Сборник

технологических карт приготовления блюд в

МКОУ СОШ №2

г Кизилюрт

# Каши, молочныесупы

### Технологическая карта кулинарного блюда № 1 Наименование изделия: Каша пшенная

**Номер рецептуры:** № 4 (стр.246-247)

**Наименования сборника рецептур:** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для

предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** |
| **1 порция** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Брутто, г** | **Нетто, г** |
| Крупа пшено | 38 | 38 | 50 | 50 |
| Молоко | 120 | 120 | 160 | 160 |
| Масло сливочное | 4 | 4 | 5 | 5 |
| Сахар | 4 | 4 | 5 | 5 |
| ВЫХОД: | **150** | **200** |

### Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Выхо д г.** | **Пищевые вещества** | **Минер.вещества, мг** | **Витамины, мг** |
| **Белк и г** | **Жиры, г** | **Угле- воды****, г** | **Энерг. ценность****, ккал** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 150 | 4,02 | 6,6 | 53,6 | 235,71 | 113,6 | 19,3 | 0,52 | 97 | 0,13 | 0,4 | 0,12 | 0,32 |
| 200 | 5,63 | 8,8 | 72,4 | 314,28 | 192,2 | 23,06 | 1,18 | 117 | 0,17 | 0,54 | 0,17 | 0,48 |

**Технология приготовления:**

Крупу засыпают в кипящую воду и варят 10 минут, после чего лишнюю воду сливают, добавляют горячее молоко, соль, сахар и варят кашу до готовности. При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом.

### Требования к качеству блюда:

*Внешний вид:* зерна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом.

*Консистенция:* однородная, вязкая, зерна - мягкие.

*Цвет:* свойственный соответствующему виду крупы.

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

*Запах:* соответствующей каши в сочетании с молоком и маслом.

### Технологическая карта кулинарного блюда № 2 Наименование изделия: Каша геркулесовая.

**Номер рецептуры:** № 4 (стр.246-247)

**Наименования сборника рецептур:**Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для

предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** |
| **1 порция** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Брутто, г** | **Нетто, г** |
| Крупа «Геркулес» | 25 | 25 | 44 | 44 |
| Молоко | 75 | 75 | 164 | 164 |
| Масло сливочное | 4 | 4 | 5 | 5 |
| Сахар | 4 | 4 | 5 | 5 |
| ВЫХОД: | **150** | **200** |

### Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Выход****, г.** | **Пищевые вещества** | **Минер.вещества, мг** | **Витамины, мг** |
| **Белк и г** | **Жиры, г** | **Угле****-****воды****, г** | **Энерг. ценност ь, ккал** | **Са** | **Mg** | **F****e** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 150 | 6,12 | 7,38 | 35,60 | 198 | 130 | 12,3 | 1,24 | 95 | 0,15 | 0,37 | 0,08 | 0,01 |
| 200 | 8,16 | 9,84 | 47,8 | 264 | 142,3 | 14,6 | 1,66 | 101,3 | 0,20 | 0,50 | 0,12 | 0,03 |

**Технология приготовления:**

В кипящую смесь молока кладут сахар, соль, высыпают овсяные хлопья при активном помешивании сверху вниз и варят, непрерывно помешивая 20 минут.

При отпуске кашу заправляют растопленным маслом.

### Требования к качеству блюда:

*Внешний вид:* хлопья крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом.

*Консистенция:* однородная, вязкая, хлопья - мягкие.

*Цвет:* свойственный соответствующему виду крупы.

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

*Запах:* соответствующей каши в сочетании с молоком и маслом.

### Технологическая карта кулинарного блюда № 3 Наименование изделия: Каша манная

**Номер рецептуры:** № 4 (стр.246-247)

**Наименования сборника рецептур:**Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для

предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** |
| **1 порция** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Брутто, г** | **Нетто, г** |
| Крупа манная | 33 | 33 | 44 | 44 |
| Молоко | 123 | 123 | 164 | 164 |
| Масло сливочное | 3 | 3 | 4 | 4 |
| Сахар | 3 | 3 | 4 | 4 |
| ВЫХОД: | **150** | **200** |

### 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** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 150 | 2,27 | 1,23 | 16,23 | 197,11 | 57,8 | 23,8 | 0,24 | 27 | 0,04 | 0,16 | 0,03 | 0,32 |
| 200 | 2,65 | 1,87 | 20,5 | 267,85 | 59,2 | 30,24 | 0,45 | 36 | 0,06 | 0,22 | 0,05 | 0,46 |

**Технология приготовления:**

Манную крупу засыпают в кипящее молоко и при беспрерывном помешивании и варить 20 минут. За 2 –3 минуты до готовности добавляют сахар, соль, масло сливочное.

### Требования к качествублюда:

*Внешний вид:* зерна крупы полностью разварившиеся, утратили форму.

*Консистенция:* жидкая, на тарелке расплывается, но ложка, положенная выпуклой стороной на поверхность каши, нетонет.

*Цвет:* белый илисветло-кремовый.

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

*Запах:* манной каши в сочетании с молоком и маслом.

### Технологическая карта кулинарного блюда № 4 Наименование изделия: Каша ассорти «Дружба»

**Номер рецептуры: 297**

**Наименования сборника рецептур: :**Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для

предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** |
| **1 порция** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Брутто, г** | **Нетто, г** |
| Крупа рисовая | 19 | 19 | 25 | 25 |
| Крупа пшенная | 19 | 19 | 25 | 25 |
| Молоко | 120 | 120 | 160 | 160 |
| Масло сливочное | 4 | 4 | 5 | 5 |
| Сахар | 3 | 3 | 4 | 4 |
| ВЫХОД: | **150** | **200** |

### Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Выхо д г.** | **Пищевые вещества** | **Минер.вещества, мг** | **Витамины, мг** |
| **Белки г** | **Жиры,г** | **Угле-****воды, г** | **Энерг.****ценность, ккал** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 150 | 4,65 | 6,45 | 36,8 | 213,50 | 92,23 | 29,30 | 0,09 | 69,3 | 0,07 | 0,15 | 0,03 | 0,52 |
| 200 | 6,20 | 8,60 | 42,7 | 284,30 | 122,98 | 32,49 | 0,1 | 72,3 | 0,10 | 0,19 | 0,05 | 0,7 |

**Технология приготовления:**

Крупу перебирают, промывают водой несколько раз, пшено ошпаривают. Крупы сначала варят отдельно, закладывая в кипящую воду. Пшено отваривают 5-10 минут, воду сливают. Рис отваривают до полуготовности. Крупу соединяют, заливают горячим молоком. Добавляют сахар, соль, доводят до кипения. Варят при слабом кипении до поглощения жидкости крупой и доводят до готовности.

При подаче каша заправляется растопленным сливочным маслом.

### Требования к качеству блюда:

*Внешний вид:* зерна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом.

*Консистенция:* однородная, вязкая, зерна - мягкие.

*Цвет:* свойственный соответствующему виду крупы.

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

*Запах:* соответствующей каши в сочетании с молоком и маслом.

### Технологическая карта кулинарного блюда № 5 Наименование изделия: Каша рисовая

**Номер рецептуры**: № 4 (стр.246-247)

**Наименования сборника рецептур:**Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для

предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** |
| **1 порция** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Брутто, г** | **Нетто, г** |
| Крупа рисовая | 33 | 33 | 44 | 44 |
| Молоко | 123 | 123 | 164 | 164 |
| Масло сливочное | 3 | 3 | 4 | 4 |
| Сахар | 3 | 3 | 4 | 4 |
| ВЫХОД: | **150** | **200** |

### Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Выхо д г.** | **Пищевые вещества** | **Минер.вещества, мг** | **Витамины, мг** |
| **Белк и г** | **Жиры, г** | **Угле****-****воды****, г** | **Энерг. ценность****, ккал** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 150 | 5,82 | 7,50 | 64,5 | 235,60 | 146,00 | 31,20 | 0,46 | 51,00 | 0,06 | 0,64 | 0,03 | 0,47 |
| 200 | 7,70 | 10,00 | 68,9 | 308,60 | 195,00 | 43,06 | 0,62 | 96,00 | 0,08 | 0,86 | 0,05 | 0,83 |

**Технология приготовления:**

Рис перебирают, промывают теплой, а затем горячей водой. Крупу отваривают до полуготовности, воду сливают, затем заливают горячим молоком, добавляют сахар, соль, доводят до кипения. Варят при слабом кипении до поглощения жидкости крупой, доводят до готовности .

