравнивают. Затем кладут ровным слоем мясо, а сверху оставшуюся часть картофеля. После разравнивая картофель смазывают яйцом, посыпают сухарями, сбрызгивают маслом и запекают в течение 20-25 минут при температуре 250—280 °С. Готовую запеканку нарезают на порционные куски.

Температура подачи 65°С.

***Требования к качеству:***

Поверхность ровная, с легкой румяной корочкой. Вкус в меру соленый, соответствует входящим в состав продуктам, без привкуса пригоревшего картофеля. На разрезе прослойка фарша серого цвета. Консистенция картофеля рыхлая, нетягучая, фарш сочный.

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия: ПЛОВ

Номер рецептуры: 265.

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Наименование продуктов, полуфабрикатов* | *Масса* | |
| *брутто, г* | *нетто, г* |
| Говядина (боковой и наружный куски  тазобедренной части) | 107 | 79 |
| или свинина (лопаточная часть, грудинка) | 87 | 74 |
| или баранина (лопаточная часть, грудинка) | *99* | 71 |
| Крупа рисовая | 34 | 34 |
| Масло растительное | 5 | 5 |
| Лук репчатый | 6 | 5 |
| Морковь | 10 | 8 |
| Томатная паста | - | 4 |
| Соль | 1 | 1 |
| *Масса тушеного мяса* |  | 50 |
| *Масса гарнира* |  | 100 |
| *Выход* |  | 50/100 |

Химический состав, витамины, и микроэлементов на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Белки (г) | 19,4 |
| Жиры (г) | 9,5 |
| Углеводы (г) | 34,7 |
| Энергетическая ценность (ккал) | 301 |
|  | |
| Са (мг) | 36 |
| Mg (мг) | 34 |
| F е(мг) | 1,0 |
| С (мг) | 0 |

**Технология приготовления**

Нарезанное кусочками по 20-30 г мясо посыпают солью, обжаривают, добавляют пассерованные с томатным пюре морковь и лук. Мясо и овощи заливают водой (80 г), доводят до кипения, всыпают перебранный промытый рис и варят до полуготовности. После того как рис впитает всю жидкость, посуду закрывают крышкой, помещают на противень с водой и ставят в жарочный шкаф на 25-40 мин. Отпускают, равномерно распределяя мясо вместе с рисом и овощами. Плов можно готовить без томатного пюре.

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ

Номер рецептуры: 279

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Говядина на/к | 52 | 38 | 56,1 | 51 |
| Вола | 6 | 6 | 11 | 11 |
| Молоко или вода | 6 | 6 | 16 | 16 |
| Лук репчатый | 21 | 18 | 19 | 16 |
| Масло растительное | 3 | 3 | 3 | 3 |
| Масса припущенного лука | - | 9 | - | 12 |
| Мука пшеничная | 4 | 4 | 4 | 4 |
| *Масса полуфабриката* | *-* | *71* | *-* | *95* |
| Масло растительное | - | 3 | 3 | 3 |
| Вода | 12 | 12 | 16 | 16 |
| *Масса готовых тефтелей* | *-* | *60* | *-* | *80* |
| Соус томатный | - | 50 | - | 80 |
| ВЫХОД: | 60/50 | | 80/80 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 60/60 | 8,87 | 9,83 | 11,71 | 171,00 | 43,90 | 21,60 | 106,7 | 0,96 | 0,06 | 0,85 | 39,00 |
| 80/80 | 11,78 | 12,91 | 14,90 | 223,00 | 57,80 | 28,40 | 141,40 | 1,27 | 0,07 | 1,13 | 51,00 |

***Технология приготовления:***

Котлетную массу дважды пропускают через мясорубку, добавляют измельченный припущенный репчатый лук, рассыпчатый рис,перемешивают и формуют в виде шариков по 2-3 шт на порцию. Тефтели панируют в муке, запекают 6-8 минут до полуготовности, заливают соусом с добавлением воды (12-16 г на порцию) и тушат еще 10-15 минут до готовности.

