# Наименование кулинарного изделия (блюда):           РЫБА ТУШЕНАЯ В

# ТОМАТНОМ СОУСЕ С ОВОЩАМИ

***Номер рецептуры: 229***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г |  |  |
| Рыба свежемороженая (минтай, треска, пикша) | 158 | 80 |  |  |
| Вода или бульон | 19 | 19 |  |  |
| Морковь | 23 | 18 |  |  |
| петрушка | 4 | 3 |  |  |
| Лук репчатый | 10 | 8 |  |  |
| Томатное пюре | 10 | 10 |  |  |
| Масло растительное | 5 | 5 |  |  |
| Лимонная кислота | 2,5 | 2,5 |  |  |
| Сахар | 2 | 2 |  |  |
| ВЫХОД: | 70/50 | |  | |

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 |
| 70/50 | 13,87 | 7,85 | 6,53 | 150,00 | 52,11 | 59,77 | 238,46 | 0,96 | 0,10 | 3,35 | 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

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

Номер рецептуры: 102

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 |
| 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

# Наименование кулинарного изделия (блюда):           СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ

# С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ

Номер рецептуры: 208

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 |
| 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

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

Номер рецептуры: 268

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 | 65 | 59 | 81,4 | 74 |
| Хлеб пшеничный | 9 | 9 | 14 | 14 | 18 | 18 |
| Молоко или вода | 12 | 12 | 19 | 19 | 24 | 24 |
| Сухари | 5 | 5 | 8 | 8 | 10 | 10 |
| *Масса полуфабриката* | *-* | *65* | *-* | *99* | *-* | *130* |
| Масло растительное | 3 | 3 | 5 | 5 | 6 | 6 |
| ВЫХОД: | 50 | | 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 |
| 50 | 7,78 | 5,78 | 7,85 | 114,38 | 21,88 | 16,06 | 83,19 | 0,75 | 0,05 | 0,08 | 14,38 |
| 80 | 11,44 | 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

# Наименование кулинарного изделия (блюда): ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ

Номер рецептуры: 291  
Наименование сборника рецептур:     Сборник технических нормативов – Сборник рецептур  
 блюд и кулинарных изделий для питания детей школьных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. –  М.: ДеЛи принт, 2010, с. 296

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Бройлер-цыпленок | 98 | 68 | 174,7 | 125,3 |
| *Масса тушенной птицы* | *-* | *50* | *-* | *100* |
| Масло сливочное | 8 | 8 | 10 | 10 |
| Морковь до 1 января | 10 | 8 | 20 | 16,3 |
|  |  |  |  |  |
| Лук репчатый | 8 | 7 | 13,8 | 11,3 |
| Томатное пюре | 5 | 5 | 8,8 | 8,8 |
| Крупа рисовая | 35 | 35 | 57,5 | 57,5 |
| *Масса готового риса с овощами* | *-* | *100* | *-* | *160* |
| ВЫХОД: | 150 | | 260 | |

*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

# 

# 

# Наименование кулинарного изделия (блюда):           КАША РАССЫПЧАТАЯ

Номер рецептуры: 302

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | | | |
| 1 порция | | | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| КРУПА гречневая | 60,6 | 60,6 | 72,2 | 72,2 | 80,8 | 80,8 |
| пшено | 60,6 | 60,6 | 72,2 | 72,2 | 80,8 | 80,8 |
| рис | 60,6 | 60,6 | 72,2 | 72,2 | 80,8 | 80,8 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Масло сливочное | 5,3 | 5,3 | 6,3 | 6,3 | 7 | 7 |
| ВЫХОД: | 150 | | 180 | | 200 | |

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 |
| гречневая | | | | | | | | | | | |
| 150 | 7,46 | 5,61 | 35,84 | 230,45 | 12,98 | 67,50 | 208,5 | 3,95 | 0,18 | 0,00 | 0,02 |
| 180 | 8,95 | 6,73 | 43,00 | 276,53 | 15,57 | 81,00 | 250,2 | 4,73 | 0,22 | 0,00 | 0,02 |
| 200 | 9,94 | 7,48 | 47,78 | 307,26 | 17,30 | 90,00 | 278,0 | 5,26 | 0,24 | 0,00 | 0,02 |

