

ООО Фирма «Партнер»

**Сборник технологических карт,
рецептур блюд кулинарных изделий
для школьного питания**

ИЗДАНИЕ ПЯТОЕ, ПЕРЕИЗДАННОЕ

ЧАСТЬ 1

Уфа
2021

С11 Сборник технологических карт, рецептур блюд кулинарных изделий

для школьного питания

ИЗДАНИЕ ПЯТОЕ, ПЕРЕИЗДАННОЕ

«Сборник технологических карт, рецептур блюд кулинарных изделий для школьного питания» содержит единые требования к технологическим процессам, полуфабрикатам и готовой продукции с учетом специфики детского питания и безопасности, а также нормы расчетов потерь при холодной и тепловой обработке пищевых продуктов, закладки сырья и выхода готовой продукции по возрастным группам.

В «Сборник технологических карт» включены блюда и кулинарные изделия, наиболее распространенные в организации питания детей, и расчет содержания основных пищевых веществ, энергетической ценности продукции с учетом требований СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", в том числе к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях.

Данный «Сборник...» предназначен для предприятий общественного питания школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений независимо от организационно-правовых форм хозяйствования и рекомендуется как практическое пособие при разработке примерного меню других категорий питающихся, в том числе психо-неврологических интернатов, КЦСОН и т.д.

По вопросам приобретения данного издания
обращаться по телефону (347) 237-83-44 или 237-75-52

Перепечатка, тиражирование и распространение материалов
без официального согласия ООО Фирма «Партнер» запрещены

ВВЕДЕНИЕ

Сборник технологических карт, рецептур блюд кулинарных изделий для школьного питания (далее Сборник) составлен на основе наиболее распространенных традиционных блюд, взятых из действующих на территории Российской Федерации сборников рецептур блюд и технологических нормативов, регламентирующих организацию питания в целом, в т.ч. детей школьного возраста.

Сборник служит практическим пособием при составлении примерных меню для учебных учреждений, а также при организации питания других категорий питающихся.

В соответствии с Федеральным Законом РФ от 07.02.1992г. № 2300-1 «О защите прав потребителей» требования в сфере общественного питания устанавливают обязательное соблюдение технологических режимов при приготовлении блюд и изделий и обеспечение безопасности пищи для потребителей.

Обязательными критериями к исполнению в сборнике являются правила обработки и подготовки сырья, технологии приготовления блюд и изделий, последовательность технологических процессов, температурный режим приготовления отпуска, взаимозаменяемость продуктов, кулинарное назначение мясных полуфабрикатов (требования ХАССП).

Допускается внесение изменений в набор компонентов, входящих в рецептуры блюд, способствующих улучшению их вкусовых качеств. При этом основные органолептические показатели и специфика изделий не должны изменяться.

Рекомендательный подход допускается к выбору вариантов (колонок) рецептур блюд, норм выхода готовой продукции, гарниров, соусов, оформлению блюд при реализации, правилам подачи.

Качество и безопасность пищевых продуктов, находящихся в обороте в предприятиях общественного питания и используемых для приготовления блюд и кулинарных изделий должны соответствовать требованиям, установленным Техническим Регламентом Евразийского Экономического Союза ТР ТС 021/2011 «О безопасности пищевой продукции», Федеральным законом РФ от 02.01.2000 г № 29-ФЗ «О качестве и безопасности пищевых продуктов».

При термической обработке продуктов соблюдаются принципы «щадящего питания» – варка, запекание, припускание, пассерование, тушение, приготовление на пару — как основные виды тепловой обработки, обжаривание может применяться как промежуточный этап для непродолжительной обработки продукта, с последующим запеканием, тушением и т.д. Не допускается обжаривание во фритюре. Обжаривание до полной готовности продукта допускается при использовании противней со специальным покрытием, отвечающим требованиям безопасности для материалов, контактирующих с пищевыми продуктами и не требующих смазывания маслом.

Выхода блюд и кулинарных изделий в Сборнике соответствуют рекомендуемым объемам блюд для школьников в возрасте с 7 до 11 лет и с 12 и старше. Нормы суточного потребления включают все основные группы продуктов, потребление которых удовлетворяет физиологические потребности детей в энергии и пищевых веществах (согласно СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

Рецептуры блюд и кулинарных изделий Сборника позволяют составлять сбалансированное меню для детей различного возраста, исключая использование продуктов, не рекомендованных в питании той или иной возрастной группы.

В рецептурах Сборника указаны наименования продуктов, входящих в состав блюда или кулинарного изделия, нормы вложения массой брутто (вес продукта до холодной обработки), массой нетто (вес продукта после холодной обработки), масса полуфабрикатов отдельных готовых компонентов на промежуточных стадиях приготовления, выход готового блюда или кулинарного изделия в целом. Также описание технологии приготовления блюд.

Нормы выхода полуфабрикатов и готовых блюд даны с учетом потерь при их изготовлении, охлаждении и порционировании,

Рецептуры блюд и кулинарных изделий в данном Сборнике составлены и рассчитаны на сырье на основании таблиц отходов и потерь при холодной и тепловой обработке действующего на территории Российской Федерации единого нормативного документа Сборника технических

нормативов под редакцией Ф.Л. Марчука 1часть, издание 1996 г., КомитетРоссийской Федерации по торговле г. Москва, издательство «Хлебпродинформ».

В случае несущественных отклонений рецептур блюд от действующих нормативных сборников были составлены технологические карты со ссылкой на данные документы. При существенном отклонении от рецептур нормативов разработаны **техничко-технологические карты (ТТК)**, которые на местах **утверждаются руководителем** и являются технологическими нормативами для данной организации.

В технологических картах предусматриваются следующие графы:

- наименование блюда;
- расход сырья и полуфабрикатов;
- масса «брутто» - т. е. количество продукта до его холодной обработки;
- масса «нетто» - т. е. количество продукта с учетом потерь при холодной обработке;
- выход порций с учетом потерь при тепловой обработке;
- химический состав и энергетическая ценность (калорийность) блюд, изготовленныхиз сырья, вырабатываемого по ГОСТ;
- краткое описание технологии приготовления блюд;
- подпись ответственных за разработку и оформление ТК (зав. производством илишеф-повар, старший повар, или калькулятор, или технолог и т. д.)

В нашем сборнике добавлены требования к качеству и пищевая ценность изделий(блюд).

Согласно ГОСТ 31987-2012 ТК руководителем организации не утверждаются, требуется утверждение руководителем ТТК.

С целью соблюдения среднесуточных норм питания в школьных учреждениях молочные каши и супы, кофе, какао, рассчитаны как с включением 40% воды и 60% молока, такина цельном молоке, допускаются и другие соотношения.

Закладки чая, какао и кофейного напитка, сахара могут пересчитываться с учетом суточных норм.

В зависимости от выполнения норм можно менять соотношение: в бутербродах - хлеба, сыра, масла, повидла, в супах — сметаны, при подаче блюд — масласливочного.

Сырье, используемое в рецептурах настоящего Сборника, предусмотрено следующихкондиций и видов промышленной обработки:

- говядина 1 категории упитанности (в тушах, полутушах на кости);
- субпродукты 1 категории (сердце, язык, печень);
- сельскохозяйственная птица — цыплята 1 категории полупотрошенные, потрошенные(бройлеры), куры 1 категории потрошенные (не бройлеры);
- рыба мороженая крупная или средняя, неразделанная, потрошенная без головы илипотрошенная с головой;
- яйца куриные средней массой 46 г в скорлупе или 40 г без скорлупы (нормы отходовна скорлупу и потери составляют 12,5%). Контрольный завес делается при каждом поступлении партии яиц в организациях;
- картофель, морковь и свекла рассчитаны по закладке продуктов в соответствии с периодами года (сезонности) по весу нетто на каждое блюдо;
- огурцы и помидоры свежие грунтовые, парниковые;
- огурцы используются соленые в банках без уксуса с лимонной кислотой;
- масло сладко-сливочное несоленое “Крестьянское” с массовой долей жира 72,5%,молоко с массовой долей жира 2,5-3,2%, сметана с массовой долей жира 15%, сыры твердые с массовой долей жира 45-50%;
- соль йодированная пищевая;
- масло растительное подсолнечное рафинированное;
- томат-паста с содержанием сухих веществ 25-30% или согласно таблицы пересчетазаменяется на томат-пюре.

При отсутствии сухарей допускается использование хлеба пшеничного не ниже 1 сорта, просушенного и измельченного до однородного состояния частиц, при этом закладкахлеба составит в 1,56 раза больше нормы закладки сухарей.

Для облегчения списания с материально-ответственного лица отпуск огурцов соленых, зеленого горошка консервированного из кладовой (в сопроводительной документации) вес рекомендует указывать через дробь, например, 550/450 (вес огурцов / вес жидкости).

В летний период вместо томат-пасты можно использовать помидоры свежие. Норма вложения помидоров составит в 5,5 раз больше нормы томат-пасты.

При использовании дрожжей сухих взамен прессованных, норма закладки дрожжей сухих уменьшается в 4 раза.

Уксус в рецептурах заменен на лимонную кислоту (2% раствор). Для приготовления одного литра раствора 20 г лимонной кислоты растворяют в 980 г теплой кипяченой воды.

При использовании в рецептурах другого стандартного сырья, на которые имеются нормативы отходов и потерь в Сборнике технических карт, норма вложения сырья определяется в соответствии с такими нормативами.

В случае поступления пищевых продуктов других кондиций или новых видов, в том числе и импортных товаров, нормы отходов и потерь при первичной обработке этого сырья определяется предприятиями самостоятельно, путем контрольных проработок. Контрольные проработки на определение временных нормативов проводятся под руководством технолога по приготовлению пищи и оформляются соответствующими актами. Таким образом, определяются нормы отходов и потерь на такие виды сырья, как окорока куриные, цыплята-бройлеры потрошенные, куры охлажденные, горбуша потрошенная без головы, терпуг неразделанный, минтай потрошенный без головы, мясо мороженое бескостное, филе рыбы промышленное с кожей или без кожи и др. отсутствующие в сборнике нормативов. Нормы отходов и потерь на рыбу кета используются как на горбушу.

При использовании импортного консервированного горошка необходимо применять данные на потребительской упаковке (этикетке) о составе веса брутто и нетто в консервах и производить пересчет в соответствии с этими данными (маркировочный ярлык сохранять).

Консервы обеденные, рыбные, мясные допускается применять в виде исключения при отсутствии натуральных продуктов (в супах, кашах, макаронных изделиях).

Нормы отпуска готового блюда, его готовых компонентов (соуса, гарнира, сметаны или масла на заправку, мясных продуктов в супах) носят рекомендательный характер, однако в случае изменения выхода готового блюда, необходимо произвести пересчет закладываемого сырья.

В таблице 1 Приложения 9 СанПИН 2.3/2.4.3590-20 приведены основные массы порций блюд без учета полива каш маслом, добавления в суп сметаны, в холодные блюда заправок.

В сборнике рецептов к установленной массе порций, например первое блюдо — основная масса порции указана в таблице №1 (для возраста от 7 до 11 лет — 200-250 г; 12 лет и старше - 250-300 г), как утверждено в основном сборнике технологических нормативов рецептов блюд под редакцией Марчука 1996 г, дополнительно суп может подаваться со сметаной с гренками, с мясом, рыбой и т.п. (через дробь). В супы сметана добавлена внутрь и вместе с супом доведена до кипения.

Обработку продуктов для приготовления холодных блюд и закусок необходимо производить в строгом соответствии с установленными санитарными правилами и технологическими требованиями.

Картофель, свеклу, морковь для салатов и винегретов варят отдельно в очищенном виде в воде или на пару, закладывая их в кипящую воду. Чтобы картофель не разварился, его варят при слабом кипении до полуготовности, затем сливают воду и доваривают на пару при закрытой крышке.

При варке свеклы и моркови, соль не добавляют. Свеклу припускают с добавлением лимонной кислоты для сохранения окраски.

Свеклу можно варить в кожуре или запекать в жарочном шкафу, при условии тщательной предварительной механической очистки и промывания в холодной воде.

Зелень петрушки, укроп, зеленый лук после обработки заливают холодной водой на 15-20 мин для удаления пыли или земли, затем хорошо промывают проточной холодной водой. Репчатый лук после очистки и нарезки бланшируют.

Овощные наборы для салатов, винегретов готовят перед приготовлением и быстро охлаждают. Нарезанные продукты не хранят. Перемешивать продукты следует осторожно, чтобы сохранить

форму их нарезки. Заправляют салаты и гарниры к холодным блюдам непосредственно перед подачей.

Для оформления блюд используются продукты, входящие в рецептуру блюда.

Горячие блюда (супы, соусы, напитки) при раздаче должны иметь температуру не ниже 75°C, вторые блюда и гарниры - не ниже 65°C, холодные супы, напитки, бутерброды — не выше 14°C. Готовые первые и вторые блюда могут находиться на мармите или плите не более 2-3 часов с момента изготовления. Салаты, винегреты, гастрономические продукты, другие холодные блюда и напитки должны выставляться в порционированном виде в охлаждаемый прилавок-витрину и реализовываться в течение одного часа. Рекомендовано в целях безопасности бутерброды формировать на месте (отдельно подавать продукты гастрономии и хлеб).

Если в сборнике приведены нормы закладки продуктов по брутто и нетто с десятичными знаками после запятой, допускается округление, согласно установленных требований по округлению.

Для составления данного Сборника использована действующая на территории Российской Федерации нормативная, технологическая документация, регламентирующая в целом организацию питания, в т.ч. детей школьного возраста:

- ГОСТ 30390-2013 «Услуги общественного питания. Продукция общественного питания, реализуемая населению. Общие технические условия»;
- ГОСТ 31987-2012 «Услуги общественного питания. Технологические документы на продукцию общественного питания. Общие требования к оформлению, построению и содержанию»;
- СанПиН 2.3.2.1324-03 «Гигиенические требования к срокам годности и условиям хранения пищевых продуктов», утвержденные Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации 21.05.2003 г., введенным с 25.06.2003 г.;
- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утвержденные Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации от 27 октября 2020 г.;
- Сборники под редакцией Ф.Л. Марчука и В.Т. Лапшиной изд. «Хлебпродинформ»:
- рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, часть 1 1996г. (далее сб. 1996г);
- рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, часть 2 1997г. (далее сб. 1997г);
- рецептур блюд диетического питания для предприятий общественного питания, 2002г. (далее сб. Диет. Пит. 2002 г);
- рецептур национальных блюд и кулинарных изделий, 2006г. (далее сб. нац. 2006 г);
- рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. (далее сб. шк. 2004 г).
- Справочник рецептур блюд для питания учащихся образовательных учреждений города Москвы, выпуск 4, 2003г (далее справ. М. 2003 г);
- Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, части 1 и 2, Пермь 2001 г. (далее сб. Пермь. 2001 г);
- Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, Пермь 2008 г. (далее сб. Пермь. 2008 г);
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий Башкортостана, 2002г, переиздание в 2010 г (далее сб. РБ 2010г);
- Картотека блюд лечебного и рационального питания в учреждениях системы здравоохранения, ред. М.А. Самсонова, I и II части, 1995 г. (далее сб. Самс. 1995 г.);
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. — М.: Дели принт, 2011 г. (далее сб. Дели принт 2011 г.);

– Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, под редакцией М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. — М.: Дели плюс, 2015 г. (далее сб. Дели плюс 2015 г.).