Отпускают с соусом, в котором тушились тефтели.

***Требования к качеству:***

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

*Консистенция:* сочная, в меру плотная

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

*Вкус:* в меру соленый, свойственный тушеному в соусе мясу

*Запах:* свойственный входящим в рецептуру продуктам

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ

ГОВЯДИНЫ.

Номер рецептуры: № 246

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|  | 1 порция | | 100 порций | |
|  | брутто, гр. | нетто, гр. | брутто, кг. | нетто, кг. |
| Говядина | 77 | 57 | 11, | 8,1 |
| Морковь | 3 | 2 | 0,3 | 0,2 |
| Лук | 2,5 | 2 | 0,25 | 0,2 |
| Масса отварного мяса |  | 50 |  | 5,0 |
| Морковь | 12,5 | 10 | 1,25 | 1,0 |
| Масло растительное | 5 | 10 | 0,5 | 0,1 |
| Лук | 12 | 10 | 1,2 | 1,0 |
| Мука пшеничная | 2 | 2 | 0,2 | 0,2 |
| Томат паста | 4 | 4 | 0,4 | 0,4 |
| Соль | 1 | 1 | 0,1 | 0,1 |
| Выход | 85,0 | | 8,5 | |

**4.Химический состав, витамины и микроэлементы**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| В 100 граммах данного блюда содержится | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |  |  |
| Пищевые вещества г. | | | | | | | | | Минеральные вещества мг. | | | | | | | | |  | | |
| Белки | | | Жиры | | | Углеводы | | | Са | | Mg | | | P | | Fe | |  |  |  |
| 12,55 | | | 12,99 | | | 4,01 | | | 30,52 | | 24,03 | | | 119,19 | | 2,10 | |  |  |  |
| Витамины | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | |  |
| А,  мг. | В1,  мг. | В2,  мг. | | В5,  мг. | В 6,  мг. | | В9,  мкг. | В12,  мкг. | | С,  мг. | | D,  мкг. | Е,  мг | | Н,  мкг. | | РР,  мг | |  |  |
| 1,49 | 0,07 | 0,11 | | - | 0,04 | | 4,42 | - | | 5,07 | | - | 2,25 | | 0,31 | | 1,23 | |  |  |

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 182,25

**Технологический процесс**

Подготовленное мясо промывают, нарезают на куски массой 1-1,5 кг, толщиной 8 см, закладывают в горячую воду, доводят до кипения, снимают пену, добавляют соль (1/2 часть от рецептурной нормы), варят в закрытой посуде при слабом кипении до готовности. Готовое вареное мясо охлаждают и нарезают мелкими кубиками. Очищенные морковь и лук репчатый нарезают соломкой и припускают в небольшом количестве воды (бульона), обжаривают. Затем их смешивают с мясом и томатной пастой. Заливают кипящей водой, варят на слабом огне 15-20 минут, после чего сливают бульон и готовят на нем соус, которым заливают мясо и доводят до кипения.

**Требования к оформлению, реализации и хранению**

Отпускают гуляш с соусом и гарниром. Температура подачи +650С.

Срок реализации – 2 часа с момента приготовления. Срок годности согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 – 2 часа с момента приготовления. Подогрев остывших ниже температуры раздачи готовых горячих блюд не допускается.

**Органолептические показатели качества:**

Внешний вид — консистенция мяса мягкая.

Цвет — светло-коричневый.Вкус и запах — запах свойственный набору продуктов, с ароматом мяса, вкус характерный для рецептурных компонентов, без посторонних привкусов и запахов.