При подаче каша заправляется растопленным сливочным маслом.

### Требования к качеству блюда:

*Внешний вид:* зерна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом и сахаром, или маслом, илисахаром.

*Консистенция;* однородная, вязкая, зерна - мягкие.

*Цвет:* свойственный соответствующему виду крупы.

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

*Запах:* соответствующей каши в сочетании с молоком и маслом.

### Технологическая карта кулинарного блюда № 6 Наименование изделия: Суп молочный вермишелевый

**Номер рецептуры:**№ 160

**Наименования сборника рецептур: :**Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для

предприятий общественногопитания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** |
| **1 порция** |
| **Брутто, г** | **Нетто,г** | **Бутто, г** | **Нетто,г** |
| Молоко | 100 | 100 | 125 | 125 |
| Масло сливочное | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Сахар | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Вермишель | 16 | 16 | 20 | 20 |
| Вода | 84 | 84 | 105 | 105 |
| **Выход** | **200г 250 г** |

### Химический состав данного блюда

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Пищевые вещества** | **Минер.вещества, мг** | **Витамины, мг** |
| **Выход****, г** | **Белк и г** | **Жиры, г** | **Угле- воды****, г** | **Энерг. ценность****, ккал** | **Са** | **M****g** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 200 | 4,40 | 3,92 | 10,4 | 278,32 | 126,8 | 24,6 | 0,25 | 152 | 0,06 | 0,65 | 0,04 | 0,24 |
| 250 | 5,50 | 4,90 | 12,3 | 331,20 | 147,2 | 27,9 | 0,38 | 161 | 0,1 | 0,81 | 0,05 | 0,38 |

**Технология приготовления:**

Макаронные изделия варят в воде до полуготовности (макароны-15-20 минут, лапшу 10-12 минут, вермишель 5-7 минут), воду сливают, а макаронные изделия закладывают в кипящую смесь молока и воды и, периодически помешивая, варят до готовности, кладут соль, сахар.

При отпуске заправляют маслом.

### Требования к качеству блюда:

Внешний вид: в жидкой части супа распределены макаронные изделия, сохранившие форму, на поверхности – сливочноемасло.

Консистенция: макаронных изделий – мягкая.

Цвет: супа – молочно-белый, сливочного масла – желтый. Вкус: молока и сливочного масла, умеренно сладкий.

Запах: характерный для продуктов, входящих в суп.

### Хлеб, сдобные булочные изделия Технологическая карта кулинарного блюда №7

**Наименование изделия: Хлеб ржаной**

.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** |
| **1 порция** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Брутто, г** | **Нетто, г** |
| Хлеб ржаной | 40 | 40 | 60 | 60 |
| ВЫХОД: | **40** | **60** |

Химический состав данного блюда г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Выхо д г.** | **Пищевые вещества** | **Минер.вещества, мг** | **Витамины, мг** |
| **Белки г** | **Жиры, г** | **Угле- воды, г** | **Энерг. ценность, ккал** | **Са** | **M****g** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 40 | 2,6 | 0,48 | 1,05 | 72,4 | 14 | 10 | 0,31 | 67,2 | 0,07 | 0,00 | 0,00 | 0,5 |
| 60 | 3,96 | 0,72 | 1,38 | 108,6 | 21 | 12 | 0,63 | 75,4 | 0,1 | 0,00 | 0,00 | 0,50 |

### Технология приготовления

Хлеб нарезают куском

### Требования к качеству

*Внешний вид:* ровные ломтики хлеба,

*Консистенция:* хлеба- мягкая, *Цвет:* соответствует виду хлеба *Вкус:* соответствует виду хлеба *Запах:* свежего хлеба

### Технологическая карта кулинарного блюда № 8 Наименования изделия: Хлеб пшеничный

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

Химический состав данного блюдаг.

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

### Технология приготовления

Хлеб нарезают куском

### Требования к качеству

*Внешний вид:* ровные ломтики хлеба, *Консистенция:* хлеба - мягкая, *Цвет:* соответствует видухлеба

*Вкус:* соответствует виду хлеба

*Запах:* свежего хлеба

### Технологическая карта кулинарного блюда № 9

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

Номер рецептуры: 1

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для

предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

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

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Вых од г.** | **Пищевые вещества** | **Минер.вещества, мг** | **Витамины, мг** |
| **Белк и г** | **Жир ы,г** | **Угле- воды, г** | **Энерг. ценност ь, ккал** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 40/10 | 2,03 | 8,6 | 0,44 | 129,1 | 52,2 | 8,9 | 0,65 | 0,05 | 0,00 | 0,05 | 0,05 |

### Технология приготовления:

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

### Требования к качеству:

Бутерброд аккуратно оформлен, вкус и запах сливочного масла.

### Технологическая карта кулинарного блюда №10

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

Номер рецептуры: **2**

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для

предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов |
| 1 порция |  |
| Брутто, г | Нетто, г |  |  |
| Хлеб пшеничный | 40 | 40 |  |  |
| Сыр | 10 | 10 |  |  |
| ВЫХОД: | **50** |  |

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** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 40/10 | 2,34 | 5,6 | 16,92 | 131,6 | 201 | 17,42 | 0,46 | 80,6 | 0,04 | 0,03 | 0,07 | 0,51 |

### Технология приготовления:

Сыр разрезают на крупные куски прямоугольной или треугольной формы, очищают от корки, нарезают тонкими пластинами, укладывают на ломтикхлеба.

### Требования к качеству:

Бутерброд аккуратно оформлен, вкус и запах сыра.

### Технологическая карта кулинарного изделия № 11

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

Номер рецептуры: № 3.

Наименованиесборникарецептур:Сборникрецептурблюдикулинарныхизделийдля

предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование продуктов, полуфабрикатов** | **Масса** |
| **брутто, г** | **нетто, г** |
| Сыр | 10 | 10 |
| Масло сливочное | 10 | 10 |
| Хлеб | 40 | 40 |
| *Выход* |  | **60** |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Вы- ход, г** | **Пищевые вещества** | **Минер.вещества, мг** | **Витамины, мг** |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы,****г** | **Энерг.****ценность, ккал** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 40/10/10 | 7,8 | 8,9 | 18,5 | 164,9 | 207,3 | 10,2 | 1,05 | 67,8 | 0,05 | 0,03 | 0,12 | 0,3 |

**Технология приготовления:**

Ломтик хлеба намазывают маслом, а сверху кладут кусочек сыра.

### Требования к качеству блюда:

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

# Горячие напитки,соки

### Технологическая карта кулинарного блюда № 12

Наименование кулинарногоизделия(блюда): **Чай ссахаром**

Номер рецептуры: № 685

Наименованиесборникарецептур:Сборникрецептурблюдикулинарныхизделийдля

предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** |
| **1 порция** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** |
| Чай высшего или 1-го сорта | 1 | 50 |
| Сахар | 15 | 15 |
| Вода | 150 | 150 |
| ВЫХОД: | **200** |

### Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Выхо д г.** | **Пищевые вещества** | **Минер.вещества,****мг** | **Витамины, мг** |
| **Белк и г** | **Жиры г** | **Угле- воды****, г** | **Энерг. ценность****, ккал** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 200 г. | 8,9 | 3,06 | 26 | 58 | 11,6 | 6,5 | 0,34 | 4,12 | 0,00 | 6,00 | 0,00 | 0,00 |

#### Технология приготовления:

В стакан или чашку наливают заварку чая идоливают кипятком. Сахар допускается класть в стакан сзаваркой.