Показатели пищевой ценности блюд и кулинарных изделий определены в соответствии со справочником «Химический состав российских пищевых продуктов», под редакцией И.М. Скурихина, В.А. Тутельяна, ГУ НИИ питания, Москва, 2002 г. (на сырье, вырабатываемое по ГОСТ). На используемое сырье, вырабатываемое по ТУ/СТО показатели выводятся практическим путем.

ГАСТРОНОМИЧЕСКИЕ ТОВАРЫ

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №1.3

На: **масло сливочное (порциями)**

№ рецептуры по сборнику: № 365, сб. Пермь 2008 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Масло сливочное м.д.ж. 72,5%	10,0	10,0
Выход	10	

Технология приготовления

Масло нарезают на кусочки прямоугольной или другой формы.

Температура подачи 12°C.

Требования к качеству

Внешний вид: кусочки

Консистенция: мягкая

Цвет: соответствует виду масла

Вкус и запах: соответствует виду масла

Пищевая ценность и химический состав изделия (блюда)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы / пищевые волокна, г	Минеральные элементы, мг			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Масса, г
			Ca	Mg	Fe		B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг	
0,1	8,3	0,1	1,2	0	0,02	75	0	0,01	0	10

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 1.4

На: сыр (порциями)

№ рецептуры по сборнику: № 366, сб. Пермь. 2008 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Сыр голландский	32,6	30,0
или российский	31,9	30,0
или костромской	31,0	30,0
Выход	30	

Технология приготовления

Сыр нарезают на крупные куски, очищают от наружного покрытия и нарезают ломтиками прямоугольной, квадратной, треугольной или другой формы толщиной 2-3 мм. Подготовку сыра проводят не ранее, чем за 30-40 мин до отпуска и хранят в холодильнике.

Температура подачи 12°C.

Требования к качеству

Внешний вид: ломтики прямоугольной или треугольной формы

Консистенция: мягкая, не крошащаяся

Цвет: соответствует виду сыра

Вкус и запах: соответствует виду сыра

Пищевая ценность и химический состав изделия (блюда)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы / пищевые волокна, г	Минеральные элементы, мг			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Масса, г
			Ca	Mg	Fe		B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг	
7,9	8,0	0	300	16,5	0,21	105	0,01	0,11	0,21	30

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 1.5

На: хлеб пшеничный

№ рецептуры по сборнику: № 366; сб. Пермь 2008 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Хлеб пшеничный	100,0	100,0
Выход	100	

Технология приготовления

Хлеб нарезают ломтиками прямоугольной, квадратной, треугольной или другой формы.

Требования к качеству

Внешний вид: ровные ломтики хлеба

Консистенция: мягкая

Цвет: соответствует виду хлеба

Вкус и запах: соответствует виду хлеба

Пищевая ценность и химический состав изделия (блюда)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы / пищевые волокна, г	Минеральные элементы, мг			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Масса, г
			Ca	Mg	Fe		B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг	
7,9	1,0	48,3	23	33	2	246	0,16	0,06	0	100

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 1.6

На: хлеб ржаной

№ рецептуры по сборнику: № 366, сб. Пермь 2008 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Хлеб ржаной	100,0	100,0
Выход	100	

Технология приготовления

Хлеб нарезают ломтиками прямоугольной, квадратной, треугольной или другой формы.

Требования к качеству

Внешний вид: ровные ломтики хлеба

Консистенция: мягкая

Цвет: соответствует виду хлеба

Вкус и запах: соответствует виду хлеба

Пищевая ценность и химический состав изделия (блюда)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы / пищевые волокна, г	Минеральные элементы, мг			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Масса, г
			Ca	Mg	Fe		B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг	
6,6	1,2	33,4	35	47	3,9	193	0,18	0,08	0	100

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 1

На: **бутерброд с маслом**

№ рецептуры по сборнику: № 1; сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Хлеб пшеничный	20,0	20,0	30,0	30,0
Масло сливочное	10,0	10,0	15,0	15,0
Выход	20/10		30/15	

Технология приготовления

Масло нарезают тонкими кусочками различной формы с таким расчетом, чтобы они покрыли большую часть ломтика хлеба. Температура подачи 14°C.

Требования к качеству

Внешний вид: ровные ломтики хлеба, намазанные маслом

Консистенция: хлеба – мягкая, масла – мажущаяся

Цвет: соответствует виду масла

Вкус и запах: масла в сочетании со свежим хлебом

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	1,6	8,5	9,7	124	20/10
12 лет и старше	2,4	12,7	14,6	186	30/15

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	5,8	6,6	0,42	0,03	0,02	0,00
12 лет и старше	8,7	9,9	0,63	0,05	0,03	0,00

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 2

На: **бутерброд с маслом и сыром**

№ рецептуры по сборнику: № 3; сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Хлеб пшеничный	20,0	20,0	30,0	30,0
Масло сливочное	5,0	5,0	10,0	10,0
Сыр голландский	10,9	10,0	16,4	15,0
Выход	20/5/10		30/10/15	

Технология приготовления

Для бутерброда сыр нарезают на крупные куски прямоугольной или треугольной формы, очищают от корки, нарезают тонкими пластинами. Масло сливочное зачищают и нарезают на кусочки различной геометрической формы с гофрированной или гладкой поверхностью. Ломтики хлеба намазывают маслом, а сверху кладут пластину сыра. Температура подачи 14°C.

Требования к качеству

Внешний вид: ровные ломтики хлеба, намазанные маслом, сверху сыр

Консистенция: хлеба – мягкая, масла – мажущаяся

Цвет: соответствует виду масла, сыра и хлеба

Вкус и запах: свойственный свежим продуктам

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	5,0	7,1	14,5	145	20/5/10
12 лет и старше	6,4	12,5	14,6	201	30/10/15

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	107,5	15,4	0,68	0,05	0,06	0,07
12 лет и старше	158,1	18,2	0,72	0,05	0,08	0,11

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 3

На: **бутерброд с сыром**

№ рецептуры по сборнику: № 1; сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Хлеб пшеничный	20,0	20,0	30,0	30,0
Сыр голландский	10,9	10,0	16,4	15,0
Выход	20/10		30/15	

Технология приготовления

Сыр нарезают на крупные куски прямоугольной или треугольной формы, очищают от корки, нарезают тонкими пластинами, укладывают на ломтик хлеба (при необходимости у хлеба отрезают корку). Температура подачи 14°C.

Требования к качеству

Внешний вид: ровные ломтики хлеба, сверху сыр, поверхность сыра ровная, без выделения жира

Консистенция: мягкая

Цвет: соответствует виду сыра и хлеба, светло-желтый

Вкус и запах: свойственный свежим продуктам

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	4,1	2,8	9,5	82	20/10
12 лет и старше	6,2	4,2	14,2	124	30/15

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	102,5	11,86	0,46	0,03	0,05	0,07
12 лет и старше	153,76	17,78	0,69	0,05	0,07	0,10

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 4

На: **бутерброд с повидлом**

№ рецептуры по сборнику: № 2; сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Хлеб пшеничный	20,0	20,0	30,0	30,0
Масло сливочное	10,0	10,0	15,0	15,0
Повидло	30,3	30,0	40,4	40,0
Выход	20/10/30		30/15/40	

Технология приготовления

Ломтики хлеба намазывают маслом, сверху повидлом. Температура подачи 14°C.

Требования к качеству

Внешний вид: ровные ломтики хлеба, намазанные маслом и повидлом

Консистенция: хлеба – мягкая, повидла – не растекающаяся

Цвет: соответствует виду хлеба с повидлом

Вкус и запах: повидла в сочетании со свежим хлебом

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	2,4	7,5	31,0	202	20/10/30
12 лет и старше	2,4	11,2	37,0	258	30/15/40

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	10,82	10,44	0,88	0,04	0,03	0,06
12 лет и старше	12,58	11,05	1,00	0,04	0,03	0,08

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 2.4

На: салат из морской капусты

№ рецептуры по сборнику: № 13.52, сб. Самс. 1995 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Салат морской капусты (консервы)	63,4	60,0	105,6	100,0
Петрушка (зелень)	8,4	6,0	14,0	10,0
Выход	60		100	

Технология приготовления

Банки консервные промывают, ошпаривают, промывают, вскрывают, выкладывают горкой, посыпают зеленью и подают. Температура подачи 14°C.

Требования к качеству

Внешний вид: салат уложен горкой, заправлен

Консистенция: мягкая, сочная

Цвет: свойственный входящим в состав продуктам

Вкус и запах: свойственный входящим в блюдо продуктам

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	0,6	0,1	0,2	4	60
12 лет и старше	1,0	0,2	0,3	7	100

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	6,47	2,22	0,05	0,01	0,01	1,8
12 лет и старше	10,78	3,7	0,08	0,01	0,01	3,0

СУПЫ

Пассерование овощей. Овощи (морковь, лук отдельно пассеруют на сливочном или растительном масле. В разогретое до температуры 130-140°C масло закладывают нашинкованные соломкой овощи слоем 5–7 см пассеруют при температуре не выше 110°C. Продолжительность пассерования лука — 5–8 мин., моркови 10–15 мин.

В рецептурах, где не указан вид бульона, можно использовать любой бульон(костный, мясо-костный, мясной, из птицы, рыбы).

Для правильного приготовления супов необходимо знать следующее:

- при отсутствии овощей, которые входят в рецептуру в небольшом количестве, они могут быть заменены другими соответствующими овощами, входящими в рецептуру;
- для улучшения вкуса борщей, щей, овощных супов можно добавлять сладкий перец по 10г массой нетто на порцию супа, соответственно уменьшается закладка других овощей;
- специи и соль следует вводить во все супы, кроме молочных, пюреобразных, сладких в следующих количествах: лавровый лист 0,004 г, норма закладки соли в молочные супы 0,3 г, в пюреобразные 0,3–0,5 г на порцию супа. Соль йодированную кладут в суп за 10 минут до окончания варки;
- зелень (петрушка, укроп, сельдерей) добавляется в мелко нарезанном виде во все супы, кроме молочных и сладких в количестве 0,4–0,75 г;
- при приготовлении супов следует строго придерживаться установленных сроков варки продуктов и закладывать их в котел в необходимой последовательности; следует помнить, что при длительной варке теряется значительная часть витаминов, снижаются вкусовые качества супов, картофель и другие продукты перевариваются, теряют свою форму;
- при варке супов, в которые входят соленые, маринованные, кислые продукты, в первую очередь закладывают картофель.

Норма масла указана в рецептурах на вегетарианские супы. При изготовлении супов на бульоне или с мясopодуктами норма масла, указанная в рецептуре, не должна превышать 2,5г на 250г супа (т.е. 1,5г на 150г; 2,0г на 200г). Снятый с поверхности жир и масло используются для пассерования овощей. (стр. 120 сб.шк. 2004 г)

Температура подачи первых блюд не ниже +75°C. Срок реализации 2–3 часа с момента приготовления.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 53

На: **Бульон костный**

№ рецептуры по сборнику: № 106 А, сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию	
	брутто, г	нетто, г
Кости пищевые (говяжьи или птицы)	250,0	250,0
Морковь (молодая)	16,0	8,0
до 01.01	10,0	8,0
с 01.01	10,7	8,0
Лук репчатый	9,5	8,0
Петрушка корень	6,7	5,0
Соль йодированная	1,0	1,0
Вода	1250,0	1250,0
Выход	1000	

Технология приготовления

Пищевые кости измельчают для более полного извлечения питательных веществ. Позвоночные и плоские кости рубят поперек на части размером 5–6 см, а суставные головки трубчатых костей разрубают на несколько частей, трубки оставляют целыми. Подготовленные кости заливают холодной водой и варят при слабом кипении, в процессе варки бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки бульона из говяжьих частей 3,5–4 часа.

За 30–40 мин до окончания варки в бульон добавляют петрушку (корень), подпеченные лук репчатый и морковь, соль. Морковь и лук нарезают на половинки (крупные корнеплоды следует разрезать вдоль на несколько частей), кладут нарезанной стороной начистые сухие чугунные сковороды и подпекают без жира до образования светло-коричневой корочки, не допуская подгорания. Готовый бульон процеживают.

Мясо-костный бульон готовят также, как бульон костный. За 2–3 часа до окончания варки кладут куски мяса массой 1,5–2 кг.

Для бульонов из птицы используют кости, субпродукты, целые тушки птицы. Кости рубят на мелкие части, тушки птицы заправляют и заливают холодной водой, быстро доводят до кипения и варят до готовности при слабом кипении 1–2 ч. При одновременном использовании костей, субпродуктов и тушек сначала варят кости и субпродукты, а тушки кладут позже в соответствии с продолжительностью их варки.

Требования к качеству

Внешний вид: бульон прозрачный

Консистенция: однородная, жидкая

Цвет: золотистый

Вкус и запах: свежесваренного бульона

Пищевая ценность изделия (блюда)

	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пищевые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал
костный	32,0	8,3	1,6	210
мясо-костный	262,5	211,2	1,6	2958
из птицы	40,4	13,2	3,8	297

Расчет химического состава

	Минеральные элементы, мг	Витамины
--	--------------------------	----------

	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
костный	33,43	36,06	5,33	0,05	0,84	0,35
мясо-костный	124,07	290,53	35,34	0,65	1,81	0,35
из птицы	709,27	3,43	0,11	0,01	0,01	0,35

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 54

На: **Бульон рыбный**

№ рецептуры по сборнику: № 106 А, сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию	
	брутто, г	нетто, г
Рыбные пищевые отходы	250,0	250,0
Лук репчатый	12,0	10,0
Петрушка корень	5,4	4,0
Соль йодированная	1,0	1,0
Вода	1250,0	1250,0
Выход	1000	

Технология приготовления

Для варки рыбных бульонов используют пищевые отходы (головы, кости, кожа, плавники), получаемые при обработке свежей или свежемороженой рыбы. Из голов предварительно удаляют жабры, а из крупных голов – и глаза. Крупные головы и позвоночные кости разрубают на части. Подготовленные отходы заливают холодной водой, доводят до кипения, снимают образовавшуюся на поверхности пену, добавляют петрушку и лук репчатый и варят 40–50 мин при слабом кипении. Готовый бульон процеживают.

При варке рыбного бульона, кроме пищевых отходов используется рыба, предусмотренная для отпуска первых блюд.

Требования к качеству

Внешний вид: бульон прозрачный

Консистенция: однородная, жидкая

Цвет: золотистый

Вкус и запах: свежесваренного бульона

Пищевая ценность изделия (блюда)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Ca, мг	Mg, мг	Fe, мг	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг	Энергетическая ценность, ккал
41,4	4,4	1,0	11,35	4,18	0,14	0,01	0,01	2,8	210

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 55

На: **щи из свежей капусты с картофелем**

№ рецептуры по сборнику: № 124, сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Капуста белокочанная	62,5	50,0	75,0	60,0
Картофель молодой до 1.09	37,5	30,0	45,0	36,0
или с 1.09 – 31.10	40,0	30,0	48,0	36,0
или с 1.11 – 31.12	42,8	30,0	51,4	36,0
или с 1.01 – 29.02	46,1	30,0	55,4	36,0
или с 1.03	50,0	30,0	60,0	36,0
Морковь до 1.01	12,5	10,0	15,0	12,0
или с 1.01	13,3	10,0	16,0	12,0
Лук репчатый	11,9	10,0	14,3	12,0
Масло слив. или растит.	4,0	4,0	4,8	4,8
Соль йодированная	0,2	0,2	0,3	0,3
Вода или бульон	200,0	200,0	240,0	240,0
Сметана прокипяченная	10,0	10,0	12,0	12,0
Выход	250		300	

Технология приготовления

Овощи хорошо промывают и очищают (см. стр.9).