*Технология приготовления:* Крупу засыпают в кипящую воду, добавляют соль и варят, периодически помешивая до тех пор, пока каша не загустеет. Посуду плотно закрывают крышкой и оставляют на плите с умеренным нагревом для упревания каши до готовности. При отпуске кашу поливают растопленным прокипяченным сливочным маслом.*Требования к качеству: Внешний вид:* зерна крупы целые, хорошо разваренные, хорошо отделяются друг от друга     *Консистенция:* мягкая, рассыпчатая  
*Цвет:*  каши гречневой – от светло-коричневого до коричневого, ячневой  – сероватый, пшеничной – желтовато-серый  
*Вкус:* умеренно соленый  
*Запах:* каши из данного вида крупы с маслом

# Наименование кулинарного изделия (блюда):           МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ

Номер рецептуры: 309

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | | | |
| 1 порция | | | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Макаронные изделия | 51 | 51 | 61,2 | 61,2 | 68 | 68 |
| Масло сливочное | 5,3 | 5,3 | 6,3 | 6,3 | 7 | 7 |
| ВЫХОД: | 150 | | 180 | | 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 |
| 150 | 5,52 | 4,52 | 26,45 | 168,45 | 4,86 | 21,12 | 37,17 | 1,11 | 0,06 | 0,00 | 21,00 |
| 180 | 6,62 | 5,42 | 31,73 | 202,14 | 5,83 | 25,34 | 44,60 | 1,33 | 0,07 | 0,00 | 25,20 |
| 200 | 7,36 | 6,02 | 35,26 | 224,60 | 6,48 | 28,16 | 49,56 | 1,48 | 0,08 | 0,00 | 28,00 |

   
*Технология приготовления:*  
   
Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 50 г соли). Макароны варят 20-30 мин, лапшу – 20-25 мин, вермишель – 10-12 мин.  
Сваренные макароны откидывают и перемешивают с прокипяченным сливочным маслом.  
   
*Требования к качеству:*  
   
*Внешний вид:* макароны мягкие, на не разварившиеся, хорошо отделяются друг от друга  
*Консистенция:* мягкая, рассыпчатая  
*Цвет:*  светло-кремовый  
*Вкус:* умеренно соленый  
*Запах:* отварных макаронных изделий  с маслом

# 

# Наименование кулинарного изделия (блюда):           КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ

Номер рецептуры: 344

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
| 1 порция | |
| Брутто, г | Нетто, г |
| Яблоки или груши | 45,4 | 40 |
| Вода | 172 | 172 |
| Сахар | 24 | 24 |
| 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 |
| 0,20 | 0,20 | 22,30 | 110,00 | 12,00 | 0,00 | 2,4 | 0,80 | 0,02 | 0,00 | 0,00 |

   
*Технология приготовления:*  
Яблоки или груши моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Чтобы плоды не темнели, их до варки погружают в холодную воду, слегка подкисленную лимонной кислотой. Сироп подготавливают следующим образом: в горячей воде растворяют сахар, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения, проваривают 10-12 мин и процеживают. В подготовленный сироп погружают подготовленные плоды. Яблоки и груши варят при слабом кипении не более 6-8 мин. Быстроразваривающиеся сорта яблок (антоновские и др) и очень спелые груши не варят, а кладут в кипящий сироп, доводят до кипения, прекращают нагрев и оставляют в сиропе до охлаждения.  
   
*Требования к качеству***:**  
   
*Внешний вид:* сироп прозрачный, яблоки зачищены от сердцевины, нарезаны дольками  
*Консистенция:* компота – жидкая, плодов - мягкая  
*Цвет:*  от светло-желтого до светло-розового  
*Вкус:* приятный, сладкий или кисло-сладкий, соответствует виду плодов или ягод  
*Запах:* соответствует виду плодов или ягод

# Наименование кулинарного изделия (блюда):           КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ

Номер рецептуры: 349  
Наименование сборника рецептур Сборник технических нормативов - Сборник рецептур  блюд и кулинарных изделий для питания детей  школьных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. –  М.: ДеЛи принт, 2010

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 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  
   
   
   
 

# Наименование кулинарного изделия (блюда):           ЧАЙ С САХАРОМ

Номер рецептуры: 376  
Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур  блюд и кулинарных изделий для питания детей  школьных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. –  М.: ДеЛи принт, 2010