#### Требования к качеству:

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

*Консистенция:* жидкая *Цвет:* золотисто-коричневый *Вкус:*сладкий, чуть терпкий *Запах:* соответственныйчаю

### Технологическая карта кулинарного блюда № 13 Наименование изделия: Кисель

**Номер рецептуры: 648**

**Наименования сборника рецептур:**Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для

предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** |
| **1 порция** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** |
| Концентрат киселя | 24 | 24 |
| Сахар | 10 | 10 |
| Вода | 190 | 190 |
| **Выход** | **200г** |

### Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Выхо д г.** | **Пищевые вещества** | **Минер.вещества, мг** | **Витамины, мг** |
| **Белк и г** | **Жиры, г** | **Угле- воды****, г** | **Энерг. ценность****, ккал** | **Са** | **Mg** | **F****e** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 200 | 0,00 | 0,00 | 15,3 | 49,60 | 3,2 | 2,00 | 0,00 | 15,8 | 0,02 | 5,6 | 0,03 | 0,00 |

**Технология приготовления:**

Кисель из концентрата разводят равным количеством холодной воды, полученную смесь вливают в кипящую воду, добавляют сахар и, непрерывно помешивая, доводят до кипения. Охлаждают.

.

### Требования к качеству блюда:

Внешний вид: однородная прозрачная масса, без пленки на поверхности. Консистенция: однородная, средней густоты, слегка желеобразная.

Цвет: соответствует плодам.

Вкус: сладкий с кисловатым привкусом.

Запах: характерный для плодового экстракта.

### Технологическая карта кулинарного блюда №14

**Наименование изделия: Кофейный напиток с молоком Номер рецептуры: 692**

**Наименованиесборникарецептур:**Сборникрецептурблюдикулинарныхизделийдля

предприятий общественногопитания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** |
| Кофейный напиток (злаковый, суррогатный), в т.ч.из цикория | 8 | 8 |
| Молоко | 50 | 50 |
| Вода | 172 | 172 |
| Сахар | 20 | 20 |
| Выход |  | **200 г** |

### Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Выхо д г.** | **Пищевые вещества** | **Минер.вещества,****мг** | **Витамины, мг** |
| **Белк и г** | **Жиры, г** | **Угле****-****воды****, г** | **Энерг. ценность****, ккал** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 200 г. | 2,24 | 2,10 | 25,03 | 118,80 | 69,20 | 6,00 | 0,35 | 168,00 | 0,02 | 0,45 | 0,08 | 0,05 |

**Технология приготовления**

Порошок кофейного напитка заливают кипятком (учитывая добавление молока), и доводят до кипения. После отстаивания (3-5) минут напиток сливают в другую посуду, кладут сахар, добавляют горячее молоко и вновь доводят до кипения.

### Требования к качеству

*Внешний вид*: кофейный напиток налит в стакан или чашку.

*Консистенция:* жидкая.

*Цвет:* светло коричневый.

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

*Запах:* аромат кофейного напитка и кипяченого молока.

### Технологическая карта кулинарного блюда № 15

Наименование кулинарногоизделия(блюда): **Компот из смеси сухофруктов**

Номер рецептуры: 639

Наименованиесборникарецептур:Сборникрецептурблюдикулинарныхизделийдля

предприятий общественногопитания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** |
| **1 порция** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** |
| Смесь сухофруктов | 20 | 50\* |
| Вода | 192 | 192 |
| Сахар | 20 | 20 |
| ВЫХОД: | **200** |

\*Масса вареных сухофруктов

### Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Вы хо д г.** | **Пищевые вещества** | **Минер.вещества, мг** | **Витамины, мг** |
| **Белк и г** | **Жиры, г** | **Угле- воды, г** | **Энерг. ценность****, ккал** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 200 |  |  |  |  | 28, |  |  | 52, | 0, |  |  |  |
| г. | 10,00 | 0,06 | 35,2 | 110 | 7 | 19,6 | 0,96 | 6 | 12 | 9,35 | 0,12 | 1,68 |

#### Технология приготовления:

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

Компот варят заранее, чтобы он настоялся.

#### Требования к качеству:

*Внешний вид:* плоды иди ягоды не переваренные, уложенные в стакан 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 № 16

Наименование кулинарногоизделия(блюда): **Какао смолоком**

Номер рецептуры: 693

Наименованиесборникарецептур:Сборникрецептурблюдикулинарныхизделийдля

предприятий общественногопитания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

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

### Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Выход****, г** | **Пищевые вещества** | **Минер.вещества, мг** | **Витамины, мг** |
| **Белк и г** | **Жир ы,г** | **Угле- воды, г** | **Энерг. ценност ь, ккал** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 200 г. | 4,62 | 4,02 | 43,8 | 177,56 | 158,70 | 15,2 | 0,67 | 126,20 | 0,05 | 2,06 | 0,01 | 0,17 |

#### 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.

#### 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 № 17

**Наименование изделия: Сок фруктовый Номер рецептуры399**

**Наименование сборника рецептур:** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна.

– М.: ДеЛипринт, 2011. – 584 с.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование продуктов и полуфабрикатов** |  |
| **Масса, г** |
| **брутто** | **нетто** |
| Сокфруктовый | 200 | 200 |
| *Выход* | - | ***200*** |

Химический состав данного блюда на 200 г. ( яблочный)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Выход****, г.** | **Пищевые вещества** | **Минер.вещества, мг** | **Витамины, мг** |
| **Белк и г** | **Жиры, г** | **Угле- воды****, г** | **Энерг. ценност****ь, ккал** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 92,00 | 14,00 | 18,00 | 0,8 | 17,00 | 0,02 | 4,00 | 0,00 | 0,20 |

### Технология приготовления

Сок, выпускаемый промышленностью, разливают в стаканы порциями по 200 мл непосредственно перед отпуском.

**Требования к качеству *Внешний вид:*** сок налит в стакан ***Консистенция:*** жидкая

***Цвет:*** соответствует соку ***Вкус:*** соответствует соку ***Запах:*** соответствует соку

### Технологическая карта кулинарного блюда № 18

**Наименование изделия: Напиток апельсиновый Номер рецептуры699**

**Наименованиесборникарецептур:**Сборникрецептурблюдикулинарныхизделийдля

предприятийобщественногопитанияприобщеобразовательныхшколах/подред.В.Т.

Лапшиной – М.: Хлебпродинформ, 2004. – 483 с.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование продуктов и полуфабрикатов** |  |
| **Масса, г** |
| **брутто** | **нетто** |
| Апельсины | 22 | 20 |
| Сахар | 24 | 24 |
| Вода | 200 | 200 |
| *Выход* | - | ***200*** |

Химический состав данного блюда на 200 г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Выхо д г.** | **Пищевые вещества** | **Минер.вещества, мг** | **Витамины, мг** |
| **Белк и г** | **Жиры, г** | **Угле****-****воды****, г** | **Энерг. ценность****, ккал** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 200 | 0,14 | 0,04 | 42,3 | 97,58 | 5,71 | 1,02 | 0,05 | 10,50 | 0,00 | 3,69 | 0,00 | 0,02 |

### Технология приготовления

Цедру, снятую с апельсина, мелко нарезают, заливают горячей водой, кипятят в течение 5 минут, а затем оставляют на 3 -4 часа для настаивания. После процеживания в отвар добавляют сахар, доводят до кипения, вливают отжатый апельсиновый сок иохлаждают.

### Требования ккачеству

**Внешний вид:** *напиток налит в стакан*

**Консистенция:** *жидкая*

**Цвет:** *желтый*

**Вкус:** *кисло-сладкий, с привкусом цитрусовых*

**Запах:** *лимона или апельсина*

# Салаты

### Технологическая карта кулинарного блюда №19

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Салат из свежей капусты с яблоком**

Номер рецептуры: № **42**

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для

предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** |
| **1 порция** | **1 порция** |
| **брутто,****гр.** | **нетто, гр.** | **брутто, гр.** | **нетто, гр.** |
| Капуста свежая | 80 | 55 | 117 | 91 |
| Лук репчатый | 11 | 8 | 16 | 13 |
| Яблоко | 15 | 9 | 21 | 15 |
| Сахар | 2 | 2 | 3 | 3 |
| Масло растительное | 4 | 4 | 5 | 5 |
| 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** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 60 | 1 | 3,1 | 9,6 | 54 | 10,2 | 10,2 | 0,25 | 65,2 | 0,00 | 16,2 | 0,01 | 0,34 |
| 100 | 1,67 | 5,17 | 10,7 | 86,4 | 12,5 | 11,5 | 0,37 | 102,3 | 0,00 | 18,8 | 0,02 | 0,43 |

**Технология приготовления:**

Подготовленную капусту шинкуют, посыпают солью (1,5 гр на 100 гр) и перетирают до выделения сока и мягкой консистенции. Яблоки без кожицы (с удаленным семенным гнездом) лук нарезают соломкой. Капусту, яблоки, лук соединяют, добавляют сахар, масло растительное, перемешивают и оставляют на 30 минут. После этого салат укладывают горкой и отпускают.