# Наименование кулинарного изделия (блюда): БИФШТЕКС РУБЛЕНЫЙ

Номер рецептуры: 266

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
| 1 порция | |
| Брутто, г | Нетто, г |
| Говядина (котлетное мясо) | 82 | 60 |
| Шпик | 9,5 | 9 |
| Молоко или вода | 5 | 5 |
| Соль | 0,9 | 0,9 |
| Масло растительное | 5 | 5 |
| ВЫХОД: | 53 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 60 | 7,32 | 8,15 | 6,31 | 128,00 | 49,10 | 15,20 | 89,60 | 0,61 | 0,04 | 0,17 | 32,00 |
| 80 | 9,76 | 10,87 | 8,41 | 170,66 | 65,47 | 20,27 | 119,46 | 0,81 | 0,05 | 0,23 | 42,67 |
| 100 | 12,20 | 13,58 | 10,52 | 213,34 | 81,83 | 25,33 | 149,34 | 1,02 | 0,07 | 0,28 | 53,33 |

***Технология приготовления:***

Мясо измельчают на мясорубке, добавляют шпик, соль, воду (молоко). Из полученной котлетной массы формуют биточки, кладут на противень. Запекают без предварительного обжаривания при температуре 180-200 град. С в течение 15-20 мин.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* форма биточки - приплюснутая.

*Консистенция:* сочная, пышная, однородная

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

*Вкус:* жареного говяжьего мяса

*Запах:* жареного мяса

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С ОТВАРНЫМ МЯСОМ

Номер рецептуры: 288

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Говядина (котлетное мясо) | 34,6 | 31,5 | 69,2 | 63 |
| *Масса отварного мяса* | *-* | *19,5* | *-* | *39* |
| Капуста белокочанная | 90 | 72 | 180 | 140 |
| Масса припущенной капусты | - | 66,2 | - | 135 |
| Крупа рисовая | 8 | 8 | 15 | 15 |
| Масса рассыпчатой каши | - | 22,4 | 21,7 | 16,3 |
| Масло растительное | 1 | 1 | 2 | 2 |
| Томат паста | 1 | 1 | 2 | 2 |
| Масло сливочное | 2,5 | 2,5 | 4 | 4 |
| Бульон мясной | 12 | 12 | 24 | 24 |
| Соль | 1 | 1 | 2 | 2 |
| ВЫХОД: | 100 | | 200 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 100 | 20,30 | 17,00 | 35,69 | 377,00 | 45,10 | 47,50 | 199,30 | 2,19 | 0,06 | 1,01 | 48,00 |
| 200 | 25,38 | 21,25 | 44,61 | 471,25 | 56,38 | 59,38 | 249,13 | 2,74 | 0,08 | 1,26 | 60,00 |

***Технология приготовления:***

Подготовленное мясо варят, охлаждают, пропускают через мясорубку 2 раза. Русовую крупу перебирают, промывают и варят до полуготовности. Мясо соединяют с отварным рисом, добавляют соль и перемешивают. Белокочанную капусту нарезают мелкой соломкой, закладывают в кипящую подсоленную воду, варят до полуготовности, перекладывают в дуршлаг, дают стечь отвару. Подготовленую капусту соединяют с мясом и рисом, перемешивают, добавляют бульон, масло, томат-пасту и тушат 30-40 минут.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* Капуста мелкая, фарш сочный, вкус и запах свойственный тушеному мясу и капусты.

*Консистенция:* мягкая

*Цвет:*  от светло- до темно-оранжевого

*Вкус:* в меру соленый, свойственный тушеному мясу и капусты.

*Запах:* свойственный входящим в рецептуру продуктам

***Сладкие блюда***

В состав сладких блюд включены свежие плоды и ягоды, компоты, кисели, пудинги.

Для их приготовления используют сахар, плоды, ягоды, соки, а также яйца, молоко, мучные и крупяные продукты.

Ароматизирующими и вкусовыми веществами сладких блюд используют в детском питании лимонную кислоту, какао.

В качестве желирующих веществ действующим СанПиНом разрешен крахмал картофельный.

Плоды и ягоды перед использованием перебирают, удаляют плодоножки, сорные примеси, тщательно промываю проточной водой.

Компоты приготовляют из свежих, сушеных плодов и ягод как в различном сочетании, так и из одного какого-либо вида. Сушеные плоды и ягоды перебирают, удаляя сорные примеси, тщательно промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз.