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 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  
   
  
**Наименование кулинарного изделия (блюда): ЧАЙ   С ЛИМОНОМ .**                                                                     
Номер рецептуры: № 377

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|  | 1 порция | |  | |
|  | брутто, гр. | нетто, гр. |  |  |
| Чай – заварка | 50 | 50 |  |  |
| Сахар | 15 | 15 |  |  |
| Лимон | 8 | 7 |  |  |
| Вода | 150 | 150 |  |  |
| Выход | 200/15/7 | |  | |

**5. 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.  
**6. 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.  
**6.1. 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.

**Наименование блюда: Кисель**  
  Технологическая карта (кулинарный рецепт) **354**  
 Вид обработки: **Варка**

|  |
| --- |
|  |

*Рецептура (раскладка продуктов) на 200 грамм нетто блюда:*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Продукт (полуфабрикат)** | **Брутто, г** | **Нетто, г** |
| [Вода питьевая](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup2/10/10.php) | 200 | 200 |
| [Концентрат киселя](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup2/10/103.php) | 20 | 20 |
| [с](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup2/10/63.php)ахар | 20 | 20 |

*Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):*

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН** | **Содержание питательных веществ на 200 грамм блюда** |
| Белки, г | 0 |
| Жиры, г | 0 |
| Углеводы, г | 19.6 |
| Калорийность, ккал | 80 |
| B1, мг | 0.6 |
| B2, мг | 0.6 |
| C, мг | 30 |
| Ca, мг | 9 |
| Fe, мг | 0 |

|  |
| --- |
| **Технология приготовления** |
| Сухой продукт сначала разводят в 1/3 общего объема холодной воды, перемешивают, вливают в кипящую воду (оставшуюся часть), размешивают и доводят до кипения при непрерывном помешивании. |

# 

# 

# 

# 

# Хлеб пшеничный №878

Наименование блюда: **Хлеб пшеничный**  
Технологическая карта (кулинарный рецепт) **№878**  
Вид обработки: **Без обработки**

|  |
| --- |
| Вес блюда: 60грамм |

*Рецептура (раскладка продуктов) на 60 грамм нетто блюда:*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Продукт (полуфабрикат)** | **Брутто, г** | **Нетто, г** |
| [Хлеб пшеничный](http://pbprog.ru/databases/foodstuffs/1/555.php) | 60 | 60 |

*Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование показателя** | **Содержание питательных веществ на 60 грамм блюда** | **Потери питательных веществ продуктов при обработке, %** |
| Белки, г | 4.92 | 0 |
| Жиры, г | 0.84 | 0 |
| Углеводы, г | 0.78 | 0 |
| Калорийность, ккал | 117,0 | 0 |
| B1, мг | 0.14 | 0 |
| B2, мг | 0.054 | 0 |
| C, мг | 0 | 0 |
| Ca, мг | 19,8 | 0 |
| Fe, мг | 2.52 | 0 |

*Рекомендуемый выход блюда для кормления за 1 прием пищи (грамм):*

|  |  |
| --- | --- |
|  | |
| Учащиеся 7-10 лет | 45 |
| Учащиеся 11-18 лет | 45 |
| Хлеб пшеничный №878 Наименование блюда: **Хлеб пшеничный** Технологическая карта (кулинарный рецепт) **№878** Вид обработки: **Без обработки**   |  | | --- | | Вес блюда: 50грамм  Источник (сборник): **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г.** |   *Рецептура (раскладка продуктов) на 60 грамм нетто блюда:*   |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Продукт (полуфабрикат)** | **Брутто, г** | **Нетто, г** | | [Хлеб пшеничный](http://pbprog.ru/databases/foodstuffs/1/555.php) | 50 | 50 | |  |

# Технологическая карта № 86 **Наименование изделия:** Свекольник со сметаной

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
| 1 порция | |
| Брутто, г | Нетто, г |
| Мясо | 25 | 25 |
| Вода | 200 | 200 |
| Свекла | 50 | 40,0 |
| Картофель | 100 | 70 |
| Лук репка | 6,255 | 4,0 |
| Морковь | 10 | 8 |
| Томат | 2 | 2 |
| Масло растительное | 3 | 3 |
| Сметана | 10 | 10 |
| **Выход** | **200г** | |