### Требования к качеству:

Внешний вид — эстетично оформленный, повышающий аппетит. Цвет — цвет соответствует рецептурным компонентам.

Вкус и запах — приятный аромат свежеприготовленного салата из свежей капусты с яблоками, вкус характерный для рецептурного компонента, без посторонних привкусов изапахов.

### Технологическая карта кулинарного блюда № 20 Наименование изделия: Салат из тертой моркови с яблоком

**Номер рецептуры: 49**

**Наименования сборника рецептур:**Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для

предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** |
| **1 порция** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Брутто, г** | **Нетто, г** |
| Морковь | 74 | 52 | 108 | 86 |
| Сахар | 3 | 3 | 5 | 5 |
| Яблоко | 15 | 12 | 23 | 20 |
| Масло растительное | 3 | 3 | 5 | 5 |
| ВЫХОД: | **60** | **100** |

### Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Выхо д г.** | **Пищевые вещества** | **Минер.вещества, мг** | **Витамины, мг** |
| **Белк и г** | **Жиры, г** | **Угле- воды****, г** | **Энерг. ценность****, ккал** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 60 | 0,57 | 4,3 | 15,2 | 65,4 | 22,4 | 23,61 | 0,66 | 38,5 | 0,03 | 7,2 | 0,02 | 0,52 |
| 100 | 0,71 | 7,17 | 17,8 | 76,5 | 37,34 | 26,78 | 1,1 | 41,6 | 0,13 | 9,6 | 0,05 | 0,71 |

**Технология приготовления:**

Сырую очищенную морковь нарезают соломкой. Яблоки с удаленным семенным гнездом нарезают тонкими ломтиками. Морковь соединяют с яблоками, добавляют сахар, выкладывают горкой и поливают растительным маслом.

### Требования к качеству блюда:

Внешний вид: морковь и яблоко нарезана соломкой, салат уложен горкой. Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: оранжевый.

Вкус: свойственный моркови с сахаром.

Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам.

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 21

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Винегрет овощной**

Номер рецептуры: 71

Наименованиесборникарецептур:Сборникрецептурблюдикулинарныхизделийдля

предприятий общественногопитания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** |
| **1 порция** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Брутто, г** | **Нетто, г** |
| Картофель | 25 | 18 | 36 | 281 |
| Свекла | 18 | 15 | 25 | 22 |
| Морковь | 10 | 7 | 15 | 12 |
| Огурцы соленые2 | 14 | 9 | 19 | 15 |
| Лук репчатый | 14 | 9 | 19 | 15 |
| Масло растительное | 6 | 6 | 10 | 10 |
| 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** | **ценность,** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
|  | **С луком репчатым** |
| 60 | 1,2 | 10,68 | 12,6 | 68,76 | 25,6 | 11,9 | 0,21 | 123,2 | 0,01 | 8,83 | 0,03 | 0,05 |
| 100 | 1,65 | 12,54 | 15,1 | 114,61 | 28,3 | 15,2 | 0,52 | 135,2 | 0,03 | 9,64 | 0,05 | 0,08 |

#### Технология приготовления:

Отварные очищенные картофель, свеклу, морковь, очищенные соленые огурцы нарезают мелкими ломтиками. Репчатый лук нарезают полукольцами. 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.

#### 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) № 22

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Салат витаминный**

Номер рецептуры: № 40

Наименованиесборникарецептур:Сборникрецептурблюдикулинарныхизделийдля

предприятий общественногопитания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** |
| **1 порция** |  |
| **брутто, гр.** | **нетто, гр.** | **брутто, кг.** | **Нетто, кг.** |
| Капуста белокочанная свежая | 32 | 27 | 52 | 45 |
| Морковь | 18 | 13 | 27 | 22 |
| Горошек зеленыйконсервированный | 26 | 15 | 36 | 25 |
| Сахар | 3 | 3 | 5 | 5 |
| Масло растительное | 4 | 4 | 6 | 6 |
| Выход | **60** | **100** |

### Химический состав, витамины и микроэлементы

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Выход, г** | **Пищевые вещества** | **Минер.вещества, мг** | **Витамины, мг** |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угле- воды, г** | **Энерг. ценност ь, ккал** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 60 | 0,9 | 2,7 | 26,3 | 52,9 | 20,71 | 9,6 | 0,54 | 102 | 0,01 | 3,78 | 0,23 | 2,78 |
| 100 | 1,50 | 4,50 | 27,8 | 88,3 | 34,20 | 18,00 | 0,86 | 136,00 | 0,03 | 6,3 | 0,50 | 4,5 |

**Технологический процесс**

Сырую капусту, морковь нарезают, добавляют зеленый горошек, заправляют сахаром и растительным маслом.

Изготовление салата и его заправка осуществляется непосредственно перед раздачей.

### Требования к качеству:

Внешний вид — эстетично оформленный, повышающий аппетит. Цвет — цвет соответствует рецептурным компонентам.

Вкус изапах— приятный аромат свежеприготовленногосалатавитаминного, вкус характерный для рецептурного компонента, без посторонних привкусов изапахов

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 23

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Салат из белокочанной капусты.**

Номер рецептуры: 43

Наименованиесборникарецептур:Сборникрецептурблюдикулинарныхизделийдля

предприятий общественногопитания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** |
| **1 порция** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Брутто, г** | **Нетто, г** |
| Капуста белокочаннаясвежая | 67 | 52 | 106 | 86 |
| Морковь | 9 | 7 | 15 | 12 |
| Сахар | 3 | 3 | 5 | 5 |
| Масло растительное | 3 | 3 | 5 | 5 |
| ВЫХОД: | **60** | **100** |

### Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Выход, г** | **Пищевые вещества** | **Минер.вещества, мг** | **Витамины, мг** |
| **Белки,****г** | **Жиры,****г** | **Угле-****воды, г** | **ценность,** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 60 | 1,2 | 2,7 | 5,50 | 51 | 54,3 | 7,4 | 0,16 | 86 | 0,01 | 3,25 | 0,00 | 1,00 |
| 100 | 2,00 | 4,50 | 9,17 | 85,00 | 57,2 | 6,90 | 0,41 | 144,00 | 0,01 | 4.35 | 0,00 | 1,2 |

#### Технология приготовления:

Капусту шинкуют тонкой соломкой, добавляют соль (1,5 г на 100 г), нагревают при непрерывном помешивании. Не следует перегревать капусту, так как она будет слишком мягкой. Прогретую капусту охлаждают, смешивают с морковью, нарезанной соломкой

добавляют сахар и масло.

#### 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) № 24

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Салат из отварной свеклы**

Номер рецептуры: 51

Наименованиесборникарецептур:Сборникрецептурблюдикулинарныхизделийдля

предприятий общественногопитания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** |
| **1 порция** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Брутто, г** | **Нетто, г** |
| Свекла | 75 | 59 | 118 | 981 |
| Масло растительное | 4 | 4 | 6 | 6 |
| ВЫХОД: | **60** | **100** |

1 Масса отварной очищеннойсвеклы

### Химический состав данногоблюда

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Выход, г** | **Пищевые вещества** | **Минер.вещества, мг** | **Витамины, мг** |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угле- воды, г** | **Энерг.****ценност ь, ккал** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 60 | 0,85 | 3,65 | 8,36 | 56,34 | 21,09 | 18,6 | 0,5 | 65,2 | 0,05 | 5,7 | 0,01 | 0,23 |
| 100 | 1,42 | 6,09 | 10,2 | 93,9 | 35,15 | 33,9 | 0,6 | 78 | 0,07 | 9,5 | 0,02 | 0,41 |

#### Технология приготовления:

Вареную свеклу нарезают соломкой, добавляют соль и заправляют растительным маслом. Салат укладывают горкой.