Для улучшения вкуса компоты из смеси сухофруктов рекомендуется варить за 10-12 часов до их реализации, так как в результате настаивания в отвар переходят ароматические и вкусовые вещества (органические кислоты, минеральные соли, сахара), а плоды и ягоды пропитываются сахарным сиропом.

При недостаточной кислотности в компоты добавляют лимонную кислоту.

Кисели приготавливают из свежих и сушеных плодов и ягод, молока и других продуктов.

В зависимости от количества введенного крахмала различают густые, средней густоты и жидкие кисели. Жидкие кисели можно использовать в качестве сладких соусов при отпуске сладких блюд, запеканок и крупяных блюд.

Густые и средней густоты кисели используются в качестве самостоятельного блюда.

Воздушные пироги (суфле), пудинги – горячие сладкие блюда.

**Технологическая карта кулинарного блюда №**

# 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 принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | 10 порций | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Какао-порошок | 4 | 4 | 40 | 40 |
| Сахар | 20 | 20 | 200 | 200 |
| Молоко | 100 | 100 | 1000 | 1000 |
| Вода | 100 | 100 | 1000 | 1000 |
| ВЫХОД: | 200 | |  | 2000 |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки г | Жиры,г | Угле-воды, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 3,52 | 3,72 | 25,49 | 145,2 | 122,0 | 14,00 | 90,00 | 0,56 | 0,04 | 1,30 | 0,01 |

***Технология приготовления:***

Какао-порошок смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка и растирают в однородную массу, затем при непрерывном помешивании вливают горячее молоко, остальной кипяток и доводят до кипения.

Можно приготавливать какао на молоке сгущенном, при этом соотношение свежего молока к сгущенному составляет 1 : 0,38, а закладку сахара уменьшают на 15% (17 г).

***Требования к качеству:***

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

*Консистенция:* жидкая

*Цвет:*  светло-шоколадный

*Вкус:* сладкий, с выраженным привкусом какао и кипяченого молока

*Запах:* аромат какао и кипяченого молока

**Технологическая карта кулинарного блюда №**

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 принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|  | 1 порция | | 100 порций | |
|  | брутто, гр. | нетто, гр. | брутто, кг. | нетто, кг. |
| Чай – заварка | 50 | 50 | 5,0 | 5,0 |
| Сахар | 15 | 15 | 1,5 | 1.5 |
| Лимон | 8 | 7 | 0,8 | 0.7 |
| Вода | 150 | 150 | 15,0 | 15,0 |
| Выход | 200/15/7 | | 20,0/1,5/0,7 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| В 100 граммах данного блюда содержится | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |  |
| Пищевые вещества г. | | | | | | | | | Минеральные вещества мг. | | | | | | | | |  | |
| Белки | | | Жиры | | | Углеводы | | | Са | | Mg | | | P | | Fe | |  |  |
| 4,51 | | | 1,14 | | | 7,71 | | | 112,55 | | 99,08 | | | 185,54 | | 18,42 | |  |  |
| Витамины | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |  |
| А,  мг. | В1,  мг. | В2,  мг. | | В5,  мг. | В 6,  мг. | | В9,  мкг. | В12,  мкг. | | С,  мг. | | D,  мкг. | Е,  мг | | Н,  мкг. | | РР,  мг |  |  |
| 0,01 | 0,01 | 0,22 | | - | 0 | | 0,32 | - | | 3,67 | | - | 0,01 | | - | | 1,79 |  |  |

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда:57,33

Технологический процесс: Чайник ополаскивают горячей водой, насыпают чай на определенное количество порций, заливают свежеприготовленным кипятком, примерно 1/3 объема чайника. Чай настаивают 5 – 10 минут, доливают кипяток. Добавляют сахар на определенное количество порций, залить кипятком на то же количество порций и настаивать 5 минут. Промытый теплой водой лимон, ошпаривают кипятком в течении 1-2 минут. Нарезают тонкими кружочками и кладут в стакан приготовленного чая с сахаром, непосредственно перед отпуском. Кипятить заваренный чай или длительно хранить его на плите нельзя.