**Технология приготовления:**  
Свеклу отваривают целиком в кожуре, охлаждают, чистят, шинкуют соломкой. Картофель очищают, нарезают брусочками. Морковь шинкуют тонкой соломкой, лук репчатый – полукольцами. Морковь и лук пассируют при температуре 110°С, затем припускают с добавлением бульона. В кипящий бульон закладывают пассированные морковь и лук, варят 10 минут. Затем кладут свеклу, варят до готовности. За 5 минут до готовности солят.  
 В готовый свекольник добавляют сметану, мелко нарубленную зелень, доводят до кипения. Температура подачи 65°С.

# Наименование кулинарного изделия (блюда):           БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ

Номер рецептуры: 82

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 сливочное | 4 | 4 | 5 | 5 |
| Сахар | 2 | 2 | 2,5 | 2,5 |
| Лимонная кислота | 3,2 | 3,2 | 4 | 4 |
| Вода | 160 | 160 | 200 | 200 |
| 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

# Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ

Номер рецептуры: 52

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 |
| 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

Наименование кулинарного изделия (блюда): **САЛАТ   ВИТАМИННЫЙ.**                                                                                                                                                                                                                                                                                 
Номер рецептуры: № 46  
Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|  | 1 порция | |  | |
|  | брутто, гр. | нетто, гр. |  |  |
| Капуста свежая | 33,8 | 27 |  |  |
| Морковь | 11,3 | 9 |  |  |
| Яблоко | 21 | 15 |  |  |
| Лук репчатый | 3,6 | 3 |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Сахар | 3,0 | 3,0 |  |  |
| Лимонная кислота | 0,9 | 0,9 |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Масло растительное | 3 | 3 |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход | 60 | |  | |

**5. Технологический процесс**  
Капусту, морковь,яблоко, лук нарезают, соединяют с. Заправляют раствором лимонной кислоты с сахаром, перед отпуском заправляют растительным маслом, солью.  
**6. 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.  
**6.1. Органолептические показатели качества:**   
Внешний вид —эстетично оформленный, повышающий аппетит.  
Цвет —  цвет соответствует рецептурным компонентам.  
Вкус и запах —  приятныйаромат свежеприготовленного салата витаминного,   вкус характерный для рецептурного  компонента, без посторонних привкусов и запахов.

# 

**Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП ИЗ ОВОЩЕЙ**

**Номер рецептуры: 202**

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий

для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 86

Наименование сырья Расход сырья и полуфабрикатов

1 порция

Брутто, г Нетто, г Брутто, г Нетто, г

Капуста свежая 20 16 25 20

Картофель молодой до 1 сент. 50 40 62,5 50

\*\*\*с 1 сентября по 31 октября 53,3 40 66,7 50

\*\*\*с 1 ноября до 31 декабря 57,1 40 71,4 50

\*\*\*с 1 января по 28-29 февраля 61,5 40 76,9 50

\*\*\*с 1 марта 66,7 40 83,3 50

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

Зеленый горошек 9,2 6 11,5 7,5

Масло растительное 4 4 4,8 4,8

Вода 150 150 187,5 187,5

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 1,68 5,98 9,35 98,37 25,71 43,02 69,47 0,07 0,11 6,80 0,00

250 2,10 7,48 11,69 122,96 32,14 53,78 86,84 0,09 0,14 8,50 0,00

Технология приготовления:

Мелко нашинкованные морковь, лук пассеруют с жиром. В кипящий бульон или воду кладут нашинкованную белокочанную капусту, дольки картофеля. За 10-15 мин до окончания варки супа добавляют пассерованные овощи, подготовленный в соответствии с требованиями СанПиНа горошек зеленый, соль и специи.

Горошек зеленый консервированный можно заменить свежемороженым в соответствии с нормами взаимозаменяемости.

Суп можно отпускать с прокипяченной сметаной.