Капусту нарезают шашками, картофель — дольками.

В кипящий бульон или воду закладывают капусту, доводят до кипения, затем кладут картофель, добавляют пассерованные морковь, лук (см. стр.71) и варят до готовности. При приготовлении щей из ранней капусты её закладывают после картофеля. В готовый суп добавляют сметану, доводят до кипения. Щи можно подавать с фрикадельками.

Температура подачи 75°C.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части щей — капуста, нарезанная квадратиками, морковь, лук – дольками

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

Цвет: желтый, жира на поверхности — оранжевый, овощей – натуральный

Вкус и запах: капусты в сочетании с входящими в состав щей овощами, специями, умеренно соленый

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	2,0	5,4	8,8	96	250
12 лет и старше	2,4	6,5	10,6	115	300

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг	Витамины
---------	--------------------------	----------

	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	40,62	19,86	0,73	0,06	0,06	12,01
12 лет и старше	48,75	23,83	0,87	0,07	0,07	14,41

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 56

На: **рассольник ленинградский**

№ рецептуры по сборнику: № 132, сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Картофель молодой до 1.09	93,7	75,0	112,5	90,0
или с 1.09 – 31.10	100,0	75,0	120,0	90,0
или с 1.11 – 31.12	107,1	75,0	128,6	90,0
или с 1.01 – 29.02	115,4	75,0	138,5	90,0
или с 1.03	125,0	75,0	150,0	90,0
Крупа перловая (пшен, рис, овс)	5,0	5,0	6,0	6,0
Морковь до 1.01	12,5	10,0	15,0	12,0
или с 1.01	13,3	10,0	16,0	12,0
Лук репчатый	6,0	5,0	7,2	6,0
Масло слив. или растит.	4,0	4,0	4,8	4,8
Огурцы соленые	18,8*	15,0	22,5*	18,0
Соль йодированная	0,2	0,2	0,3	0,3
Вода или бульон	190,0	190,0	228,0	228,0
Сметана прокипяченная	10,0	10,0	12,0	12,0
Выход	250		300	

* – вес брутто находится путем контрольной проработки, учитывается количество жидкой части в банке.

Технология приготовления

Овощи хорошо промывают и очищают (см. стр.9). Крупу перебирают, промывают несколько раз, меняя воду. Перловую (или рисовую) крупу после промывания закладывают в кипящую воду, варят до полуготовности, отвар сливают, а крупу промывают, так как отвар из нее имеет темный цвет и слизистую консистенцию.

В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный брусочками, подготовленную крупу, доводят до кипения, добавляют пассерованные морковь и лук (см.стр.71), а через 5–10 мин вводят припущенные соленые огурцы, нарезанные соломкой или ломтиками. В готовый суп добавляют сметану, доводят до кипения.

Рассольник можно подавать с отварным мясом, рыбными или мясными фрикадельками. Температура подачи 75°C.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части рассольника — огурцы без кожицы и семян, нарезанные ромбиками или соломкой, картофель брусочками, коренья – соломкой

Консистенция: овощей — мягкая, сочная, огурцов слегка хрустящая, перловая крупа хорошо разварена, соблюдается соотношение жидкой и плотной части

Цвет: жира на поверхности — желтый, овощей – натуральный

Вкус и запах: входящих в блюдо продуктов, умеренно соленый

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	2,4	5,0	15,7	123	250

12 лет и старше	2,9	6,0	18,9	148	300
-----------------	-----	-----	------	-----	-----

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	23,04	23,18	0,86	0,08	0,06	6,71
12 лет и старше	27,65	27,82	1,04	0,09	0,08	8,05

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 58

На: **борщ с капустой и картофелем**

№ рецептуры по сборнику: № 110, сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Свекла(сырая очищ. до 1.01)	50,0	40,0	60,0	48,0
или (сырая очищ. с 1.01)	53,3	40,0	64,0	48,0
Капуста белокочанная	25,0	20,0	30,0	24,0
или квашеная	28,6	20,0	34,3	24,0
Картофель молодой до 1.09	25,0	20,0	30,0	24,0
или с 1.09 – 31.10	26,7	20,0	32,0	24,0
или с 1.11 – 31.12	28,6	20,0	34,3	24,0
или с 1.01 – 29.02	30,8	20,0	36,9	24,0
или с 1.03	33,3	20,0	40,0	24,0
Морковь до 1.01	12,5	10,0	15,0	12,0
или морковь с 1.01	13,3	10,0	16,0	12,0
Лук репчатый	11,9	10,0	14,3	12,0
Томат-паста	3,0	3,0	3,6	3,6
Масло слив. или растит.	4,0	4,0	4,8	4,8
Сахар-песок	3,0	3,0	3,6	3,6
Кислота лимонная	0,12	0,12	0,14	0,14
Соль йодированная	0,2	0,2	0,3	0,3
Вода или бульон	200,0	200,0	240,0	240,0
Сметана прокипяченная	10,0	10,0	12,0	12,0
Выход	250		300	

Технология приготовления

Овощи хорошо промывают и очищают (см. стр.9). Свеклу подготавливают следующим образом:

- свеклу нарезают соломкой или ломтиками, тушат в толстостенной закрытой посуде с добавлением томат-пасты, лимонной кислоты, масла сливочного и небольшого количества бульона или воды (15–20% к массе свеклы);
- или свеклу отваривают целиком, очищенную с добавлением лимонной кислоты или неочищенную. В последнем случае после варки свеклу очищают от кожицы. Вареную свеклу нарезают соломкой или ломтиками, кладут в борщ одновременно спассерованными овощами и томат-пастой.

В кипящий бульон или воду закладывают нашинкованную свежую капусту, доводят до кипения, затем добавляют нарезанный брусочками картофель, варят 10–15 минут, кладут спассерованные овощи (см. стр.71), тушеную или вареную свеклу и варят борщ до готовности. За 5–10 минут до окончания варки добавляют соль, сахар. При использовании квашеной капусты ее в тушеном виде вводят в борщ вместе со свеклой. В готовый суп добавляют сметану, доводят до кипения.

Борщ можно подавать с отварным мясом, рыбными или мясными фрикадельками. Также можно отпускать с пампушками (см. ТК № 295). Температура подачи 75°C.

Требования к качеству

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

Консистенция: свекла и овощи – мягкие, капуста — упругая, соблюдается соотношение жидкой и плотной части

Цвет: малиново-красный, жира на поверхности — оранжевый

Вкус и запах: продуктов, входящих в блюдо, кисло-сладкий, умеренно соленый

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	2,0	5,4	12,8	111	250
12 лет и старше	2,4	6,4	15,4	133	300

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	40,71	22,90	1,08	0,05	0,06	7,95
12 лет и старше	48,85	27,47	1,30	0,06	0,07	9,54

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 61

На: суп картофельный с макаронными изделиями

№ рецептуры по сборнику: № 140, сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Картофель молодой до 1.09	93,7	75,0	112,5	90,0
или с 1.09 – 31.10	100,0	75,0	120,0	90,0
или с 1.11 – 31.12	107,1	75,0	128,6	90,0
или с 1.01 – 29.02	115,4	75,0	138,5	90,0
или с 1.03	125,0	75,0	150,0	90,0
Макаронные изделия	10,0	10,0	12,0	12,0
Морковь до 1.01	12,5	10,0	15,0	12,0
или с 1.01	13,3	10,0	16,0	12,0
Лук репчатый	11,9	10,0	14,3	12,0
Масло слив. или растит.	2,4	2,4	2,9	2,9
Соль йодированная	0,2	0,2	0,3	0,3
Вода или бульон	190,0	190,0	228,0	228,0
Выход	250		300	

Технология приготовления

Овощи хорошо промывают, очищают (см. стр.9) и нарезают в соответствии с видом используемых макаронных изделий: картофель — брусочками или кубиками, корни — брусочками, соломкой или кубиками, лук шинкуют или мелко рубят. Морковь и лук пассеруют (см. стр.71).

В кипящий бульон или воду кладут макароны и варят 10–15 мин, затем добавляют картофель и пассерованные овощи и варят суп до готовности. Лапшу кладут в суподновременно с картофелем, а вермишель и фигурные изделия за 10–15 мин до готовности супа. Добавляют соль. Температура подачи 75°C.

Суп можно готовить с курицей, говядиной, фрикадельками.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа — овощи и макаронные изделия, сохранившие форму

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

Цвет: супа — золотистый, жира на поверхности — светло-оранжевый

Вкус и запах: входящих в блюдо продуктов, умеренно соленый

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	5,5	4,5	20,2	149	250
12 лет и старше	6,6	5,4	24,2	179	300

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	15,02	22,85	0,96	0,10	0,10	6,60
12 лет и старше	18,02	27,42	1,15	0,12	0,07	7,92

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 63

На: суп картофельный с крупой

№ рецептуры по сборнику: № 138, сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Картофель молодой до 1.09	93,7	75,0	112,5	90,0
или с 1.09 – 31.10	100,0	75,0	120,0	90,0
или с 1.11 – 31.12	107,1	75,0	128,6	90,0
или с 1.01 – 29.02	115,4	75,0	138,5	90,0
или с 1.03	125,0	75,0	150,0	90,0
Морковь до 1.01	12,5	10,0	15,0	12,0
или с 1.01	13,3	10,0	16,0	12,0
Лук репчатый	11,9	10,0	14,3	12,0
Масло слив. или растит.	2,4	2,4	2,9	2,9
Крупа перловая (овсяная, пшеничная)	10,0	10,0	12,0	12,0
или крупа рисовая, пшено	5,0	5,0	6,0	6,0
или крупа манная	8,0	8,0	9,6	9,6
Вода или бульон для круп перловой, овсяной, пшеничной	180,0	180,0	216,0	216,0
или для остальных круп	190,0	190,0	228,0	228,0
Соль йодированная	0,2	0,2	0,3	0,3
Выход	250		300	

Технология приготовления

Овощи хорошо промывают, очищают (см. стр.9).

Лук мелко рубят, морковь нарезают мелкими кубиками и пассеруют (см. стр.71). Картофель нарезают кубиками.

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу (см. ТК № 57), картофель, пассерованные овощи и варят до готовности. Крупу рисовую кладут в бульон или воду одновременно с пассерованными овощами. Манную крупу засыпают в суп за 10 минут до готовности. За 5–10 минут до окончания варки кладут соль.

Температура подачи 75°C.

Требования к качеству

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 части

Цвет: супа — золотистый, жира на поверхности — светло-оранжевый

Вкус и запах: входящих в блюдо продуктов, умеренно соленый

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	2,6	2,1	19,3	113	250
12 лет и старше	3,2	2,6	23,2	136	300

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	15,74	24,01	0,92	0,08	0,06	7,0
12 лет и старше	18,89	28,81	1,10	0,10	0,07	8,4

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 65

На: суп картофельный с бобовыми и гречками

№ рецептуры по сборнику: № 139, сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Картофель до 1.09	62,5	50,0	75,0	60,0
или с 1.09 – 31.10	66,7	50,0	80,0	60,0
или с 1.11 – 31.12	71,4	50,0	85,7	60,0
или с 1.01 – 29.02	76,9	50,0	92,3	60,0
или с 1.03	83,3	50,0	100,0	60,0
Лук репчатый	11,9	10,0	14,3	12,0
Морковь до 1.01	16,2	13,0	19,5	15,6
или с 1.01	17,3	13,0	20,8	15,6
Масло растительное или сливочное	5,0	5,0	6,0	6,0
Горох или фасоль	20,2	20,0	24,2	24,0
Соль йодированная	0,2	0,2	0,3	0,3
Вода или бульон*	180,0	180,0	216,0	216,0
Масса готового супа		250,0		300,0
Хлеб пшеничный 1с	38,0	32,0	47,5	40,0
Масса гренок		20,0		25,0
Выход	250/20		300/25	

Технология приготовления

Овощи хорошо промывают, очищают (см. стр.9). Картофель нарезают крупными кубиками, морковь мелкими кубиками, лук мелко рубят.

Фасоль, горох, чечевицу подготавливают (перебирают, моют, кладут в холодную воду (2–3 л на 1 кг), фасоль и чечевицу — на 5–8 ч, лущеный горох — на 3–4 ч, затем варят в той же воде без соли при закрытой крышке до размягчения), затем кладут в бульон или воду, доводят до кипения, добавляют картофель, пассерованные морковь и лук (см. стр.71) и варят до готовности. Температура подачи 75°C.

Пшеничный хлеб очищают от корок*, нарезают кубиками (10x10) и подсушивают до хрустящего состояния в жарочном шкафу.

* Корки хлеба используют для приготовления панировочных сухарей.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа — картофель, нарезанный кубиками или дольками, горох или фасоль — в виде целых, неразваренных зерен

Консистенция: картофель и бобовые — мягкие, горох — пюреобразный, соблюдается соотношение жидкой и плотной части

Цвет: супа горохового — светло-желтый (горчиный), фасолевого светло-коричневый

Вкус и запах: входящих в блюдогороха, фасоли, умеренно соленый

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	7,3	4,4	30,8	204	250
12 лет и старше	9,0	5,4	38,9	253	300

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	38,30	42,23	2,23	0,20	0,08	4,66
12 лет и старше	46,41	52,31	2,77	0,24	0,10	5,59

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 70

На: **свекольник**

№ рецептуры по сборнику: №34, сб. Пермь. 2001 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Свекла(отв. неочищ. до 1.01)	80,0	80,0	96,0	96,0
или (отв. неочищ. с 1.01)	85,0	85,0	102,0	102,0
Масса отварной очищ. свеклы		62,5		75,0
Картофель до 1.09	53,9	43,1	64,6	51,7
или с 1.09 – 31.10	57,5	43,1	69,0	51,7
или с 1.11 – 31.12	61,6	43,1	73,9	51,7
или с 1.01 – 29.02	66,4	43,1	79,6	51,7
или с 1.03	71,9	43,1	86,2	51,7
Морковь до 1.01	12,5	10,0	15,0	12,0
или с 1.01	13,3	10,0	16,0	12,0
Лук репчатый	13,2	11,1	15,9	13,3
Масло растит. или слив.	4,0	4,0	4,8	4,8
Томат-паста	1,3	1,3	1,6	1,6
Сахар-песок	1,6	1,6	1,9	1,9
Вода или бульон	200,0	200,0	240,0	240,0
Соль йодированная	0,2	0,2	0,3	0,3
Сметана прокипяченная	10,0	10,0	12,0	12,0
Выход		250		300

Технология приготовления

Свеклу отваривают целиком в кожуре (см. стр.9), охлаждают, шинкуют соломкой. Картофель очищают, нарезают брусочками. Морковь шинкуют тонкой соломкой, лук репчатый полукольцами. Морковь и лук пассеруют (см. стр.71) при температуре 110°C, затем припускают с добавлением бульона. В кипящий бульон закладывают пассерованные морковь и лук, варят 10 мин. Затем кладут свеклу, пассерованную томат-пасту, варят до готовности. За 5 мин до готовности вводят соль, сахар и лавровый лист. В готовый свекольник добавляют сметану, доводят до кипения. Температура подачи 75°C.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа распределены овощи, сохранившие форму нарезки

Консистенция: овощей — мягкая, соблюдается соотношение жидкой и плотной части

Цвет: красный, жира на поверхности — светло-оранжевый

Вкус и запах: входящих в блюдо продуктов

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	2,5	4,5	15,0	115	250
12 лет и старше	3,0	5,4	18,0	138	300

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	33,33	27,63	1,39	0,06	0,06	4,97
12 лет и старше	40,00	33,15	1,67	0,07	0,07	5,96

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 76

На: суп молочный с крупой («Артек», рис, пшено, овес)

№ рецептуры по сборнику: № 161, сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию					
	от 7 до 11 лет				12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Молоко	100,0	100,0	125,0	125,0	150,0	150,0
Соль йодированная	0,2	0,2	0,3	0,3	0,4	0,4
Вода	110,0	110,0	138,0	138,0	166,0	166,0
Крупа рисовая	12,0	12,0	15,0	15,0	18,0	18,0
или ячневая, гречневая, пшено	16,0	16,0	20,0	20,0	24,0	24,0
или крупа манная, овсяная	12,0	12,0	15,0	15,0	18,0	18,0
или крупа «Артек»	16,0	16,0	20,0	20,0	24,0	24,0
Масло сливочное	1,6	1,6	2,0	2,0	2,4	2,4
Сахар-песок	2,4	2,4	3,0	3,0	3,6	3,6
Выход	200		250		300	

Технология приготовления

Крупы (рисовую, гречневую, ячневую, пшено, овсяную) варят в подсоленной воде до полуготовности 10–15 минут. Затем добавляют горячее молоко, кладут соль, сахар и варят до готовности.