#### 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

# Супы,борщи

### Технологическая карта кулинарного блюда № 25 Наименование изделия: Суп из рыбной консервы

**Номер рецептуры:**№ 142

**Наименования сборника рецептур:**Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для

предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и****полуфабрикатов** | **Расход сырья и****полуфабрикатов** |  |
| **1 порция** |  |  |
| **Брутто, г** | **Нетто,г** | **Брутто, г** | **Нетто,г** |  |
| Консервы рыбные | 20 | 20 | 25 | 25 |  |
| Картофель | 120 | 80 | 133 | 100 |  |
| Крупа рис | 7 | 7 | 9 | 9 |  |
| Масло сливочное | 2 | 2 | 3 | 3 |  |
| Лук репка | 10 | 8 | 12 | 10 |  |
| Морковь | 11 | 8 | 13 | 10 |  |
| Бульон или вода | 144 | 144 | 180 | 180 |  |
| **Выход** | **200г** | **250 г** |

### Химический состав данного блюда

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Пищевые вещества** | **Минер.вещества, мг** | **Витамины, мг** |
| **Выход г.** | **Белки г** | **Жиры,г** | **Угле-****воды, г** | **Энерг.****ценность, ккал** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 200 | 6,88 | 9,23 | 14,32 | 192,29 | 47,6 | 22,6 | 1,02 | 186 | 0,08 | 7,28 | 0,06 | 1,86 |
| 250 | 8,60 | 11,36 | 19,6 | 223,8 | 51,3 | 26,8 | 1,34 | 195 | 0,10 | 9,10 | 0,09 | 2,4 |

**Технология приготовления:**

Картофель нарезают кубиками, промывают. Лук слегка пассируют, затем тушат до мягкого состояния. В кипящую воду закладывают крупу, варят 15 минут, вводят картофель и пассированные овощи и варят ещё 10 – 15 минут, затем в кипящий бульон добавляют подготовленные консервы рыбные, солят и продолжают варить 5 – 7 минут.

### Требования к качеству блюда:

Консистенция крупы и картофеля мягкая. Цвет: светло-оранжевый.

Вкус и запах: свойственные рыбным консервам.

### Технологическая карта кулинарного блюда № 26

**Наименование изделия: Суп крестьянский с крупой Номер рецептуры:**№ 138

**Наименования сборника рецептур:**Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для

предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** |
| **1 порция** |
| **Брутто, г** | **Нетто,г** | **Брутто,г** | **Нетто,г** |
| Картофель | 85 | 60 | 100 | 75 |
| Морковь | 11 | 8 | 13 | 10 |
| Крупа пшено | 8 | 8 | 10 | 10 |
| Лук репка | 10 | 8 | 12 | 10 |
| Масло растительное | 2 | 2 | 3 | 3 |
| Бульон костный | 144 | 144 | 180 | 180 |
| **Выход** | **200г 250 г** |

### Химический состав данного блюда:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Пищевые вещества** | **Минер.вещества, мг** | **Витамины, мг** |
| **Выход** | **Белки г** | **Жиры,г** | **Угле- воды, г** | **Энерг. ценность, ккал** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 200 | 8,00 | 7,38 | 6,32 | 147,86 | 42 | 18,6 | 1,90 | 72,4 | 0,07 | 7,73 | 0,00 | 0,10 |
| 250 | 10,00 | 8,63 | 7,90 | 167,3 | 64,3 | 19,2 | 2,37 | 75,6 | 0,09 | 9,67 | 0,00 | 0,13 |

**Технология приготовления:**

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

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, затем кладут картофель, нарезанный кубиками. За 10 минут до окончания варки добавляют припущенные морковь, лук, и варят суп до готовности. В конце варки заправляют сметаной и зеленью, доводят до кипения.

### Требования к качеству блюда:

Внешний вид: в жидкой части супа - картофель и овощи, нарезанные кубиками, крупа - хорошо разварившаяся, но не потерявшая форму

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

Цвет: супа - золотистый, жира на поверхности - светло-оранжевый Вкус: картофеля и припущенных овощей, умеренно соленый

Запах: продуктов, входящих в суп

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №27

Наименование кулинарногоизделия(блюда): **Суп картофельный с макаронными изделиями на костномбульоне**

Номер рецептуры: 140

Наименованиесборникарецептур:Сборникрецептурблюдикулинарныхизделийдля

предприятий общественногопитания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** |
| **1 порция** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Брутто, г** | **Нетто, г** |
| Картофель молодой | 80 | 60 | 100 | 75 |
| Макаронные изделия | 8 | 8 | 10 | 10 |
| Морковь | 11 | 8 | 13 | 10 |
| Лук репчатый | 10 | 8 | 12 | 10 |
| Масло сливочное | 2 | 2 | 3 | 3 |
| Бульон костный | 152 | 152 | 190 | 190 |
| ВЫХОД: | **200** | **250** |

### Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Выход, г** | **Пищевые вещества** | **Минер.вещества, мг** | **Витамины, мг** |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углевод ы, г** | **Энерг. ценность****, ккал** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 200 | 6,61 | 3,56 | 12,46 | 128,04 | 52,3 | 21,60 | 2,13 | 97,00 | 0,09 | 1,13 | 0,05 | 1,81 |
| 250 | 7,13 | 4,45 | 15,50 | 160,05 | 56,4 | 27,00 | 2,76 | 102,60 | 0,12 | 1,46 | 0,07 | 2,27 |

#### Технология приготовления:

Овощи нарезают в соответствии с видом используемых макаронных изделий: картофель брусочками или кубиками, морковь брусочками, соломкой или кубиками, лук шинкуют или мелко рубят. Морковь и лук пассеруют.

В кипящий бульон или воду кладут подготовленные макароны, доводят до кипения и варят 10-15 минут, затем добавляют картофель, пассированные морковь, лук и варят до готовности. Лапшу кладут в суп одновременно с картофелем, а вермишель или фигурные изделия добавляют за 10-15 минут до готовности супа. Добавляютсоль.

#### Требования к качеству:

*Внешний вид:* в жидкой части супа 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

*Вкус:* умеренно соленый, свойственный картофелю и овощам

*Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №28

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Суп картофельный с бобовыми на костном бульоне**

Номер рецептуры: 139

Наименованиесборникарецептур:Сборникрецептурблюдикулинарныхизделийдля

предприятий общественногопитания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** |
| **1 порция** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Брутто, г** | **Нетто, г** |
| Картофель молодой | 54 | 40 | 67 | 50 |
| Горох | 16 | 16 | 20 | 20 |
| Морковь | 11 | 8 | 13 | 10 |
| Лук репчатый | 10 | 8 | 12 | 10 |
| Масло растительное | 4 | 4 | 5 | 5 |
| Бульон костный | 144 | 144 | 180 | 180 |
| ВЫХОД: | **200** | **250** |

### Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Вы- ход, г** | **Пищевые вещества** | **Минер.вещества, мг** | **Витамины, мг** |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углевод ы, г** | **Энерг. ценность, ккал** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 200 | 9,38 | 5,87 | 12,3 | 173,48 | 75,6 | 32,74 | 1,29 | 102,3 | 0,14 | 5,78 | 0,02 | 2,45 |
| 250 | 11,7 | 7,32 | 17,8 | 216,86 | 79,8 | 40,92 | 1,97 | 152,2 | 0,17 | 7,23 | 0,03 | 3,06 |

рубят.

#### Технология приготовления:

Картофель нарезают крупными кубиками, морковь – мелкими кубиками, лукмелко

Подготовленный горох кладут в бульон, доводят до кипения, добавляюткартофель,

пассерованные морковь и лук и варят до готовности.