Требования к качеству:

Внешний вид: в жидкой части супа распределены картофель и овощи

Консистенция: картофель, коренья – мягкие, капуста – упругая, соблюдается соотношение жидкой и плотной части

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

Вкус: картофеля, припущенных овощей, умеренно соленый

Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам

# Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ

Номер рецептуры: 113  
Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур  блюд и кулинарных изделий для питания детей  школьных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. –  М.: ДеЛи принт, 2010, с. 107

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Лапша домашняя | 16 | 16 |  |  |
| Масса варенной лапши | 40 | 40 |  |  |
| Морковь | 12,6 | 11 |  |  |
| Лук репчатый | 9,6 | 8 |  |  |
| Масло растительное | 4 | 4 |  |  |
| Вода | 190 | 190 |  |  |
| ВЫХОД: | 200 | |  | |

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:*

В кипящий бульон или воду кладут слегка пассерованный или припущенный лук и морковь, варят с момента закипания 5-8 мин, после чего добавляют подготовленную лапшу и варят до готовности   
                                                        *Требования к качеству:*  
*Внешний вид:* лук и лапша сохранили форму  
*Консистенция:* овощи  мягкие, лапша хорошо разварилась, соблюдается соотношение жидкой и плотной части супа  
*Цвет:*  светло-желтый (горчичный)  
*Вкус:* умеренно соленый  
*Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

Наименование кулинарного изделия (блюда): **САЛАТ   морковный.**                                                                                                                                                                                                                                                                                 
Номер рецептуры: № 66

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|  | 1 порция | |  | |
|  | брутто, гр. | нетто, гр. |  |  |
| Капуста свежая | 33,8 | 27 |  |  |
| Морковь | 11,3 | 9 |  |  |
| Яблоко | 21 | 15 |  |  |
| Лук репчатый | 3,6 | 3 |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Сахар | 3,0 | 3,0 |  |  |
| Лимонная кислота | 0,9 | 0,9 |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Масло растительное | 3 | 3 |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход | 60 | |  | |

**5. Технологический процесс**  
Капусту, морковь,яблоко, лук нарезают, соединяют с. Заправляют раствором лимонной кислоты с сахаром, перед отпуском заправляют растительным маслом, солью.  
**6. 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.  
**6.1. Органолептические показатели качества:**   
Внешний вид —эстетично оформленный, повышающий аппетит.  
Цвет —  цвет соответствует рецептурным компонентам.  
Вкус и запах —  приятныйаромат свежеприготовленного салата витаминного,   вкус характерный для рецептурного  компонента, без посторонних привкусов и запахов.

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

Номер рецептуры: 45

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 |
| ВЫХОД: | 60 | | 100 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | Энерг. ценност ь, 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.

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

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

Номер рецептуры: 66

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
| 1 порция | |
| Брутто, г | Нетто, г |
| Морковь свежая | 66 | 60 |
| Масло раст | 6 | 6 |
| Сахар | 1 | 1 |
| ВЫХОД: | 100 | |

### Технология приготовления:

Подготовленную сырую очищенную морковь нарезают мелкой соломкой. Компоненты соединяют, добавляют сахар и прогревают при постоянном помешивании при температуре 85 °С не менее 3 минут.

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:* морковь нарезана соломкой, яблоки – ломтиками. Салат уложен горкой

*Консистенция:* мягкая, сочная

*Цвет:* оранжевый

*Вкус:* свойственный моркови с сахаром

***Наименование кулинарного изделия (блюда): ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ*** *Номер рецептуры: 279*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Говядина б/к | 69 | 50,5 | 56,1 | 51 |
| Крупа рисовая | 8 | 8 | 11 | 11 |
| Молоко или вода | 12 | 12 | 16 | 16 |
| Лук репчатый | 14 | 12 | 19 | 16 |
| Масло сливочное | 2 | 2 | 3 | 3 |
| Масса припущенного лука | - | 9 | - | 12 |
| Мука пшеничная | 4 | 4 | 4 | 4 |
| *Масса полуфабриката* | *-* | *71* | *-* | *95* |
| Масло сливочное | 2 | 2 | 3 | 3 |
| Вода | 12 | 12 | 16 | 16 |
| *Масса готовых тефтелей* | *-* | *60* | *-* | *80* |
|  | - | 60 | - | 80 |
| ВЫХОД: | 60/60 | | 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, перемешивают и формуют в виде шариков по 3-4 шт на порцию. Тефтели панируют в муке, запекают 6-8 минут до полуготовности, заливают соусом сметанным с луком 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