Манную крупу предварительно просеивают, всыпают тонкой струйкой в кипящую смесь молока и воды, кладут соль, сахар и варят 5–7 мин до готовности.

При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом (доведенным до кипения). Температура подачи 75°C.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа — крупа разваренная, на поверхности — маслосливочное

Консистенция: в меру вязкая, крупы — мягкая, набухшая, соблюдается соотношение жидкой и плотной частей супа

Цвет: молочно-белый, свойственный продуктам, входящим в состав супа

Вкус и запах: кипяченого молока, продуктов, входящих в суп, сладковатый

Суп молочный с крупой «Артек»

Пищевая ценность изделия

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
---------	----------	---------	-------------------------------------	----------------------------------	-------------

от 7 до 11 лет	4,4	4,1	16,4	120	200
	5,5	5,2	20,5	150	250
12 лет и старше	6,6	6,2	24,6	180	300

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	111,46	20,53	0,75	0,06	0,13	0,52
	139,33	25,67	0,94	0,08	0,17	0,65
12 лет и старше	167,20	30,80	1,12	0,09	0,20	0,78

Суп молочный с крупой рисовой

Пищевая ценность изделия

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	3,5	4,1	14,5	109	200
	4,4	5,1	18,1	136	250
12 лет и старше	5,3	6,1	21,8	164	300

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	106,68	17,40	0,20	0,04	0,13	0,52
	133,35	21,75	0,25	0,04	0,16	0,65
12 лет и старше	160,02	26,10	0,30	0,05	0,19	0,78

Суп молочный с крупой пшениной

Пищевая ценность изделия

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	4,5	4,4	16,1	122	200
	5,6	5,6	20,2	153	250
12 лет и старше	6,7	6,7	24,2	183	300

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	109,63	23,73	0,47	0,08	0,13	0,52
	137,04	29,67	0,59	0,10	0,16	0,65
12 лет и старше	164,45	35,60	0,71	0,11	0,19	0,78

Суп молочный с крупой овсяной

Пищевая ценность изделия

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	4,1	4,6	12,9	109	200
	5,2	5,8	16,2	137	250
12 лет и старше	6,2	6,9	19,4	164	300

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	112,60	24,29	0,50	0,07	0,13	0,52
	140,74	30,36	0,63	0,09	0,16	0,65
12 лет и старше	168,89	36,43	0,75	0,11	0,20	0,78

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 78

На: суп молочный с макаронными изделиями

№ рецептуры по сборнику: № 160, сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Макаронные изделия	20,0	20,0	24,0	24,0
Вода	105,0	105,0	126,0	126,0
Молоко	125,0	125,0	150,0	150,0
Соль йодированная	0,2	0,2	0,3	0,3
Масло сливочное	2,0	2,0	2,4	2,4
Сахар-песок	2,0	2,0	2,4	2,4
Выход	250		300	

Технология приготовления

Макаронные изделия варят в воде до полуготовности (макароны – 15–20 мин, лапшу – 10–12 мин, вермишель – 5–7 мин), 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.

Температура подачи 75°C.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа распределены макаронные изделия, сохранившие форму, на поверхности масло сливочное

Консистенция: макаронных изделий — мягкая

Цвет: супа – молочно-белый

Вкус и запах: продуктов, входящих в суп, умеренно сладкий

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	5,5	5,2	19,9	150	250
12 лет и старше	6,6	6,2	23,8	180	300

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	135,61	18,01	0,39	0,06	0,16	0,65
12 лет и старше	162,73	21,61	0,48	0,07	0,19	0,78

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 3.1

На: **бульон из кур**

№ рецептуры по сборнику: № 38, сб. Пермь 2008 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию	
	брутто, г	нетто, г
Куры потрош. 1 кат.	214,0	190,0
Масса отварной курицы		125,0
или кости кур	62,5	62,5
Морковь до 01.01	12,5	10,0
с 01.01	13,3	10,0
Лук репчатый	12,0	10,0
Петрушка корень	14,0	10,0
Соль йодированная	1,0	1,0
Вода	1250,0	1250,0
Выход		1000

Технология приготовления

Бульон из кур готовят, если в меню включено блюдо из отварной птицы.

Тушки кур обрабатывают — кожу на шейке разрезают вдоль со стороны позвоночника, оголяют шейку и вырубают ее по последнему шейному позвонку. Ножки должны быть удалены ниже коленного сустава на 1 см. Удаляют внутренний жир, крылья по локтевой сустав. Промывают в проточной воде. Крылья вывертывают к спинке, прижимая кожу, суставы окорочков соединяют вместе (связывают) и прижимают окорочка к тушке.

Подготовленные тушки кур закладывают в кипящую воду и варят при слабом кипении, в процессе снимая пену и жир, 50–60 мин. Время варки цыплят 20–30 мин, старых кур 2–3 часа. За 40 мин до готовности добавляют коренья, подпеченные до золотистого цвета, ломтики моркови и лука, соль. Готовый бульон процеживают.

Требования к качеству

Внешний вид: бульон прозрачный, без наличия жира

Консистенция: однородная, жидкая

Цвет: золотистый

Вкус и запах: свежесваренного бульона, с выраженным запахом мяса птицы, аромата овощей, слабосоленый

Пищевая ценность изделия (блюда)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Са, мг	Mg, мг	Fe, мг	В ₁ , мг	В ₂ , мг	С, мг	Энергетическая ценность, ккал
28,4	19,7	2,5	28,66	24,79	2,12	0,05	0,11	1,81	303

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 3.2

На: **бульон мясной**

№ рецептуры по сборнику: ТТК №4

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию	
	брутто, г	нетто, г
Говядина (котлетное мясо)	135,7	100,0
Морковь до 01.01	10,0	8,0
с 01.01	10,7	8,0
Лук репчатый	9,5	8,0
Петрушка корень	7,0	5,0
Соль йодированная	1,0	1,0
Вода	1250,0	1250,0
Выход	1000	

Технология приготовления

Подготовленное мясо закладывают в горячую воду и варят при слабом кипении. Куски мяса должны быть полностью покрыты водой, в процессе варки бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки 1,5–2 часа. За 15–20 мин до окончания варки в бульон добавляют коренья, подпеченные до золотистого цвета лук репчатый и морковь, соль. Морковь и лук нарезают на половинки (крупные корнеплоды следует разрезать вдоль на несколько частей), кладут нарезанной стороной на чистые сухие чугунные сковороды и подпекают без жира до образования светло-коричневой корочки, не допуская подгорания. Готовый бульон процеживают.

Требования к качеству

Внешний вид: бульон прозрачный, без наличия жира

Консистенция: однородная, жидкая

Цвет: золотистый

Вкус и запах: свежесваренного бульона, с выраженным запахом мяса, аромата овощей, слабосоленый

Пищевая ценность изделия (блюда)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Са, мг	Mg, мг	Fe, мг	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг	Энергетическая ценность, ккал
17,7	14,1	1,1	12,0	22,76	2,45	0,05	0,13	0,48	203

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 3.5

На: **суп кудрявый**

№ рецептуры по сборнику: ТТК №5

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Картофель молодой до 1.09	140,6	112,5	168,7	135,0
или с 1.09 – 31.10	150,0	112,5	180,0	135,0
или с 1.11 – 31.12	160,7	112,5	192,8	135,0
или с 1.01 – 29.02	173,1	112,5	207,7	135,0
или с 1.03	187,5	112,5	225,0	135,0
Морковь до 1.01	12,0	9,6	14,4	11,5
с 1.01	12,8	9,6	15,4	11,5
Лук репчатый	11,9	10,0	13,0	12,0
Масло сливочное или растительное	2,4	2,4	2,9	2,9
Яйца	½ шт	20,0	3/5 шт	24,0
Соль йодированная	0,35	0,35	0,42	0,42
Бульон костный	180,0	180,0	216,0	216,0
Сметана	10,0	10,0	12,0	12,0
Выход	250		300	

Технология приготовления

Лук шинкуют, пассеруют с маслом, смешивают с морковью (см. стр.9 и стр.71) и тушат под крышкой до готовности. В кипящий бульон закладывают картофель, нарезанный брусочками, доводят до кипения и варят 10 минут, добавляют пассерованные овощи и при постоянном помешивании вводят предварительно обработанные, затем освобожденные от скорлупы и взбитые яйца. Доводят до кипения и варят 7 минут до готовности. В готовый суп добавляют сметану, доводят до кипения.

Температура подачи 75°C.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа картофель, нарезанный брусочками, хлопья яичной массы, заправлен сметаной

Консистенция: овощи — мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части

Цвет: бульона — прозрачный

Вкус и запах: продуктов, входящих в суп, умеренно соленый

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	7,2	6,6	18,5	168	250
12 лет и старше	8,6	7,9	22,2	201	300

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	25,93	29,06	1,46	0,12	0,14	9,59
12 лет и старше	31,12	34,87	1,75	0,14	0,17	11,51

БЛЮДА ИЗ РЫБЫ

Первичная обработка рыбы складывается из следующих операций: разморозка; очистка от чешуи; удаление головы и плавников, внутренностей; промывание; разделка и нарезка полуфабрикатов.

После оттаивания рыбу очищают от чешуи по направлению от хвоста к голове, затем делают разрез от головы до подхвостного плавника и удаляют внутренности. Отрезают голову, хвост, плавники и хорошо промывают.

В зависимости от использования существует несколько видов разделки рыбы: накругляши, порционные куски из непластованной рыбы, филе с кожей, реберными и позвоночными костями, филе с кожей без костей и чистое филе без кожи и костей.

Разделка рыбы на филе (пластование).

Рыбу массой более 1,5 кг разделяют на филе путем ее пластования, после чего нарезают на порционные куски.

Для получения филе с кожей, реберными и позвоночными костями рыбу очищают от чешуи, удаляют плавники, голову, разрезают брюшко и вынимают внутренности, затем промывают и обсушивают.

После этого, начиная с головы или хвоста, срезают половину рыбы (филе), ведя нож параллельно позвоночнику, но так, чтобы на нем не оставалось сверху мякоти.

В результате такого пластования получают два филе: филе с кожей и реберными костями (верхнее филе), и филе с кожей, реберными и позвоночной костью (нижнее филе).

Оба полученных филе нарезают на порционные куски поперек, но масса кусков с позвоночной костью должна быть на 10 % больше кусков без костей, количество отходов — до 43 %

Чтобы удалить позвоночную кость, нижнее филе перевертывают и укладывают на доску кожей вверх. Начиная со стороны головы или хвоста, подрезают мякоть и срезают ее с позвоночной кости, оставляя на доске позвоночник.

Таким образом, получают оба филе с кожей и реберными костями, которые затем нарезают поперек на порционные куски. Количество отходов при этом способе разделки увеличится на 7–10 %.

Филе с кожей и реберными костями укладывают на доску кожей вниз и начиная с более толстой части мякоти спинки срезают реберные кости и внутренние кости плавников. Полученное филе нарезают поперек на порционные куски. При этом отходы составляют 48–49%.

Чтобы получить чистое филе, удаляют кожу. Для этого филе кладут на разделочную доску кожей вниз и надрезают мякоть до кожи со стороны хвоста; отступив от его конца на 1 см (надрез делают осторожно, чтобы не прорезать кожу), удобнее разделять рыбу на филе без кожи и костей, кожу оставляют с чешуей, не удаляя ее в начале обработки. Филе без кожи и костей нарезают поперек на порционные куски или используют для приготовления котлетной массы, кнельной массы и фаршей. Количество отходов при обработке рыбы на чистое филе составляет от 50 до 68%.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 79

На: **рыба припущенная**

№ рецептуры по сборнику: № 371, сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Минтай неразд.	221,4	110,7	295,2	147,6
или горбуша неразд.	249,3	109,8	332,4	146,4
или горбуша потр. с гол.	156,6	109,8	208,8	146,4
или хек тихоокеан. неразд.	249,3	109,8	332,4	146,4
или хек тихоокеан. потр. без гол.	148,5	109,8	198,0	146,4
или треска потр. без гол.	238,5	109,8	318,0	146,4
Лук репчатый	3,8	3,2	4,3	4,3
Морковь до 1.01	4,0	3,2	5,4	4,3
или с 1.01	4,3	3,2	5,7	4,3
Соль йодированная	0,5	0,5	0,6	0,6
Выход	90		120	

Технология приготовления

Овощи хорошо промывают и очищают (см. стр.9).

Порционные куски рыбы, нарезанные на филе с кожей без костей (см. стр.112), кладут в посуду в один ряд, подливают горячую воду или бульон, солят, добавляют лук репчатый, морковь и припускают 15–20 мин.

Отпускают с соусом и гарниром. Температура подачи 65°C.

Гарниры – картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные.

Соусы – белый, томатный.

Требования к качеству

Внешний вид: куски филе рыбы, сохраняющие форму, сбоку гарнир

Консистенция: мягкая, сочная, не дряблая

Цвет: филе рыбы – от белого до серого

Вкус и запах: припущенной рыбы и гарнира

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	15,9	0,9	0,5	74	90
12 лет и старше	21,2	1,2	0,7	99	120

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	1,46	1,31	0,04	0,01	0,01	0,08
12 лет и старше	1,95	1,75	0,05	0,01	0,01	0,11

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 80

На: **рыба, тушеная в томате с овощами**

№ рецептуры по сборнику: № 374, сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Минтай неразд.	123,0	61,5	147,6	73,8
или горбуша неразд.	105,0	61,0	74,3	73,2
или горбуша потр. с гол.	87,0	61,0	104,4	73,2
или хек неразд.	82,5	61,0	99,0	73,2
или хек потр. без гол.	138,5	61,0	166,2	73,2
или треска потр. без гол.	132,5	61,0	159,0	73,2
Масса готовой рыбы		50,0		60,0
Лук репчатый	9,5	8,0	11,4	9,6
Морковь до 1.01	27,5	22,0	33,0	26,4
или с 1.01	29,3	22,0	35,2	26,4
Томат-паста	4,0	4,0	4,8	4,8
Масло растительное	5,0	5,0	6,0	6,0
Кислота лимонная	0,15	0,15	0,18	0,18
Сахар-песок	2,0	2,0	2,4	2,4
Соль йодированная	0,5	0,5	0,6	0,6
Вода	18,7	18,7	22,5	22,5
Масса готовых овощей		50,0		60,0
Выход	100,0		120,0	

Технология приготовления

Рыбу подготавливают (см. стр.112). Овощи хорошо промывают и очищают (см. стр.9).Порционные куски рыбы нарезают на филе с кожей без костей, укладывают в посуду вдва слоя, чередуя со слоями нашинкованных овощей, заливают бульоном или водой,добавляют масло растительное, томат-пасту, лимонную кислоту, сахар, соль, посудузакрывают крышкой и тушат до готовности (45–60 мин); за 5–7 мин до окончания тушения можно добавить лавровый лист.