#### Требования к качеству:

*Внешний вид:* в жидкой части супа распределены картофель и овощи, горох в виде разваренных зерен

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

*Цвет:*светло-желтый

*Вкус:* умеренно соленый, свойственный гороху

*Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №29

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Борщ с капустой и картофелем на костном бульоне**

Номер рецептуры: 110

Наименованиесборникарецептур:Сборникрецептурблюдикулинарныхизделийдля

предприятий общественногопитания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** |
| **1 порция** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Брутто, г** | **Нетто, г** |
| Свекла | 40 | 32 | 50 | 40 |
| Капуста свежая | 21 | 16 | 25 | 20 |
| Картофель | 22 | 16 | 27 | 20 |
| Морковь | 11 | 8 | 13 | 10 |
| Лук репчатый | 10 | 8 | 12 | 10 |
| Томатная паста | 6 | 6 | 8 | 8 |
| Масло растительное | 6 | 6 | 6 | 6 |
| Бульон костный | 160 | 160 | 200 | 200 |
| Сахар | 2 | 2 | 3 | 3 |
| ВЫХОД: | **200** | **250** |

### Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Вы- ход, г** | **Пищевые вещества** | **Минер.вещества, мг** | **Витамины, мг** |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угле-****воды,****Энгерг.** | **цен- ность, ккал** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 200 | 7,44 | 5,82 | 9,54 | 124,84 | 43,07 | 31,07 | 1,19 | 103,5 | 0,07 | 9,11 | 0,11 | 1,9 |
| 250 | 9,30 | 7,27 | 11,92 | 132,4 | 52,6 | 38,84 | 1,34 | 115,8 | 0,12 | 11,3 | 0,14 | 2,37 |

#### Технология приготовления:

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

#### 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) № 30

Наименование кулинарного изделия: **Рассольник «Ленинградский» на костном бульоне**

Номер рецептуры: 132

Наименованиесборникарецептур:Сборникрецептурблюдикулинарныхизделийдля

предприятий общественногопитания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование продуктов, полуфабрикатов** | **Масса** |
| **брутто,****г** | **нетто, г** | **брутто,****г** | **нетто,****г** |
| Картофель | 80 | 60 | 100 | 75 |
| Крупа (перловая) | 4 | 4 | 5 | 5 |
| Морковь | 11 | 8 | 13 | 10 |
| Лук репчатый | 5 | 4 | 6 | 5 |
| Огурцы соленые | 15 | 12 | 17 | 15 |
| Масло растительное | 4 | 4 | 5 | 5 |
| Бульон костный | 152 | 152 | 190 | 190 |
| *Выход* | **200** | **250** |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Вы- ход, г** | **Пищевые вещества** | **Минер.вещества, мг** | **Витамины, мг** |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Угле- воды, г** | **Энерг. цен- ность, ккал** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 200 | 12,6 | 25,6 | 11,9 | 125,5 | 23,7 | 20,72 | 0,86 | 89,5 | 0,08 | 6,25 | 0,01 | 0,12 |
| 250 | 15,3 | 28.9 | 14,87 | 156,8 | 29,7 | 25,9 | 1,32 | 161,4 | 0,1 | 7,82 | 0,02 | 0,12 |

**Технология приготовления**

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, закладывают картофель, нарезанный брусочками, а через 5-10 мин вводят пассированные 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.

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

*Цвет:* желтый, овощей-натуральный.

*Вкус:* умеренно соленый, с умереннойкислотностью.

*Запах:* огуречного рассола; приятный -овощной.

### Технологическая карта кулинарного блюда №31

**Наименование изделия: Бульон мясокостный Номер рецептуры: 106**

**Наименования сборника рецептур:**Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для

предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

### Выход 200 г

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование продукта** | **Масса, г** | **Химический состав, г** | **Ккал** |
| **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **Углеводы** |
| Кости пищевые | 50 | 50 |  |  |  |  |
| Лук репчатый | 2 | 1 |
| Морковь | 2 | 1 |
| Вода | 250 | 250 |
| **Всего** | **250** | **250** | **35,76** | **24,40** | **-** | **362,64** |

**Технология приготовления:**

Подготовленные кости заливают холодной водой и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир.

Продолжительность варки бульона из говяжий костей 3,5-4 часов. За 2 – 2.5 часа до готовности костного бульона в него кладут говядину. При этом бульон получается более прозрачным и более насыщенным. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. За 30-40 минут до окончания варки в бульон добавляют подпеченные лук репчатый и морковь, соль.

Морковь и лук нарезают на половинки, кладут нарезанной стороной на чистые, сухие чугунные сковородки и подпекают без жира до образования светло- коричневой корочки, не допуская подгорания. Готовый бульон процеживают.

**Требования к качеству:**

Бульон прозрачный, без наличия жира, с выраженным запахом мяса, ароматный овощной, слабосоленый.

**Для бульонов из птицы используют кости**. Кости рубят на мелкие части, тушки птицы заливают холодной водой, доводят до кипения, а затем варят до готовности при слабом кипении 1-2 ч. В процессе варки снимают пену и жир. За 30-40 минут до готовности бульона в него добавляют, подпеченные морковь и репчатый лук. Готовый бульон процеживают.

**Требования к качеству:**

Бульон прозрачный, без наличия жира, с выраженным запахом мяса, ароматный овощной, слабосоленый.

# Мясные, блюда

### Технологическая карта кулинарного блюда № 32 Наименование изделия: Жаркое по-домашнему

**Номер рецептуры: 436**

**Наименования сборника рецептур:**Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для

предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** |
| **1 порция** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Брутто, г** | **Нетто, г** |
| Мясо птицы | 120 | 95 | 154 | 120 |
| Картофель | 87 | 60 | 107 | 80 |
| Лук репка | 10 | 8 | 12 | 10 |
| Морковь | 10 | 7 | 11 | 9 |
| Масло сливочное | 3 | 3 | 4 | 4 |
| ВЫХОД: | **80/150** | **100/200** |

### Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Выход****, г.** | **Пищевые вещества** | **Минер.вещества,****мг** | **Витамины, мг** |
| **Белк и г** | **Жиры, г** | **Угле****-****воды****, г** | **Энерг. ценност ь, ккал** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 80/150 | 7,33 | 12,3 | 14,91 | 284,6 | 13,12 | 17,4 | 1,64 | 223 | 0,08 | 5,38 | 0,18 | 0,64 |
| 100/200 | 9,78 | 14,1 | 19,88 | 326,2 | 17,5 | 35,2 | 2,19 | 278 | 0,11 | 7,17 | 0,22 | 0,8 |

**Технология приготовления:**

Мясо кур нарезают по 2-4 куска на порцию ломтиками, массой по 30 – 40 г. Картофель и лук нарезают дольками, затем мясо и овощи обжаривают по отдельности.

Обжаренное мясо и овощи кладут в посуду слоями, чтобы снизу и поверх мяса лежали овощи. Добавляют томатную пасту, соль, перец, бульон (продукты должны быть только покрыты жидкостью). Закрывают крышкой и тушат до готовности. За 5 – 10 минут до окончания тушения кладут лавровый лист.

Отпускают вместе с бульоном и гарниром.

### Требования к качеству блюда:

Внешний вид: кусочки мяса одинаково нарезаны, овощи сохранили форму нарезки. Консистенция: мяса – сочная, мягкая; овощей – мягкая.

Цвет: мяса – серый, свойственный овощам и соусу. Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо. Запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо.

### Технологическая карта кулинарного блюда № 33

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Рагу из птицы**

Номер рецептуры:489

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для

предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** |
| **1 порция** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Брутто, г** | **Нетто, г** |
| Куры | 120 | 95 | 154 | 120 |
| Картофель | 64 | 40 | 77 | 54 |
| Морковь | 10 | 7 | 12 | 9 |
| Лук репчатый | 11 | 8 | 13 | 10 |
| Капуста | 16 | 11 | 20 | 15 |
| Томатная паста | 4 | 4 | 6 | 6 |
| Масло растительное | 3 | 3 | 4 | 4 |
| Мука пшеничная | 1 | 1 | 2 | 2 |
| ВЫХОД: | **80/150** | **100/200** |

### Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Выхо д г.** | **Пищевые вещества** | **Минер.вещества, мг** | **Витамины, мг** |
| **Белк и г** | **Жиры, г** | **Угле****-****воды****, г** | **Энерг. ценность****, ккал** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 80/150 | 6,81 | 12,36 | 17,1 | 272,01 | 24,44 | 20,5 | 1,21 | 283,1 | 0,09 | 9,69 | 0,04 | 0,38 |
| 100/200 | 9,08 | 14,56 | 20,3 | 296,5 | 32,59 | 22,03 | 1,68 | 301,5 | 0,1 | 12,35 | 0,07 | 0,51 |

**Технология приготовления:**

Подготовленные тушки птицы нарубленные одним куском обжаривают до образования поджаристой корочки. Затем подготовленные продукты заливают горячим бульоном или водой в количестве 20-30% от массы набора продуктов, добавляют пассерованную томатную пасту и тушат 30-40 минут. В бульон, добавляют обжаренные нарезанные кубиками картофель, морковь, лук и тушат 15 - 20 минут.

Отпускают рагу вместе с бульоном и гарниром.