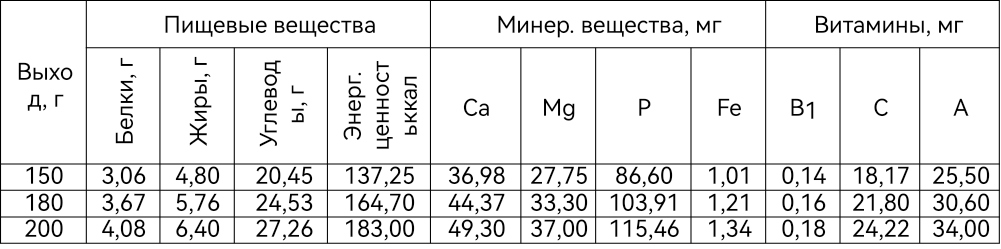
*Консистенция:* сочная, в меру плотная

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

*Вкус: в меру соленый, свойственный тушеному в соусе мясуапах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

**Наименование кулинарного изделия (блюда): ПЮРЕ** КАРТОФЕЛЬНОЕ Номер рецептуры: 312

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | | | |
| 1 порция | | | | | |
| Брутто,  г | Нетто, г | Брутто,  г | Нетто, г | Брутто,  г | Нетто, г |
| Картофель молодой до 1 сент. | 160,4 | 128,3 | 192,4 | 153,9 | 213,8 | 171 |
| \*\*\*с 1 сентября по 31 октября | 171 | 128,3 | 205,2 | 153,9 | 228 | 171 |
| \*\*\*с 1 ноября до 31 декабря | 183,3 | 128,3 | 219,9 | 153,9 | 244,3 | 171 |
| \*\*\*с 1 января по 28-29 февраля | 197,4 | 128,3 | 236,8 | 153,9 | 263,1 | 171 |
| \*\*\*с 1 марта | 214 | 128,3 | 256,5 | 153,9 | 285 | 171 |
| Молоко | 23,7 | 22,5\* | 28,4 | 27\* | 31,6 | 30\* |
| Масло сливочное | 5,3 | 5,3 | 6,3 | 6,3 | 7 | 7 |
| ВЫХОД: | 150 | | 180 | | 200 | |

\*масса кипяченого молока. При отсутствии молока можно увеличить норму закладки жира на 10 г. Химический состав данного блюда

### Технология приготовления:

Картофель очищают, кладут в кипящую подсоленную воду (0,6-0,7 л воды на 1 кг картофеля). Уровень воды должен быть на 1-1,5 см выше уровня картофеля. Соль используют из расчета 10 г на 1 л воды.

Когда картофель сварится, сливают воду, картофель протирают через протирочную машину. В горячий протертый картофель добавляют, непрерывно помешивая, в 2-3 приема горячее кипяченое молоко и прокипяченное сливочное масло. Смесь взбивают до получения пышной однородной массы.

Требования к качеству:

*Внешний вид:* протертая картофельная масса

*Консистенция:* густая, пышная, однородная масса, без комочков непротертого картофеля

*Цвет:* белый с кремовым оттенком без темных включений.

*Вкус:* слегка соленый, нежный, с ароматом молока и масла

*Запах:* свежеприготовленного картофельного пюре, кипяченого молока и сливочного масла

**Технологическая карта кулинарного блюда № 833**  
   
Наименование кулинарного изделия (блюда):  СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ  
Номер рецептуры: 833  
Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур  блюд и кулинарных изделий для питания детей  школьных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. –  М.: ДеЛи принт, 2010

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырьяи полуфабрикатов | |
| 1 порция | |
| Брутто, г | Нетто, г |
| Мука пшеничная | 1,5 | 1,5 |
| Томат-паста | 4 | 4 |
| Морковь | 4 | 2,4 |
| Лук репчатый | 1,2 | 1,0 |
| Сахар-песок | 0,75 | 0,75 |
| Масло сливочное | 1,5 | 1,5 |
| ВЫХОД: | - | 30 |

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 |
| 0,38 | 1,12 | 3,04 | 23,67 | 7,05 | 5,34 | 13,15 | 0,21 | 0,02 | 1,6 | 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.