При отпуске рыбу поливают соусом с овощами, в котором она тушилась. Температура подачи 65°C.
Гарниры – картофель отварной, пюре картофельное, рагу овощное.

Требования к качеству

Внешний вид: тушеный кусочек филе рыбы уложен на тарелку, с овощами и соусом, сбоку гарнир

Консистенция: мягкая, допускается легкое расслаивание мякоти

Цвет: филе рыбы – на разрезе белый или светло-серый, овощей – натуральный

Вкус и запах: рыбы в сочетании с овощами

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	8,9	4,4	4,7	94	100
12 лет и старше	10,7	5,2	5,6	113	120

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	8,09	9,68	0,29	0,01	0,02	1,30
12 лет и старше	9,71	11,61	0,34	0,02	0,02	1,55

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 83

На: **котлеты или биточки рыбные**

№ рецептуры по сборнику: № 388, сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Горбуша неразд.	100,8	58,5	134,3	78,0
или горбуша потр. с гол.	83,6	58,5	111,4	78,0
или хек неразд.	121,9	58,5	162,5	78,0
или хек потр. без гол.	79,1	58,5	105,5	78,0
или треска потр. без гол.	77,2	58,5	102,9	78,0
или минтай неразд.	119,6	59,8	159,4	79,7
Молоко или вода	23,4	23,4	31,2	31,2
Хлеб пшеничный	16,2	16,2	21,6	21,6
Сухари пшен. панировочные	9,0	9,0	12,0	12,0
Соль йодированная	0,5	0,5	0,6	0,6
Масса полуфабриката		104,4		139,2
Масло растительное	7,2	7,2	9,6	9,6
Выход		90		120

Технология приготовления

Подготовленную рыбу (см. стр.112) нарезают на куски с кожей без костей и пропускают через мясорубку с замоченным хлебом в воде или молоке, кладут соль, тщательно перемешивают и отбивают. Придают форму котлет или биточков и панируют в сухарях. Подготовленные котлеты или биточки укладывают на смазанный маслом противень и запекают в жарочном шкафу при температуре 250°C 15–20 мин.

При отпуске гарнируют, поливают соусом или маслом сливочным (доведенным до кипения). Температура подачи 65°C.

Гарниры — картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с маслом, овощи, припущенные с маслом.

Соусы — томатный, сметанный.

Требования к качеству

Внешний вид: котлеты овально-приплюснутой формы с заостренным концом, сбоку – гарнир

Консистенция: сочная, нежная, однородная

Цвет: котлет или биточков– светло-серый, гарнира – используемых овощей

Вкус и запах: рыбной котлетной массы, умеренно соленый

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	21,6	10,5	12,4	233	90
12 лет и старше	28,8	14,0	16,6	311	120

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	55,80	47,99	1,13	0,12	0,14	0,18
12 лет и старше	74,40	63,99	1,50	0,17	0,18	0,24

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 86

На: **фрикадельки рыбные**

№ рецептуры по сборнику: № 175, сб. Пермь. 2008 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Минтай потр. б/г	101,3	72,0	112,5	80,0
или треска (мелкая) потр. без гол.	98,9	72,0	109,9	80,0
Хлеб	12,8	12,8	14,3	14,3
Молоко	18,0	18,0	20,0	20,0
или вода	15,8	15,8	17,5	17,5
Яйца	¼ шт	10,3	2/7 шт	11,4
Соль йодированная	0,5	0,5	0,6	0,6
Масса полуфабриката		105,5		117,2
Масса готовых фрикаделек		90,0		100,0
Масло сливочное	5,0	5,0	10,0	10,0
или соус	30,0	30,0	40,0	40,0
Выход		90/5		100/10

Технология приготовления

Филе без кожи и костей (см.стр.109) нарезают на куски, измельчают на мясорубке, второй раз пропускают на мясорубке вместе с бланшированным репчатым луком замоченным в воде или молоке пшеничным хлебом, добавляют яйца, соль, хорошо вымешивают, массу выбивают и разделявают на шарики массой по 16–18 г, по 5–9 штук на порцию. Шарики опускают в кипящий рыбный бульон и варят 10–15 мин, недопуская сильного кипения.

Гарниры: каши вязкие, овощные пюре, овощи отварные и припущенные, макаронные изделия.

Температура подачи 65°C.

Соусы: белый или томатный, приготовленные на рыбном бульоне.

Требования к качеству

Внешний вид: фрикадельки в виде шариков, сохраняющие форму, покрытые соусом маслом, сбоку гарнир

Консистенция: плотная, сочная, однородная

Цвет: белый или светло-серый

Вкус и запах: отварной рыбы, умеренно соленый, приятный

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	11,3	5,4	6,5	121	90/5
12 лет и старше	12,5	6,3	7,2	137	100/10

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	15,90	2,39	0,33	0,01	0,03	0,01
12 лет и старше	17,71	2,65	0,37	0,01	0,04	0,01

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 87

На: **тефтели рыбные**

№ рецептуры по сборнику: № 394, сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Горбуша неразд.	70,7	39,0	82,5	45,5
или горбуша потр. с гол.	58,2	39,0	67,9	45,5
или хек неразд.	88,7	39,0	103,5	45,5
или хек потр. без гол.	57,8	39,0	64,0	45,5
или треска потр. без гол.	53,6	39,0	62,5	45,5
или минтай неразд.	86,6	39,8	101,0	46,5
Мука пшеничная в/с	4,8	4,8	5,6	5,6
Лук репчатый	9,6	8,8	11,2	10,3
Молоко или вода	12,0	12,0	14,0	14,0
Хлеб пшеничный	8,8	8,8	10,3	10,3
Соль йодированная	0,4	0,4	0,5	0,5
Масса полуфабриката		70,8		141,6
Масло растительное	4,8	4,8	9,6	9,6
Масса тушеных тефтелей		60,0		70,0
Бульон или вода	36,0	36,0	45,0	45,0
Масло сливочное	1,8	1,8	2,2	2,2
Мука пшеничная в/с	1,8	1,8	2,2	2,2
Морковь до 1.01	3,0	2,4	3,7	3,0
или с 1.01	3,2	2,4	4,0	3,0
Лук репчатый	1,0	0,8	1,2	1,0
Масло сливочное	0,6	0,6	0,8	0,8
Сахар	0,4	0,4	0,5	0,5
Томат-паста	5,6	5,6	7,0	7,0
Соус томатный		40,0		50,0
Выход		60/40		70/50

Технология приготовления

Подготовленное филе рыбы (см. стр. 112) без кожи и костей нарезают на куски, пропускают 2 раза через мясорубку вместе с луком и замоченным в молоке или воде пшеничным хлебом. Массу хорошо вымешивают, выбивают и формируют шарики по 3–4 шт. на порцию, панируют в муке, выкладывают на противень, смазанный маслом, заливают соусом, добавляя воду (10% от массы соуса) и тушат 10–15 мин до готовности. Тефтели можно готовить, заменяя хлеб рисом припущенным. Рис вводят в готовую котлетную массу в охлажденном виде. При отпуске тефтели поливают соусом томатным, в котором они тушились. Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: тефтели в виде шариков с равномерной мягкой корочкой, без трещин, политые соусом, сбоку гарнир

Консистенция: в меру плотная, сочная, однородная

Цвет: филе рыбы – светло-серый

Вкус и запах: рыбный, приятный, умеренно соленый

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	8,7	8,4	11,2	157	60/40
12 лет и старше	10,3	10,0	13,7	189	70/50

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	20,14	14,07	0,53	0,06	0,05	2,05
12 лет и старше	23,72	16,95	0,65	0,08	0,07	2,98

БЛЮДА ИЗ МЯСА И МЯСОПРОДУКТОВ

Подготовка мяса: замороженное мясо сначала оттаивают. Перед разделкой мясо обмывают чистой проточной водой, а очень загрязненные места и клейма срезают. Затем отмытые туши промывают холодной водой при температуре 15–20°C, а затем обсушивают и разделяют на части. Зачищают от сухожилий, пленок, соединительных тканей, излишнего жира. Подготовленное мясо нарезают в соответствии с технологией приготовления.

Подготовка субпродуктов (печень, языки, сердце)

Субпродукты относят к группе особо скоропортящихся продуктов. Поэтому при поступлении на предприятия необходимо тщательно проверять их доброкачественность. Субпродукты, у которых изменился внешний вид, запах или консистенции, предприятиями общественного питания не принимаются.

Мороженые субпродукты размораживают на воздухе в мясном цехе при температуре 15–18°C, укладывая их в один ряд на противень или в другую посуду. Размороженные субпродукты обрабатывают.

Печень промывают в холодной воде и снимают пленку. У печени вырезают внутренние кровеносные сосуды.

Все виды мяса, предназначенные для варки, нарезают кусками массой не более 2 кг. Подготовленное мясо закладывают в горячую воду (на 1 кг мяса 1–1,5 л воды) и варят при слабом кипении. Куски мяса должны быть полностью покрыты водой. Для улучшения вкуса и аромата вареного мяса в бульон при варке добавляют коренья и репчатый лук. Соль йодированную и специи кладут в бульон за 15–20 мин. до готовности мяса, лавровый лист – за 5 мин. Готовность мяса определяют поварской иглой. В сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

Отварные мясные продукты отпускают с различными соусами, для приготовления которых используют бульон, полученный при их варке. На гарнир к отварным мясным продуктам рекомендуется подавать отварные или припущенные овощи, картофельное пюре, тушеную капусту, а также припущенный рис и другие рассыпчатые каши.

Из рубленого мяса, получаемого путем измельчения говядины, свинины или телятины на мясорубке, приготавливают натуральные рубленые изделия без добавления хлеба (бифштексы, шницели, котлеты и др.) и с добавлением хлеба (котлеты, биточки, зразы, тефтели и др.).

Все куски мякоти должны быть зачищены от сухожилий и грубой соединительной ткани. Для улучшения вкуса и сочности готовых изделий в состав нежирного котлетного мяса включают жир-сырец (5–10%).

Для приготовления изделий с добавлением хлеба измельченное на мясорубке мясо соединяют с черствым пшеничным хлебом 1-го или высшего сорта, предварительно замоченным в молоке или воде, добавляют соль, перец (иногда репчатый лук) и перемешивают. Повторно пропускают через мясорубку, котлетную массу еще раз перемешивают.

В процессе приготовления рубленых полуфабрикатов необходимо принимать меры, снижающие бактериальную обсемененность сырья и готовых полуфабрикатов (котлетное мясо промывают холодной проточной водой; измельченное мясо и котлетную массу охлаждают, добавляя холодную воду или пищевой лед).

Сформованные полуфабрикаты сразу направляют в тепловую обработку или помещают в холодильник для охлаждения до +6 °С.

Мясные рубленые изделия рекомендуется жарить непосредственно перед отпуском. Полуфабрикаты кладут на сковороду или противень с жиром, нагретым до температуры 150–160 °С, и обжаривают 3–5 мин. с двух сторон до образования поджаристой корочки, а затем доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 250–280 °С (5–7 мин).

При отпуске натуральные рубленые изделия поливают мясным соком, изделия из котлетной массы – соусом. На гарнир отпускают картофель отварной, картофельное пюре, отварные или тушеные, макаронные изделия отварные, каши рассыпчатые и др.

Температура вторых мясных блюд в момент подачи должна составлять 60–65 °С.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 94

На: **бефстроганов из отварного мяса**

№ рецептуры по сборнику: №148, сб. Пермь. 2001 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина 1 категории	132,1	97,2	154,1	113,4
Морковь до 01.01	3,7	3,0	4,4	3,5
с 01.01	4,0	3,0	4,7	3,5
Лук репчатый	3,6	3,0	4,7	3,5
Масса отварного мяса		60,0		70,0
Морковь до 01.01	8,9	7,1	10,4	8,3
с 01.01	9,5	7,1	11,0	8,3
Масса отварного мяса		7,0		8,2
Сметана	10,0	10,0	12,0	12,0
Мука пшеничная в/с	3,1	3,1	3,8	3,8
Вода или бульона	30,0	30,0	37,5	37,5
Соус сметанный		40,0		50,0
Соль йодированная	0,4	0,4	0,5	0,5
Выход		100		120

Технология приготовления

Подготовленное мясо отваривают (см. стр. 249), нарезают соломкой длиной 3х3х30 мм и соединяют с отварной протертой морковью, сметанным соусом (см. ТК № 249) и тушат 5–10 мин в посуде с закрытой крышкой.

Отпускают с соусом и гарниром. Температура подачи 65°C.

Гарниры – картофель отварной, картофельное пюре и др.

Требования к качеству

Внешний вид: нарезанное кусочками мясо, тушеное с соусом, сбоку – гарнир

Консистенция: мяса – сочная, мягкая, соуса – однородная

Цвет: мяса – светло-серый, свойственный соусу

Вкус и запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	20,8	16,3	3,2	244	100
12 лет и старше	24,7	19,5	3,9	291	120

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	17,26	19,72	2,12	0,02	0,08	0,06
12 лет и старше	20,78	23,10	2,48	0,04	0,10	0,08

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 97

На: гуляш из отварной говядины

№ рецептуры по сборнику: № 246, сб. Дели плюс 2015 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина 1 категории	110,0	81,0	131,5	96,8
Морковь до 1.01	2,5	2,0	3,0	2,4
или с 1.01	2,7	2,0	3,2	2,4
Лук репчатый	2,4	2,0	2,9	2,4
Масса отварного мяса		50,0		60,0
Томат-паста	1,8	1,8	2,2	2,2
Масло растительное	5,0	5,0	6,0	6,0
Мука пшеничная в/с	2,0	2,0	2,4	2,4
Морковь до 1.01	12,5	10,0	15,0	12,0
или с 1.01	13,3	10,0	16,0	12,0
Лук репчатый	10,3	8,7	12,4	10,4
Масса соуса		50,0		60,0
Соль йодированная	0,4	0,4	0,5	0,5
Выход	100		120	

Технология приготовления

Лук шинкуют, вместе с нарезанной морковью, слегка пассеруют и припускают (см. стр.9 и стр.71).

Затем их смешивают с вареным мясом (см. стр. 129), нарезанным кубиком и томат-пастой (или

помидорами, нарезанными дольками). Мясо с овощами заливают кипящей водой, варят на слабом огне 15–20 минут, после чего бульон сливают и готовят на нем соус, которым заливают мясо и доводят до кипения. Отпускают с соусом и гарниром. Гарниры — каши рассыпчатые, каши вязкие, картофель отварной, пюре картофельное.
Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: небольшие порционные куски политы соусом, сбоку – гарнир

Консистенция: мяса – сочная, мягкая, соуса – однородная

Цвет: мяса – светло-серый, свойственный овощам и соусу

Вкус и запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	13,4	13,4	3,1	188	100
12 лет и старше	16,0	16,1	3,8	225	120

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	11,50	18,54	1,85	0,03	0,07	0,29
12 лет и старше	13,81	22,24	2,22	0,03	0,08	0,35

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 98

На: **жаркое по-домашнему**

№ рецептуры по сборнику: № 436, сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина 1 категории	128,8	94,8	171,7	126,4
Масса тушеного мяса		60,0		80,0
Картофель молодой до 1.09	120,0	96,0	160,0	128,0
или с 1.09 – 31.10	128,0	96,0	170,7	128,0
или с 1.11 – 31.12	137,1	96,0	182,9	128,0
или с 1.01 – 29.02	147,7	96,0	196,9	128,0
или с 1.03	160,0	96,0	213,3	128,0
Лук репчатый	35,7	30,0	47,6	40,0
Масло растительное	4,8	4,8	6,4	6,4
Томат-паста	2,4	2,4	3,2	3,2
Масса готовых овощей		120,0		160,0
Соль йодированная	0,4	0,4	0,5	0,5
Выход		180		240

Технология приготовления

Овощи хорошо промывают и очищают (см. стр.9).