### Требования к качеству:

Цвет мяса светло-коричневый. Овощи должны быть мягкими, но не разварившимися, форма нарезки сохранена. Не допускается подгоревшее мясо и кислый вкус соуса. Вкус и аромат, свойственный входящим в рецептуру продуктам.

### Технологическая карта кулинарного блюда № 34

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Гуляш из мяса говядины**

Номер рецептуры: 437

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для

предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** |
| **1 порция** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Брутто, г** | **Нетто, г** |
| Говядина | 89 | 64 | 108 | 80 |
| Масло растительное | 3 | 3 | 4 | 4 |
| Лук репчатый | 10 | 8 | 12 | 10 |
| Томатная паста | 6 | 6 | 8 | 8 |
| Мука пшеничная | 2 | 2 | 3 | 3 |
| ВЫХОД: | **80** | **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** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 80 | 6,03 | 12,54 | 4,62 | 125 | 7,82 | 37,8 | 1,93 | 179 | 0,05 | 0,42 | 0,05 | 0,00 |
| 100 | 7,54 | 13,87 | 6,24 | 156,9 | 9,78 | 43,5 | 2,08 | 280 | 0,09 | 0,72 | 0,07 | 0,00 |

### Технология приготовления:

Нарезанное кубиками по 20-30 г обжаренное мясо заливают бульоном или водой и тушат с добавлением пассированного томатного пюре в закрытой посуде около часа.

На бульоне, оставшемся после тушения, готовят соус, добавляя в него пассированный лук, соль, заливают им мясо и тушат еще 25-30 мин. За 5-10 мин до готовности кладут лавровыйлист.

Гарниры — каши рассыпчатые, рис отварной, макаронные изделия отварные, пюре картофельное, овощи отварные с жиром, овощи, припущенные с жиром, капуста тушеная, свекла тушеная.

### Требования к качеству:

Цвет мяса от светло-коричневого до коричневого. Овощи должны быть мягкими, но не разварившимися, форма нарезки сохранена. Не допускается подгоревшее мясо и кислый вкус соуса. Вкус и аромат, свойственный входящим в рецептурупродуктам.

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 35

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Сосиски (сардельки, колбасы) отварные**

Номер рецептуры: № 413

Наименованиесборникарецептур:Сборникрецептурблюдикулинарныхизделийдля

предприятий общественногопитания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** |
| **1 порция** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **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** | **Углевод ы, г** | **Энерг. ценность****, ккал** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **В1** | **Р** | **С** | **А** | **Е** |
| 80 | 5,23 | 6,48 | 11,5 | 139,21 | 12,44 | 10,00 | 0,93 | 0,07 | 143,00 | 0,99 | 0,00 | 0,00 |
| 100 | 6,54 | 8,11 | 12,4 | 174,02 | 15,55 | 10,00 | 1,41 | 0,09 | 159,00 | 1,24 | 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 .

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) № 36

Наименование кулинарногоизделия(блюда): **Тефтели мясные**

Номер рецептуры: 462

Наименованиесборникарецептур::Сборникрецептурблюдикулинарныхизделийдля

предприятий общественногопитания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** |
| **1 порция** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Брутто, г** | **Нетто, г** |
| Говядина | 57 | 42 | 65 | 50 |
| Лук репчатый | 24 | 20 | 29 | 25 |
| Рис | 5 | 5 | 6 | 6 |
| Мука пшеничная | 3 | 3 | 4 | 4 |
| Масло растительное | 2 | 2 | 3 | 3 |
| Томатная паста | 4 | 4 | 5 | 5 |
| Вода | 12 | 12 | 15 | 15 |
| ВЫХОД: | **80** | **100** |

### Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Выход, г** | **Пищевые вещества** | **Минер.вещества, мг** | **Витамины, мг** |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углевод ы, г** | **Энерг. ценность****, ккал** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 80 г. | 8,8 | 13,06 | 9,66 | 191,33 | 12,6 | 15,03 | 0,41 | 189 | 0,02 | 0,36 | 0,09 | 1,53 |
| 100 г. | 10,42 | 15,23 | 12,08 | 201,6 | 13,4 | 17,02 | 0,62 | 225 | 0,07 | 0,45 | 0,1 | 1,78 |

#### Технология приготовления:

В мясной фарш без хлеба добавляют соль, мелко нарезанный пассерованный лук, рассыпчатый рис, перемешивают и разделяют тефтели в виде шариков по 2-3 шт. на порцию. Тефтели панируют в муке, обжаривают, перекладывают в неглубокую посуду в 1-2 ряда, запекают 6-8 минут до полуготовности, добавляют томатную пасту, воду (10-20 г. на порцию) и тушат 8-10минут.

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) №37

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Плов из птицы**

Номер рецептуры: 492

Наименованиесборникарецептур:Сборникрецептурблюдикулинарныхизделийдля

предприятий общественногопитания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** |
| **1 порция** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Брутто, г** | **Нетто, г** |
| Курица | 107 | 73 | 119 | 85 |
| Масло растительное | 8 | 8 | 10 | 10 |
| Морковь | 10 | 8 | 13 | 10 |
| Лук репчатый | 9 | 8 | 12 | 10 |
| Томатная паста | 5 | 5 | 6 | 6 |
| Крупа рисовая | 35 | 35 | 48 | 48 |
| ВЫХОД: | **150** | **200** |

### Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Выход, г** | **Пищевые вещества** | **Минер.вещества, мг** | **Витамины, мг** |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углевод ы, г** | **Энерг. ценность****, ккал** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 150 | 14,5 | 13,86 | 25,09 | 285 | 71,2 | 43,2 | 1,24 | 64,7 | 0,18 | 0,28 | 0,08 | 1,69 |
| 200 | 17,8 | 18,48 | 33,46 | 380 | 80,9 | 56,8 | 1,82 | 69,3 | 0,2 | 0,52 | 0,1 | 2,34 |

#### Технология приготовления:

Птицу рубят на куски, обжаривают с двух сторон до образования корочки, посыпают солью, кладут в посуду, добавляют пассированные, мелко нарезанные морковь и лук, томатную пасу, 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 жарочныйшкаф.

#### 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) № 38

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Рыба тушеная в томатном соусе с**

### овощами

Номер рецептуры: 374

Наименованиесборникарецептур:Сборникрецептурблюдикулинарныхизделийдля

предприятий общественногопитания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** |
| **1 порция** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Брутто, г** | **Нетто, г** |
| Рыба свежемороженая(минтай, треска, пикша) | 58 | 48 | 67 | 61 |
| Морковь | 20 | 14 | 23 | 18 |
| Лук репчатый | 8 | 6 | 10 | 8 |
| Томатная паста | 8 | 8 | 10 | 10 |
| Масло растительное | 4 | 4 | 5 | 5 |
| Сахар | 1 | 1 | 2 | 2 |
| Вода | 15 | 15 | 19 | 19 |
| Лавровый лист | 0,012 | 0,012 | 0,015 | 0,015 |
| ВЫХОД: | **80** | **100** |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Выход, г** | **Пищевые вещества** | **Минер.вещества, мг** | **Витамины, мг** |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углевод ы, г** | **Энерг. ценность****, ккал** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | Е |
| 80 | 11,48 | 4,02 | 4,63 | 103,35 | 64,5 | 33,6 | 0,68 | 210 | 0,12 | 3,24 | 0,21 | 2,76 |
| 100 | 14,35 | 5,03 | 6,02 | 146,2 | 76,2 | 35,4 | 0,85 | 263 | 0,15 | 4,05 | 0,28 | 3,86 |

#### Технология приготовления:

Порционные куски рыбы укладывают в посуду, в два слоя, чередуя со слоями нашинкованных овощей, заливают водой, добавляют масло растительное, томатную пасту, сахар, соль, посуду закрывают крышкой и тушат до готовности (45-60 минут), за 5- 7 минут до окончания тушения добавляют лавровый лист.