Требования к оформлению, реализации и хранению

Температура подачи чая в горячем виде +75о С. Срок реализации чая 2 – 3 часа с момента приготовления. Срок годности согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 – 2-3 часа с момента приготовления.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид — прозрачного цвета, без осадка, кружочки лимона.

Цвет — темно--коричневый.

Вкус и запах — приятный запах свежеприготовленной чая с лимоном, сахаром, вкус характерный для рецептурного компонента , без посторонних привкусов и запахов.

**Технологическая карта кулинарного блюда №**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): ЧАЙ С САХАРОМ

Номер рецептуры: № 376

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
| 1 порция | |
| Брутто, г | Нетто, г |
| Чай высшего или 1-го сорта | 1 | 1 |
| Сахар | 15 | 15 |
| ВЫХОД: | 200 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки г | Жирыг | Угле-воды, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 0,20 | 0,00 | 14,00 | 28,00 | 6,00 | 0,00 | 0,00 | 0,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |

***Технология приготовления:***

Емкость для заварки ополаскивают кипятком, насыпают сухой чай на определенное количество порций, заливают кипятком примерно на 1-3 объема емкости, настаивают 5-10 минут, накрыв крышкой, после чего процеживают, добавляют сахар и доливают кипятком до требуемого объема.

Кипятить заваренный чай или длительно хранить его на плите нельзя, так как вкус и аромат чая ухудшаются. Не следует смешивать сухой чай с заваренным.

Температура подачи 75°С.

***Требования к качеству:***

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

*Консистенция:* жидкая

*Цвет:*  золотисто-коричневый

*Вкус:* сладкий, чуть терпкий

*Запах:* соответственный чаю

**Технологическая карта кулинарного блюда №**

# 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 принт, 2011.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
| 1 порция | |
| Брутто, г | Нетто, г |
| Смесь сухофруктов | 20 | 20 |
| Вода | 200 | 200 |
| Сахар | 20 | 20 |
| Кислота лимонная | 0,2 | 0,2 |
| ВЫХОД: | 200 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки г | Жиры,г | Угле-воды, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 0,04 | 0,00 | 24,76 | 94,20 | 6,40 | 0,00 | 3,6 | 0,18 | 0,01 | 1,08 | 0,00 |

***Технология приготовления:***

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

Компот варят заранее, чтобы он настоялся.

***Требования к качеству*:**

*Внешний вид:* плоды иди ягоды не переваренные, уложенные в стакан или креманку и залиты полученным при варке компота прозрачным отваром

*Консистенция:* отвара – жидкая, с наличием хорошо проваренных фруктов

*Цвет:*  от светло-коричневого до темно-коричневого, в зависимости от набора сухофруктов

*Вкус:* приятный, сладкий или кисло-сладкий, соответствует виду плодов или ягод

*Запах:* аромат использованных плодов и ягод

**Технологическая карта кулинарного блюда №**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ

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 принт, 2011.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
| 1 порция | |
| Брутто, г | Нетто, г |
| Яблоки или груши, или абрикосы, или сливы | 100 | 100 |
| ВЫХОД: | 100 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Блюдо | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность,  ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| Яблоки | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 10,0 | 0,0 | 75,8 | 2,20 | 0,03 | 10,0 | 0,00 |
| Груши | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47,00 | 8,00 | 0,00 | 96,1 | 2,30 | 0,02 | 5,00 | 0,00 |
| Сливы | 0,80 | 0,30 | 57,50 | 49,00 | 12,0 | 8,0 | 28,0 | 0,50 | 0,06 | 10,0 | 0,00 |

***Технология приготовления:***

Плоды или ягоды свежие перед отпуском перебирают, моют, удаляют плодоножки, сорные примеси, тщательно промывают проточной питьевой водой.

***Требования к качеству*:**

Плоды и ягоды свежие, без сорных примесей, вкус и запах соответствует виду продукта. Не допускается затхлый запах и прогорклый привкус.