Подготовленное мясо (см. стр.129) нарезают по 2–4 куса на порцию массой по 30–40 г, картофель и лук — дольками, затем мясо и овощи слегка обжаривают 3–5 мин. (без образования корочки) по отдельности.

Мясо и овощи кладут в посуду слоями, чтобы снизу и сверху мяса были овощи, добавляют томат-пасту, соль и бульон, закрывают крышкой и тушат до готовности при слабом кипении. За 5–10 мин до окончания тушения кладут лавровый лист. Отпускают жаркое вместе с бульоном и гарниром. Блюдо можно готовить без томат-пасты. Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: кусочки мяса одинаково нарезаны, овощи сохранили форму нарезки

Консистенция: мяса – сочная, мягкая, овощей – мягкая

Цвет: мяса – серый, свойственный овощам и соусу

Вкус и запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	18,2	18,2	17,6	312	180
12 лет и старше	24,3	24,2	23,5	416	240

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	27,49	44,51	3,40	0,10	0,14	2,44
12 лет и старше	35,65	59,35	4,54	0,14	0,19	3,26

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 99

На: **котлеты, биточки, шницели**

№ рецептуры по сборнику: № 451, сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Котлетное мясо (говядина)	50,3	37,0	70,4	51,8
Молоко или вода	12,0	12,0	16,8	16,8
Хлеб пшеничный	9,0	9,0	12,6	12,6
Сухари пшен. панировочные	5,0	5,0	7,0	7,0
Масса полуфабриката		62,0		86,8
Масло растительное	3,0	3,0	4,2	4,2
Соль йодированная	0,2	0,2	0,3	0,3
Масса готового блюда		50,0		70,0
Соус:				
Сметана	10,0	10,0	12,5	12,5
Мука пшеничная	3,0	3,0	4,2	4,2
Бульона	30,0	30,0	37,5	37,5
Соус сметанный		40,0		50,0
Томат-паста	1,6	1,6	2,0	2,0
Соус сметанный с томатом		40,0		50,0

Выход с соусом	90	120
-----------------------	-----------	------------

Технология приготовления

Подготовленную говядину (см. стр.129) нарезают на куски, дважды пропускают через мясорубку вместе с замоченным в молоке хлебом, солят и отбивают. Придают форму котлет или биточков или шницелей, панируют в сухарях, укладывают на смазанный маслом разогретый противень, слегка обжаривают 3–5 мин. (без образования корочки) и доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 250–280°C в течение 5–7 мин. Котлеты/биточки/шницели можно готовить с добавлением репчатого лука (5г нетто). Выход изделий не меняется, т.к. соответственно уменьшается норма молока или воды.

При отпуске изделий их гарнируют и поливают соусом. Температура подачи 65°C.

Соусы – томатный (см. ТК № 248) или сметанный (см. ТК № 249).

Требования к качеству

Внешний вид: форма котлет – овально-приплюснутая с заостренным концом, биточков – кругло-приплюснутая толщиной 2–2,5 см, шницелей – плоскоовальная, сбоку подлит соус или масло и уложен гарнир

Консистенция: мяса – сочная, пышная, однородная

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

Вкус и запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	8,0	8,2	10,6	151	90
12 лет и старше	11,1	11,3	14,5	207	120

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	26,27	16,59	0,76	0,03	0,06	0,10
12 лет и старше	35,73	22,98	1,05	0,04	0,09	0,13

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 102

На: **котлеты рубленые, запеченные с молочным соусом**

№ рецептуры по сборнику: № 453, сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина (котлетное мясо)	35,3	26,0	42,4	31,2
Хлеб	6,0	6,0	7,2	7,2
Молоко или вода	9,0	9,0	10,8	10,8
Соус молочный густой (для фарширования):				
Молоко	17,1	17,1	20,5	20,5
Масло сливочное	2,5	2,5	3,0	3,0
Мука пшеничная в/с	2,5	2,5	3,0	3,0
Вода	2,8	2,8	3,4	3,4
Масса соуса		19,0		22,8
Масло сливочное	4,0	4,0	4,8	4,8
Сыр голландский	2,0	2,0	2,4	2,4
Масса полуфабриката		64,0		76,8
Масса запеченных котлет		50,0		60,0
Масло растительное	7,2	7,2	8,6	8,6
Масло сливочное	2,8	2,8	3,4	3,4
Мука пшеничная в/с	2,8	2,8	3,4	3,4
Сахар	0,5	0,5	0,6	0,6

Молоко	25,0	25,0	30,0	30,0
Вода	25,0	25,0	30,0	30,0
Соус молочный № 251, сб. 2021		50,0		60,0
Выход		50/50		60/60

Технология приготовления

Непанированные котлеты (см. стр.129) кладут на смазанный маслом противень или сковороду, в середине по длине котлеты делают углубление, заполняют его густым молочным соусом (пассерованную на масле муку разводят горячим молоком с добавлением воды или бульона и варят 7–10 мин при слабом кипении), посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают 15–20 мин 250–280°C. При отпуске котлеты гарнируют, подают с молочным соусом. Температура подачи 65°C.

Гарниры — картофель отварной, овощи отварные или припущенные, сложные гарниры.

Требования к качеству

Внешний вид: форма котлет – овально-приплюснутая с заостренным концом

Консистенция: мяса – сочная, пышная, однородная

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

Вкус и запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пищевые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	6,8	16,3	8,8	210	100
12 лет и старше	8,2	19,5	10,5	251	120

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	73,32	13,06	0,34	0,03	0,11	0,22
12 лет и старше	87,98	15,67	0,41	0,04	0,13	0,26

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 103

На: **котлеты Студенческие**

№ рецептуры по сборнику: № 173, справ. М. 2003 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина (котлетное мясо)	30,1	22,2	33,4	24,6
Индейка-фарш или филе	56,1	41,5	62,3	46,2
Хлеб	13,8	13,8	15,4	15,4
Вода или молоко	13,8	13,8	15,4	15,4
Лук репчатый	49,5	41,5	55,0	46,2
Масло сливочное	5,5	5,5	6,1	6,1
Лук пассерованный		20,8		23,1
Яйца	3/20 шт.	5,5	3/20 шт.	6,2
Соль йодированная	1,1	1,1	1,2	1,2
Перец черный молотый	0,1	0,1	0,2	0,2
Сухари панировочные	6,9	6,9	7,7	7,7
Масса полуфабриката		124,6		138,5

Масло растительное для запекания	5,5	5,5	6,0	6,0
Выход	90		100	

Технология приготовления

Подготовленную говядину (см. стр. 129) и филе индейки без кожи (см. стр.176) нарезают на куски, пропускают через мясорубку. Хлеб пшеничный замачивают в молоке иливоде, лук репчатый промывают, нарезают полукольцами и пассеруют 5–7 мин. Соль ипанировочные сухари просеивают. Яйца обрабатывают (см. стр.9).

Измельченное мясо соединяют с предварительно замоченным хлебом, пропускают через мясорубку, добавляют пассерованный лук (см.стр. 6), соль, душистый перец, яйца,хорошо перемешивают и выбивают. Готовую котлетную массу порционируют, формуюткотлеты, панируют в сухарях. Полученные полуфабрикаты укладывают на разогретыйсмазанный маслом противень, обжаривают с обеих сторон до образования легкой корочки при температуре 150–160°С. 3–5 мин, затем доводят до готовности в жарочномшкафу при температуре 250–280°С в течение 5–7 мин. При отпуске изделий их гарнируют и поливают растопленным сливочным маслом или соусом томатным (см. ТК № 248)или сметанным (см. ТК № 249).

Температура подачи 65°С.

Требования к качеству

Внешний вид: форма котлет – овально-приплюснутая с заостренным концом

Консистенция: мяса – сочная, пышная, однородная

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

Вкус и запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	12,7	14,8	10,6	230	90
12 лет и старше	14,1	16,4	11,7	256	100

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	24,37	20,19	1,42	0,04	0,10	0,11
12 лет и старше	27,08	22,43	1,57	0,04	0,11	0,12

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 105

На: **зразы «Школьные»**

№ рецептуры по сборнику: № 159, справ. М. 2003 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Котлет. мясо (говядина)	77,5	57,0	86,0	63,3
Хлеб пшеничный	12,0	12,0	13,3	13,3
Вода	16,5	16,5	18,3	18,3
Котлетная масса		84,0		93,3
Лук репчатый	22,6	19,0	25,1	21,1
Масло растительное	3,0	3,0	3,3	3,3
Пассерованный лук		9,0		10,0
Сухари пшен. панировочные	7,5	7,5	8,3	8,3
Яйца	3/16 шт	7,5	5/24 шт	8,3
Соль йодированная	0,8	0,8	0,8	0,8
Масса готовых зраз		90,0		100,0
Масло сливочное	5,0	5,0	10,0	10,0

Выход	90/5	100/10
--------------	-------------	---------------

Технология приготовления

Подготовленное мясо (см. стр.129) пропускают через мясорубку, соединяют с хлебом, предварительно замоченным в воде, добавляют соль и перемешивают. Затем вторично пропускают через мясорубку, добавляют мелко нарубленный пассерованный лук и вареное, мелко нарубленное яйцо (см. стр.9), тщательно перемешивают массу и хорошо выбивают. Лук репчатый очищают, мелко шинкуют и пассеруют (см. стр.71). Массу формируют, панируют, придают овально-приплюснутую форму, обжаривают на раскаленной сковороде с маслом, нагретым до температуры 150–160°C 10 мин с двух сторон до образования легкой корочки, затем доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 250–280°C в течение 5–8 мин.

Отпускают с гарниром (каши рассыпчатые, картофель отварной, пюре картофельное, овощнотварные с маслом) и прокипяченным сливочным маслом или соусом томатным (см. ТК № 248). Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: форма овально-приплюснутая, сбоку подлит соус или масло и уложен гарнир

Консистенция: мяса – сочная, пышная, однородная

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

Вкус и запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	12,5	13,3	11,7	222	90/5
12 лет и старше	14,0	18,3	13,1	279	100/10

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	24,16	27,14	1,67	0,06	0,12	0,57
12 лет и старше	27,35	30,16	1,87	0,07	0,14	0,63

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 108

На: **тефтели (Ивариант)**

№ рецептуры по сборнику: № 461, сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина (котл. мясо)	51,6	38,0	68,8	50,7
Молоко	12,0	12,0	16,0	16,0
Хлеб пшеничный	8,0	8,0	10,7	10,7
Лук репчатый	23,8	20,0	31,7	26,7
Масло растительное	3,0	3,0	4,0	4,0
Пассерованный лук		10,0		13,3
Мука пшеничная в/с	3,8	3,8	5,3	5,3
Соль йодированная	0,5	0,5	0,6	0,6
Масса полуфабриката		71,0		94,7
Масло растительное	3,0	3,0	4,0	4,0

Масса готовых тефтелей		60,0		80,0
Бульон	27,0	27,0	36,0	36,0
Масло сливочное	1,25	1,25	1,9	1,9
Мука пшеничная в/с	1,3	1,3	1,9	1,9
Морковь до 1.01	2,2	1,8	3,0	2,4
или с 1.01	2,4	1,8	3,2	2,4
Лук репчатый	0,7	0,6	1,0	0,8
Томат-паста	3,0	3,0	5,6	5,6
Масло сливочное	0,45	0,45	0,7	0,7
Сахар-песок	0,3	0,3	0,4	0,4
Соус томатный		30,0		40,0
Выход		90 (60/30)		120 (80/40)

Технология приготовления

Подготовленное мясо (см. стр. 129) пропускают через мясорубку, добавляют предварительно замоченный в молоке хлеб, затем вторично пропускают через мясорубку. В котлетную массу добавляют измельченный пассерованный лук (см. стр. 71), соль, перемешивают и формуют в виде шариков, панируют в муке, слегка обжаривают, перекладывают в неглубокую посуду в 1–2 ряда, заливают томатным соусом (см. ТК № 248), в который добавляют 10–20 г воды и тушат 8–10 мин. при температуре 250–280°C.

Отпускают тефтели с гарниром и соусом, в котором они тушились. Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: тефтели в виде шариков без трещин, пропитанных соусом

Консистенция: в меру плотная, сочная

Цвет: тефтели – коричневый, соуса – розовый

Вкус и запах: тушеного мяса, соуса и гарнира, умеренно соленый

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	8,0	12,5	10,7	190	90
12 лет и старше	10,6	16,7	14,2	254	120

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	25,52	18,38	0,83	0,03	0,06	0,33
12 лет и старше	34,03	24,51	1,10	0,04	0,08	0,44

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 109

На: **тефтели из говядины (паровые)**

№ рецептуры по сборнику: № 464, сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина 1 категории	66,6	49,0	76,1	56,0
Хлеб пшеничный	9,4	9,4	10,7	10,7
Молоко	14,0	14,0	16,0	16,0
Лук репчатый	27,8	23,4	31,7	26,7
Масло топленое	2,4	2,4	2,7	2,7
Масса пассерованного лука		11,6		13,3
Соль йодированная	0,5	0,5	0,6	0,6

Масса полуфабриката		83,0		94,9
Масса готовых тефтелей		70,0		80,0
Сметана	7,5	7,5	8,8	8,8
Вода	22,5	22,5	26,2	26,2
Мука пшеничная	2,3	2,3	2,6	2,6
Соус сметанный		30,0		35,0
Выход		70/30		80/35

Технология приготовления

Мясо (см. стр.129) измельчают на мясорубке, затем соединяют с черствым пшеничным хлебом без корки, предварительно замоченным в молоке, добавляют соль, перемешивают и вторично пропускают через мясорубку.