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

#### 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

1. Гарниры, каширассыпчатые

**Технологическая карта кулинарного блюда № 39** Наименование кулинарногоизделия(блюда): **Рис отварной Номеррецептуры: №511**

**Наименованиесборникарецептур:**Сборникрецептурблюдикулинарныхизделийдля

предприятий общественногопитания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** |
| **1 порция** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Брутто, г** | **Нетто, г** |
| Рис | 53 | 53 | 71 | 71 |
| Масло сливочное | 8 | 8 | 10 | 10 |
| Вода | 112 | 112 | 150 | 150 |
| ВЫХОД: | **150** | **200** |

### Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Выхо д г.** | **Пищевые вещества** | **Минер.веществ****а, мг** |  | **Витамины, мг** |
| **Белк и г** | **Жиры, г** | **Угле****-****воды****, г** | **Энерг. ценность****, ккал** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 150 | 2,38 | 5,26 | 1,24 | 162,3 | 5,13 | 24,7 | 0,33 | 150 | 0,01 | 0,00 | 0,02 | 0,89 |
| 200 | 4,76 | 7,85 | 2,35 | 224,6 | 6,84 | 36,04 | 0,66 | 300 | 0,03 | 0,00 | 0,05 | 1,16 |

**Технологический процесс:**

Рис перебирают, промывают. Подготовленный рис кладут в кипящую подсоленную воду (6 л воды, 60 г соли на 1 кг риса) и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают и промывают горячей кипяченой водой. После стекания воды рис кладут в посуду, заправляют маслом, перемешивают и прогревают.

### Органолептические показатели качества:

Внешний вид — рис не разварен, консистенция не слипшаяся. Цвет — характерный для рецептурных компонентов.

Вкус изапах— запах свойственный отварной риса и сливочного масла, вкус характерный для рецептурных компонентов, без посторонних привкусов изапаха.

### Технологическая карта кулинарного блюда №40

**Наименование кулинарного изделия (блюда): Макароны отварные Номер рецептуры:**№ 332

**Наименованиесборникарецептур:**Сборникрецептурблюдикулинарныхизделийдля

предприятий общественногопитания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** |
| **1 порция** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Брутто, г** | **Нетто, г** |
| Макаронные изделия | 54 | 54 | 72 | 72 |
| Масло сливочное | 5 | 5 | 6 | 6 |
| ВЫХОД: | **150** | **200** |

### Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Выхо д г.** | **Пищевые вещества** | **Минер.вещества,****мг** | **Витамины, мг** |
| **Белк и г** | **Жиры, г** | **Угле- воды****, г** | **Энерг. ценность****, ккал** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 150 | 5,35 | 0,55 | 25,6 | 157,40 | 5,00 | 13,80 | 0,81 | 116 | 0,05 | 0,00 | 0,02 | 0,63 |
| 200 | 7,14 | 0,74 | 25,6 | 209,90 | 12,00 | 27,47 | 1,41 | 189 | 0,07 | 0,00 | 0,04 | 1,32 |

**Технологический процесс**

Макаронные изделия закладывают в кипящую подсоленную воду и варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 50 г соли). Макароны варят 20-30 минут; лапшу 20-25 минут, вермишель 10-12 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 качеству

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 запаха.

### Технологическая карта кулинарного блюда № 41

Наименование изделия: **Каша рассыпчатая гречневая**

Номер рецептуры:\_таблица № 4 (стр.246-247)

Наименование сборникарецептур:Сборникрецептурблюдикулинарныхизделийдля

предприятий общественногопитания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** |
| **1 порция** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Брутто, г** | **Нетто, г** |
| Гречка | 71 | 71 | 95 | 95 |
| Масло сливочное | 6 | 6 | 8 | 8 |
| Вода | 105 | 105 | 140 | 140 |
| ВЫХОД: | **150** | **200** |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Выхо д г.** | **Пищевые вещества** | **Минер.вещества, мг** | **Витамины, мг** |
| **Белк и г** | **Жиры, г** | **Угле- воды****, г** | **Энерг. ценность****, ккал** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 150 | 3,23 | 5,22 | 34,74 | 223,2 | 21,2 | 14,2 | 0,86 | 148,5 | 0,18 | 1,2 | 0,01 | 0,54 |
| 200 | 4,41 | 6,96 | 46,32 | 245,1 | 22,5 | 16,6 | 1,02 | 198 | 0,24 | 1,87 | 0,04 | 0,82 |

### ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

В пищеварочный котёл наливают по норме воду (на 1 кг крупы – 1,7 л воды), доводят до кипения, добавляют соль, всыпают подготовленную крупу, снимая с поверхности шумовкой пустотелые зёрна, и варят, периодически помешивая до тех пор, пока крупа не впитает всю воду. Затем заправляют кашу маслом, выравнивают поверхность, закрывают крышкой и распаривают кашу до готовности при слабом нагреве. Готовую кашу разрыхляют, подают в горячем виде со сливочным маслом. Используется в качествегарнира.

### ТРЕБОВАНИЯ К КАЧЕСТВУ:

В готовой рассыпчатой каше зёрна должны быть полностью набухшими, хорошо проваренными, в основном сохранившими свою форму и легко отделяющимися друг от друга. Вкус и цвет соответствует виду крупы.

Не допускается запах и вкус подгоревшей каши.

# Свежиеплоды

### Технологическая карта кулинарного блюда № 42 Наименование изделия: Плоды свежие

**Номер рецептуры368**

**Наименование сборника рецептур:** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна.

– М.: ДеЛипринт, 2011. – 584 с.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование продуктов, полуфабрикатов** | **Масса, г** |
| **брутто** | **нетто** |
| **Яблоки,** | **114** | **100** |
| **апельсины** | **149** | **100** |
| *Выход* | **-** | *100* |

Химический состав данного блюда на 100 г. (яблоко)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Выхо д г.** | **Пищевые вещества** | **Минер.вещества, мг** | **Витамины, мг** |
| **Белк и г** | **Жиры, г** | **Угле- воды,****г** | **Энерг. ценность****, ккал** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** | **Е** |
| 100 | 0,4 | 0,4 | 10,3 | 44 | 16 | 9 | 0,3 | 11 | 0,03 | 10 | 0,00 | 0,00 |

Химический состав данного блюда на 100 г. (апельсин)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Вых од г.** | **Пищевые вещества** | **Минер.вещества, мг** | **Витамины,мг** |
| **Белки г** | **Жир ы,г** | **Угле- воды, г** | **Энерг. ценность****, ккал** | **Са** | **Mg** | **Fe** | **Р** | **В1** | **С** | **А** |
| 100 | 0,9 | 0,2 | 8,1 | 38,76 | 34 | 13 | 0,3 | 35 | 0,04 | 25 | 0,00 |

#### Технология приготовления

Яблоки или груши свежие с удаленным семенным гнездом, нарезают, и подают на десертной тарелке или вазочке.

Выход порции может быть изменен.

### Требования к качеству

*Внешний вид*: целые плоды или ягоды, уложенные на десертную тарелку или вазочку

*Консистенция:* соответствует виду плодов или ягод

*Цвет*: соответствует виду плодов или ягод *Вкус:* соответствует виду плодов или ягод *Запах:* соответствует виду плодов или ягод

### Технологическая карта кулинарного блюда № 43 Наименование изделия: Томатный соус

**Номер рецептуры: 587**

**Наименования сборника рецептур: :**Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для

предприятий общественногопитания при общеобразовательных школах /Под общей

редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** |
| **1 порция** |
| **Брутто, г** |  | **Нетто, г** |
| Мука пшеничная | 2 |  | 5 |
| Масло сливочное | 3 |  | 5 |
| Морковь | 3 |  | 8 |
| Лук репка | 2 |  | 8 |
| Томатная паста | 25 | 25 |
| Соль | 1 | 1 |
| **Выход** | **50 г** |

### Химический состав данного блюда

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Пищевые вещества** | **Минер.****вещества, мг** | **Витамины, мг** |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** | **Энерг.****ценность, ккал** | **Са** | **Fe** | **B1** | **В2** | **С** |
| 0,49 | 3,6 | 4,1 | 51,45 | 0,1 | 0,2 | 0,1 | 0,3 | 0,6 |

**Технология приготовления:**

Муку поджарить до золотистого цвета и размешать её в 15 – 20 мл тёплого бульона.

В остальной бульон положить томат, соль, хорошо размешать и поставить на слабый огонь, довести до кипения. В кипящий бульон влить муку и варить 10 минут.

### Требования к качеству блюда:

Внешний вид: однородная масса с гладкой бархатистой поверхностью, без комочков муки, всплывшего жира на поверхности

Консистенция: вязкая, эластичная, нежная Цвет: красный

Вкус: насыщенный, соответствующий использованным продуктам, свойственный томату Запах: продуктов, входящих в соус