В котлетную массу добавляют предварительно бланшированный, пассерованный репчатый лук (см. стр.71), перемешивают, формируют в виде шариков по 2–3 шт. на порцию и варят на пару 20–25 мин. Готовые тефтели заливают горячим соусом и доводят до кипения. Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: тефтели в виде шариков без трещин, пропитанных соусом

Консистенция: в меру плотная, сочная

Цвет: тефтели – коричневый, соуса – кремовый

Вкус и запах: тушеного мяса, соуса и гарнира, умеренно соленый

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	13,0	10,2	8,0	178	70/30
12 лет и старше	14,9	11,8	9,2	205	80/35

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	31,02	18,14	0,80	0,03	0,08	0,31
12 лет и старше	35,58	20,75	0,92	0,04	0,09	0,35

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 110

На: **тефтели из говядины с рисом**

№ рецептуры по сборнику: № 462, сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина (котл. мясо)	51,7	38,0	68,8	50,7
Мука пшеничная в/с	4,0	4,0	5,3	5,3
Лук репчатый	21,4	18,0	28,6	24,0
Масло растительное	3,0	3,0	4,0	4,0
Пассерованный лук		9,0		12,0
Крупа рисовая	5,0	5,0	6,7	6,7
Вода	6,0	6,0	8,0	8,0
Масса гот. рассыпчатого риса		15,0		20,0

Соль йодированная	0,5	0,5	0,6	0,6
Масса полуфабриката		71,0		94,7
Масло растительное	4,0	4,0	5,3	5,3
Масса готовых тефтелей		60,0		80,0
Бульон	27,0	27,0	36,0	36,0
Масло сливочное	1,4	1,4	1,8	1,8
Мука пшеничная в/с	1,4	1,4	1,8	1,8
Морковь до 1.01	1,0	1,2	3,0	2,4
или с 1.01	1,6	1,2	3,2	2,4
Лук репчатый	0,7	0,6	1,0	0,8
Томат-паста	3,0	3,0	4,0	4,0
Масло сливочное	0,5	0,5	0,6	0,6
Сахар-песок	0,3	0,3	0,4	0,4
Соус томатный		30,0		40,0
Выход		90 (60/30)		120 (80/40)

Технология приготовления

Подготовленное мясо (см. стр. 129) дважды пропускают через мясорубку. В котлетную массу добавляют измельченный пассерованный лук (см. стр. 71), соль, рассыпчатый рис, перемешивают и формируют в виде шариков по 3–4 шт на порцию. Шарики панируют в муке, слегка обжаривают, перекладывают в неглубокую посуду в 1–2 ряда, заливают соусом томатным (см. ТК № 248), в который добавляют 10–20 г воды и тушат 8–10 мин. Отпускают с гарниром и соусом, в котором они тушились

Требования к качеству

Внешний вид: тефтели в виде шариков без трещин, пропитанных соусом

Консистенция: в меру плотная, сочная

Цвет: тефтели – коричневый, соуса – розовый

Вкус и запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	6,9	10,1	8,7	156	90
12 лет и старше	9,2	13,5	11,6	207	120

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	9,64	14,41	0,64	0,02	0,04	0,21
12 лет и старше	12,86	19,21	0,81	0,02	0,05	0,28

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 111

На: **тефтели из печени и риса**

№ рецептуры по сборнику: № 465, сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Печень говяжья	51,7	38,0	68,8	50,7
Крупа рисовая	4,0	4,0	5,3	5,3
Вода	21,4	18,0	28,6	24,0
Масса отварного риса		9,0		12,0
Лук репчатый	0,7	0,6	1,0	0,8
Масло сливочное	0,5	0,5	0,6	0,6
Масса пассерованного лука		15,0		20,0

Яйца				
Соль йодированная	0,5	0,5	0,6	0,6
Масса полуфабриката		71,0		94,7
Масло сливочное	4,0	4,0	5,3	5,3
Масса тушеных изделий		60,0		80,0
Соус:	27,0	27,0	36,0	36,0
Сметана	1,4	1,4	1,8	1,8
Вода	1,4	1,4	1,8	1,8
Мука пшеничная	1,0	1,2	3,0	2,4
Соус сметанный		30,0		40,0
Выход		90 (60/30)		120 (80/40)

Технология приготовления

Подготовленное мясо (см. стр.129) дважды пропускают через мясорубку. В котлетную массу добавляют измельченный пассерованный лук (см. стр.71), соль, рассыпчатый рис, перемешивают и формируют в виде шариков по 3–4 шт на порцию. Шарики панируют в муке, слегка обжаривают, перекладывают в неглубокую посуду в 1–2 ряда, заливают соусом томатным (см. ТК № 248), в который добавляют 10–20 г воды и тушат 8–10 мин. Отпускают с гарниром и соусом, в котором они тушились

Требования к качеству

Внешний вид: тефтели в виде шариков без трещин, пропитанных соусом

Консистенция: в меру плотная, сочная

Цвет: тефтели– коричневый, соуса –розовый

Вкус и запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	6,9	10,1	8,7	156	90
12 лет и старше	9,2	13,5	11,6	207	120

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	9,64	14,41	0,64	0,02	0,04	0,21
12 лет и старше	12,86	19,21	0,81	0,02	0,05	0,28

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 112

На: **биточки паровые**

№ рецептуры по сборнику: № 289, сб. Дели принт 2011 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина (котлетное мясо)	59,7	44,0	80,0	58,6
Хлеб пшеничный	11,2	11,2	14,9	14,9
Молоко	13,0	13,0	17,4	17,4
Масло сливочное	2,0	2,0	2,6	2,6
Соль йодированная	0,5	0,5	0,6	0,6

Масса полуфабриката		70,3		93,7
Масса готовых тефтелей		60,0		80,0
Соус:				
Молоко	15,0	15,0	20,0	20,0
Вода	15,0	15,0	20,0	20,0
Масло сливочное	1,6	1,6	2,3	2,3
Мука пшеничная	1,6	1,6	2,3	2,3
Сахар	0,3	0,3	0,4	0,4
Соус молочный		30,0		40,0
Выход		90		120

Технология приготовления

В котлетную массу (см. стр.129) добавляют масло сливочное, формируют биточки, варят на пару 20–25 мин или припускают в сотейнике под крышкой 15–20 мин.

Отпускают с соусом молочным или сметанным. Температура подачи 65°C.

Гарниры — рис припущенный, пюре картофельное, овощи в молочном соусе.

Требования к качеству

Внешний вид: изделия из взбитой котлетной массы, овально-приплюснутой формы, политы соусом

Консистенция: однородная, мягкая, упругая

Цвет: светло-коричневый или серовато-кремовый

Вкус и запах: парового мяса, соуса и гарнира, умеренно соленый

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	8,8	7,3	8,0	134	90
12 лет и старше	11,7	9,8	10,7	179	120

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	36,57	17,57	0,71	0,04	0,09	0,07
12 лет и старше	48,76	23,43	0,94	0,05	0,12	0,10

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 125

На: **овощи тушеные с мясом**

№ рецептуры по сборнику: ТТК №7

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина 1 категории	107,4	79,0	150,3	110,6
Масса тушеного мяса		50,0		70,0
Масло растительное	8,0	8,0	11,1	11,1

Картофель (с 01.09 по 31.10)	106,6	80,0	149,2	111,9
с 01.11 по 31.12	114,2	80,0	159,9	111,9
с 01.01 по 28–29.02	123,0	80,0	172,2	111,9
с 01.03	133,3	80,0	186,5	111,9
Морковь до 1.01	21,2	17,0	29,7	23,8
или с 1.01	22,6	17,0	31,7	23,8
Лук репчатый	11,9	10,0	16,6	14,0
Томат-паста	2,4	2,4	3,3	3,3
Мука пшеничная в/с	2,0	2,0	2,8	2,8
Соль йодированная	0,4	0,4	0,5	0,5
Масса овощей и соуса		125,0		175,0
Выход		175		245

Технология приготовления

Подготовленное мясо (см. стр.129) нарезают на куски, заливают горячей водой, добавляют томат-пасту и тушат 30–40 мин. На бульоне, оставшемся после тушения, готовят соус, которым заливают мясо, кладут морковь, лук, нарезанные дольками слегка пассерованными или припущенными (см. стр.71), тушат еще 10 мин, после чего закладывают слегка обжаренный картофель и доводят до готовности. Помимо указанных овощей, в конце тушения в рагу можно добавить жареные кабачки и баклажаны, бланшированный сладкий перец, сырые помидоры, соответственно уменьшив норму картофеля, моркови. Отпускают по 2–3 кусочка мяса вместе с соусом и гарниром. Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: кусочки мяса с овощами в соусе, мясо, картофель и овощи – целые.

Консистенция: мяса – сочная, мягкая, овощей – сочная

Цвет: мяса – коричневый, соуса – красный, овощей – свойственный их виду

Вкус и запах: тушеного мяса, умеренно соленый, с ароматом корней и овощей

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	15,3	18,4	15,3	292	175
12 лет и старше	21,4	25,7	21,5	409	245

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	20,21	38,61	2,75	0,08	0,12	2,27
12 лет и старше	28,30	54,05	3,85	0,12	0,17	3,17

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 126

На: голубцы ленивые

№ рецептуры по сборнику: № 178, сб. Пермь. 2008 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Котлетное мясо (говядина)	39,0	28,0	54,4	40,0

Крупа рисовая	3,5	3,5	5,0	5,0
Масса вареного риса		10,0		14,3
Лук репчатый	5,0	4,0	6,7	5,6
Масло сливочное	2,0	2,0	2,9	2,9
Пассерованный лук		2,0		2,8
Капуста белокочанная	52,0	42,0	76,8	61,4
Масса припущенной капусты		39,0		55,7
Соль йодированная	0,4	0,4	0,5	0,5
Масса полуфабриката		79,0		112,8
Масса готовых голубцов		70,0		100,0
Соус:				
Сметана	7,5	7,5	12,5	12,5
Мука пшеничная	2,3	2,3	3,8	3,8
Бульон	22,5	22,5	37,5	37,5
Соус сметанный		30,0		50,0
Томат-паста	1,2	1,2	2,0	2,0
Соус сметанный с томатом		30,0		50,0
Выход с соусом		70/30		100/60
Выход с маслом		70/7		100/10

Технология приготовления

Овощи хорошо промывают и очищают (см. стр. 9).

Рис промывают, варят рассыпчатую рисовую кашу. Бланшированный лук пассеруют (см. стр. 71) в половинном количестве сливочного масла, белокочанную капусту нарезают мелкой рубкой, припускают в кипящей подсоленной воде до полуготовности, выкладывают в дуршлаг, чтобы стекла вода. Подготовленную говядину (см. стр. 129) пропускают через мясорубку. Пассерованный лук смешивают с рассыпчатым рисом, мясом, подготовленными яйцами (см. стр. 9) и припущенной капустой. Хорошо вымешивают, формируют овальные колбаски и запекают до готовности в жарочном или духовом шкафу 30 мин при температуре 250°C. Отпускают голубцы с соусом или прокипяченным сливочным маслом. Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: порционные изделия, уложенные на тарелку и политые соусом

Консистенция: капусты – мягкая, фарша – сочная, нежная

Цвет: светло-коричневый или оранжевый

Вкус и запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	6,6	5,9	6,7	109	70/30
12 лет и старше	8,9	14,6	7,2	199	100/10

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	30,76	17,23	0,74	0,03	0,07	6,00
12 лет и старше	37,56	22,92	1,00	0,04	0,10	8,47

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 130

На: **печень по-строгановски**

№ рецептуры по сборнику: № 431, сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Печень говяжья	89,2	74,0	124,8	103,6
Соль йодированная	1,0	1,0	1,4	1,4

Масло растительное	6,0	6,0	8,4	8,4
Масса готовой печени		50,0		70,0
Сметана	10,0	10,0	12,5	12,5
Мука пшеничная в/с	3,0	3,0	3,7	3,7
Вода	30,0	30,0	37,5	37,5
Соус сметанный		40,0		50,0
Томат-паста	3,2	3,2	4,0	4,0
Выход		90		120

Технология приготовления

Печень тщательно моют, очищают (см. стр.129), нарезают брусочками длиной 3–4см массой 5–7 г, посыпают солью, кладут ровным слоем на разогретую сковороду с растительным маслом и жарят при помешивании 3–4 мин. Затем заливают соусом сметанным (см. ТК № 249), добавляют томат-пасту, размешивают и доводят до готовности. Отпускают с соусом и гарниром. Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: печень уложена на тарелку и полита соусом

Консистенция: мягкая, сочная, нежная

Цвет: светло-коричневый

Вкус и запах: печени в сочетании с соусом

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	12,4	8,9	2,3	140	90
12 лет и старше	17,3	12,2	2,9	192	120

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	16,07	13,03	4,33	0,12	1,05	3,29
12 лет и старше	21,43	18,09	6,05	0,16	1,46	4,61

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 5.1

На: **печень тушеная в сметанном соусе**

№ рецептуры по сборнику: № 2.81, сб. Самс. 1995 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г	
	от 7 до 11 лет	12 лет и старше

	брутто	нетто	брутто	нетто
Печень говяжья	89,2	74,0	103,4	85,8
Масса прогретой печени		50,0		58,0
Масло растительное	5,0	5,0	5,8	5,8
Мука пшеничная в/с	5,0	5,0	5,8	5,8
Сметана	20,0	20,0	23,2	23,2
Вода	50,0	50,0	57,9	57,9
Соус сметанный		70,0		81,0
Соль йодированная	1,0	1,0	1,2	1,2
Выход		95		110

Технология приготовления

Печень тщательно моют, очищают (см. стр.129), нарезают тонкими ломтиками, кладут ровным слоем на разогретую сковороду с растительным маслом и прогревают при помешивании 3–4 мин., затем заливают соусом, приготовленным из подсушенной муки, воды, сметаны, соли и тушат до готовности 10–15 мин. Отпускают старниром. Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

*Внешний вид:*печень уложена на тарелку и полита соусом

*Консистенция:*мягкая, сочная, нежная

Цвет: светло-коричневый

*Вкус и запах:*печени в сочетании с соусом

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	12,1	8,7	3,4	141	95
12 лет и старше	14,0	10,1	4,0	164	110

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	22,53	11,86	3,65	0,13	1,12	3,92
12 лет и старше	26,08	13,73	4,23	0,15	1,29	4,53

БЛЮДА ИЗ КУР

Подготовка птицы: замороженную птицу оттаивают.

У птицы, поступающей в полупотрошенном виде, удаляют голову, шею, ноги, внутренние органы – желудок, печень, легкие, сердце, пищевод, почки и внутренний жир.

Голову отрубают между вторым и третьим шейными позвонками. Перед удалением шеи на ней делают вертикальный надрез кожи у основания со стороны спины, кожу оттягивают, высвобождают шею и затем ее удаляют на уровне плечевых суставов, при этом кожу шеи оставляют при тушке. При дальнейшей формовке тушки отделяют две трети части кожи шеи.

У тушек цыплят оставляют всю кожу шеи при тушке. Ноги отрубают по заплюсневый сустав. Крылья у птицы, за исключением цыплят, отрезают по локтевой сустав. При потрошении через прорезь у анального отверстия удаляют внутренности и внутренний жир. Через горловое отверстие удаляют зоб вместе с пищеводом и трахею.

У птицы, поступающей от промышленности в потрошенном виде, отрезают две трети части кожи шеи, крылья по локтевой сустав (за исключением цыплят), внутренний жир, почки и легкие (если они имеются).

Затем птицу промывают холодной проточной водой, удаляя при этом загрязнения, сгустки крови, остатки внутренностей.

Для равномерного прожаривания и удобства дальнейшего порционирования тушки птицы формуют, т.е. придают им более компактную форму. Для этого оставшуюся часть кожи шеи заправляют в отверстие, образовавшееся после удаления зоба, пищевода и трахеи. Крылья у цыплят подворачивают к спине. Затем тушку кладут на спину, копчиком к себе, производят разрез стенки брюшной полости ниже киля грудной кости с обеих сторон и в образовавшиеся разрезы заправляют заплюсневые суставы окорочков.

Для удаления с кожи тушек остатков волосовидного пера или пуха их опаливают. У потрошенной птицы отрезают две трети части кожи шеи, крылья по локтевой сустав (за исключением цыплят), внутренний жир, почки и легкие (если они имеются). Затем птицу промывают холодной проточной водой, удаляя при этом загрязнения, сгустки крови, остатки внутренностей.

Далее тушки птиц разделяют на части в соответствии с технологией приготовления.

стр 176

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 134

На: **фрикадельки из кур**

№ рецептуры по сборнику: № 217, сб. Пермь 2008 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Курыпотрош. 1 категории	156,6	66,0	174,0	74,0
или бройлеры п/п	196,2	63,0	218,0	70,0
Хлеб пшеничный	14,4	14,4	16,0	16,0
Яйцо	2/11 шт	7,2	1/5 шт	8,0
Молоко или вода	19,2	19,2	21,4	21,4
Соль йодированная	0,5	0,5	0,6	0,6
Масса полуфабриката		102,6		114,0
Масло сливочное	5,0	5,0	6,0	6,0
Выход		90/5		100/6

Технология приготовления

Подготовленное мясо птицы (см. стр.176) без кожи и костей измельчают на мясорубке. Затем соединяют с замоченным в молоке или воде хлебом, добавляют яйцо, соль, перемешивают, еще раз измельчают на мясорубке и выбивают. Из фарша формуют шарики и отваривают на пару или в воде 10–15 мин. Отпускают фрикадельки с гарниром, полив прокипяченным сливочным маслом. Температура подачи 65°C.

Гарнир: картофельное пюре, пюре из моркови или свеклы

Требования к качеству

Внешний вид: изделия в форме шариков одинакового размера, уложены на тарелку, сбоку гарнир

Консистенция: мягкая, сочная, нежная

Цвет: сероватый

Вкус и запах: свойственный изделиям из котлетной массы на пару

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	13,2	12,8	6,6	196	90/5
12 лет и старше	14,6	14,5	7,4	220	100/6

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	33,01	15,89	1,29	0,05	0,12	0,12
12 лет и старше	39,64	17,83	1,46	0,06	0,14	0,13

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 135

На: биточки рубленые из птицы (паровые)

№ рецептуры по сборнику: № 306, сб. Дели принт 2011 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Курыпотрош. 1 категории	74,0	44,4	139,2	59,2
Хлеб пшеничный	11,2	11,2	14,9	14,9
Молоко или вода	16,3	16,3	21,7	21,7
Масло сливочное	1,1	1,1	1,4	1,4
Соль йодированная	0,5	0,5	0,6	0,6
Масса полуфабриката		67,7		90,3
Масло сливочное	1,1	1,1	1,4	1,4
Масса биточков		60,0		80,0
Сметана 15%	7,5	7,5	10,0	10,0
Мука пшеничная	2,3	2,3	3,0	3,0
Вода	22,5	22,5	30,0	30,0
Соус сметанный		30,0		40,0
Выход		60/30		80/40

Технология приготовления

Подготовленное мясо птицы (см. стр.176) без кожи и костей нарезают на кусочки пропускают через мясорубку, соединяют с замоченным в молоке или воде хлебом, кладут соль, масло сливочное, хорошо перемешивают, пропускают второй раз через мясорубку и выбивают.

Готовую котлетную массу разделяют на биточки (1–2 шт. на порцию), кладут в смазанную сливочным маслом емкость, варят на пару 25–30 мин. Температура подачи 65°C.

Соусы – сметанный, сметанный с луком.

Требования к качеству

Внешний вид: изделия плоско-круглой формы одинакового размера

Консистенция: мягкая, сочная, нежная

Цвет: сероватый

Вкус и запах: свойственный изделиям из котлетной массы на пару

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	12,2	11,8	6,7	184	60/30
12 лет и старше	16,3	15,58	8,9	245	80/40

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	28,12	11,30	0,75	0,03	0,07	0,16
12 лет и старше	37,50	15,06	1,00	0,04	0,09	0,22

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 136

На: **котлеты рубленные из птицы**

№ рецептуры по сборнику: № 205, справ. М. 2003 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Курыпотрош. 1 категории	110,7	66,6	147,6	88,8
или бройлеры п/п	194,4	62,1	259,2	82,8
Внутренний жир	3,6	3,6	4,8	4,8
Соль йодированная	0,9	0,9	1,2	1,2
Сухари пшен. панировочные	9,0	9,0	12,0	12,0
Вода	23,1	23,1	30,8	30,8
Хлеб пшеничный	16,7	16,7	22,3	22,3
Масса полуфабриката		113,1		150,8
Масло сливочное	6,0	6,0	7,2	7,2
Выход		90		120

Технология приготовления

Подготовленные тушки кур (см. стр.176) разделяют на филе с кожей без костей, нарезают и пропускают через мясорубку вместе с внутренним жиром, добавляют замоченный в воде пшеничный хлеб и вновь пропускают через мясорубку, солят, вымешивают. Формуют изделие, панируют в сухарях, укладывают на нагретый маслом противень, обжаривают 3–5 мин с двух сторон без образования корочки, затем доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 250–280°C в течение 5–8 мин.

Подают с гарниром – каши рассыпчатые, картофель в молоке, пюре картофельное. Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: изделия овально-приплюснутой формы содним заостренным концом, поверхность равномерно запечена, гарнир уложен рядом

Консистенция: мягкая, сочная

Цвет: бело-серый

Вкус и запах: свойственный продуктам, входящим в состав блюда

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	13,5	19,3	13,9	286	90
12 лет и старше	18,0	25,7	18,6	382	120

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	19,8	20,43	1,61	0,06	0,09	0,35
12 лет и старше	26,4	27,22	2,15	0,09	0,13	0,47

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 138

На: **плов из курицы**

№ рецептуры по сборнику: № 492, сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Куры потрош. 1 категории	115,8	100,0*	139,0	120,0*
или цыплята потрош. 1 кат.	100,0	96,7	120,0	116,0
или бройлеры п/п	124,7	91,4	149,6	109,6
Масло растительное	4,0	4,0	4,8	4,8
Соль йодированная	1,0	1,0	1,2	1,2
Масса готовой курицы		66,7		80,0
Лук репчатый	12,7	10,7	16,1	13,6
Морковь до 1.01	13,3	10,7	17,0	13,6
или с 1.01	14,2	10,7	18,0	13,6
Крупа рисовая	46,7	46,7	59,5	59,5
Масло растительное	10,7	10,7	13,6	13,6
Томат-паста	2,7	2,7	3,4	3,4
Масса риса и овощей		133,3		170,0
Выход		200		250

* – учтены потери при тепловой обработке 31%; отходы при обвалке и порционировании 3%

Технология приготовления

Подготовленные тушки курицы (см. стр.176) рубят на порции по одному куску, посыпают солью, кладут в посуду, добавляют пассерованные морковь и лук (см.стр.71), томат-пасту заливают горячим бульоном или водой дают закипеть (жидкость наливают из расчета нормы воды для приготовления рассыпчатой каши). Затем кладут промытую рисовую крупу и варят до загустения. После этого посуду с пловом ставят на 40–50 мин. при температуре 160°C.

При массовом приготовлении рассыпчатую кашу можно варить отдельно. При отпуске на рассыпчатую кашу кладут мясо птицы, поливают соусом, в котором оно тушилось. Температура подачи 65 °С.

Требования к качеству

*Внешний вид:*мясо равномерно запечено, не подгорело, рис рассыпчатый

*Консистенция:*мяса, риса – мягкая

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

*Вкус и запах:*тушеного мяса птицы, риса и овощей

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	18,2	23,2	32,2	417	200
12 лет и старше	22,8	29,0	40,2	521	250

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	20,0	37,55	1,67	0,06	0,09	0,61
12 лет и старше	25,01	46,94	2,08	0,07	0,11	0,76

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 139

На: **плов из курицы (2 вариант)**

№ рецептуры по сборнику: ТТК №9

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Куры потрош. 1 категории	200,0	174,7	240,0	209,6
или бройлеры п/п	207,4	153,4	248,8	184,0
Масло растительное	4,0	4,0	4,8	4,8
Масса готовой курицы		66,7		80,0
Лук репчатый	12,7	10,7	16,1	13,6
Морковь до 1.01	13,3	10,7	17,0	13,6
или с 1.01	14,2	10,7	18,0	13,6
Крупа рисовая	46,7	46,7	59,5	59,5
Масло растительное	10,7	10,7	13,6	13,6
Томат-паста	2,6	2,6	3,3	3,3
Соль йодированная	1,0	1,0	1,2	1,2
Масса риса и овощей		133,3		170,0
Выход		200		250

Технология приготовления

Подготовленные тушки курицы (см. стр.176) отваривают, остужают, разделяют на филе без кожи и костей. Заливают бульоном, доводят до кипения, добавляют пассерованные, мелко нарезанные морковь и лук (см. стр.71), масло растительное или сливочное, томатную пасту, промытую рисовую крупу и варят до готовности под закрытой крышкой 40 мин. Плов можно готовить без томатной пасты.

Температура подачи 65 °С.

Требования к качеству

См. ТТК

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	31,8	39,0	31,5	611	200
12 лет и старше	39,7	48,8	39,4	764	250

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	32,36	51,70	2,89	0,09	0,19	0,76
12 лет и старше	40,45	64,12	3,62	0,11	0,24	0,95

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 141

На: котлеты рубленые из кур, запеченные с молочным соусом

№ рецептуры по сборнику: № 501, сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию, г			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Курица	35,3	31,2	69,3	41,6
Хлеб	7,2	7,2	9,6	9,6
Молоко	10,8	10,8	14,4	14,4
Жир внутренний	1,2	1,2	1,6	1,6
Соль йодированная	0,5	0,5	0,6	0,6
Масса котлетной массы		49,2		65,6
Мука пшеничная в/с	2,3	2,3	3,0	3,0
Масло сливочное	2,3	2,3	3,0	3,0
Молоко	10,8	10,8	14,4	14,4
Вода	10,8	10,8	14,4	14,4
Соус молочный для запекания		21,6		28,8
Масло сливочное	4,8	4,8	6,4	6,4
Сыр голландский	2,4	2,4	4,2	3,2
Масса полуфабриката		76,8		102,4
Масса запеченных котлет		60,0		80,0
Молоко	45,0	45,0	60,0	60,0
Вода	45,0	45,0	60,0	60,0
Масло сливочное	5,1	5,1	6,8	6,8
Мука пшеничная в/с	5,1	5,1	6,8	6,8
Сахар	0,9	0,9	1,2	1,2
Соус молочный для подачи		30,0		40,0
Выход		60/30		80/40

Технология приготовления

Подготовленное мясо птицы (см. стр. 176) нарезают на кусочки и пропускают через мясорубку вместе с внутренним жиром. Измельченное мясо соединяют с замоченным в молоке хлебом, кладут соль, хорошо перемешивают, пропускают через мясорубку и выбивают. Подготовленную котлетную массу формуют, кладут на смазанный маслом противень, в середине по длине котлеты делают углубление, заполняют его густым молочным соусом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают. Температура подачи 65 °С.

Соус молочный для запекания: пассерованную на масле муку разводят горячим молоком с добавлением воды, варят 7–10 мин при слабом кипении, процеживают, доводят до кипения.

При подаче поливают соусом молочным. Гарниры: горошек зеленый, картофель отварной.

Требования к качеству

Внешний вид: изделия овально-приплюснутой формы с одним заостренным концом, поверхность равномерно запечена, гарнир уложен рядом

Консистенция: мягкая, сочная

Цвет: бело-серый

Вкус и запах: свойственный продуктам, входящим в состав блюда

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пище-вые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	7,8	13,4	9,6	191	90
12 лет и старше	10,4	17,8	12,9	255	120

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	79,71	12,77	0,51	0,03	0,09	0,12
12 лет и старше	106,38	17,03	0,67	0,04	0,12	0,15

ООО Фирма «Партнер»

**Сборник технологических карт,
рецептур блюд кулинарных изделий
для школьного питания**

ИЗДАНИЕ ПЯТОЕ, ПЕРЕИЗДАННОЕ

ЧАСТЬ 2

С11 Сборник технологических карт, рецептур блюд кулинарных изделий для школьного питания

ИЗДАНИЕ ПЯТОЕ, ПЕРЕИДАННОЕ

«Сборник технологических карт, рецептур блюд кулинарных изделий для школьного питания» содержит единые требования к технологическим процессам, полуфабрикатам и готовой продукции с учётом специфики детского питания и безопасности, а также нормы расчётов потерь при холодной и тепловой обработке пищевых продуктов, закладки сырья и выхода готовой продукции по возрастным группам. В «Сборник технологических карт» включены блюда и кулинарные изделия, наиболее распространённые в организации питания детей, и расчёт содержания основных пищевых веществ, энергетической ценности продукции с учётом требований СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», в том числе к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях. Данный «Сборник...» предназначен для предприятий общественного питания школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений независимо от организационно-правовых форм хозяйствования и рекомендуется как практическое пособие при разработке примерного меню других категорий питающихся, в том числе психо-неврологических интернатов, КЦСОН и т.д.

По вопросам приобретения данного издания
Обращаться по телефону (347) 237-83-44 или 237-75-52

Перепечатка, тиражирование и распространение материалов

Гарниры и блюда из картофеля и овощей

Первичная обработка овощей.

Картофель свеклу морковь предварительно промывают, потом тщательно перебирают, повторно промывают в проточной питьевой воде в течении 5 минут.

Капусту белокочанную промывают, перебирают, очищают, удаляют 3-4 наружных листа, повторно промывают в проточной питьевой воде в течении 5 минут.

Лук репчатый перебирают, очищают от кожицы, промывают в проточной питьевой воде.

Зелень петрушки, укроп, зеленый лук выдерживается в 10% растворе поваренной соли в течении 10 минут, затем хорошо промывают проточной холодной водой для удаления пыли или земли.

Далее овощи очищают.

Для приготовления блюд продукты подвергаются различным приемам тепловой обработке - варке, припусканию, жаренью, тушению и запеканию. Тщательное соблюдение правил кулинарной обработки овощей способствует более полному сохранению витаминов, минеральных солей и других питательных веществ в приготовляемых овощных блюдах.

Картофель и морковь варят очищенными, свеклу - в кожице. При варке картофеля и овощей их кладут в кипящую подсоленную воду (0,6-0,7 л воды на 1 кг овощей). Свеклу, морковь и горох лущеный варят без соли, так как она ухудшает их вкусовые качества. Овощи, имеющих зеленую окраску (шпинат, зеленый горошек, стручки бобовые и др.), варят в большом количестве воды (3-4 л на 1 кг) в открытой посуде при бурном кипении. Овощи, легко выделяющие влагу (кабачки, тыква, помидоры и др), припускают и тушат без добавления жидкости при слабом кипении в закрытой посуде. Свеклу, капусту, морковь припускают с добавлением жидкости и жира (на 1 кг овощей берут в среднем 0,2-0,3 л воды или бульона и 20-30 г жира).

Во время варки очищенных овощей в отвар переходят различные питательные вещества, поэтому отвары (кроме картофеля молодого или весеннего периода) следует использовать для приготовления соусов и супов.

Яйца пред употреблением промывают сначала теплой водой с 1-2%-м содержанием кальцинированной соды, затем 0,5% раствором хлорамина, после чего ополаскивают чистой водой не менее 5 мин. И используют согласно технологии приготовления.

Картофель, морковь, лук и некоторые другие корнеплоды, а также грибы перед тушением слегка обжаривают.

Для запекания овощи и грибы предварительно варят, припускают или жарят, иногда используют сырыми. Запекают овощи в жарочных шкафах при температуре 250-280°C до образования поджаристой корочки на поверхности изделия и температуры внутри него 80°C.

Температура подачи блюд не ниже 65°C.

Технологическая карта №144**На: картофель отварной с маслом****№ рецептуры по сборнику: №203, сб. шк. 2004г.**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	От 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель молодой до 1.09	275,6	206,7	284,2	227,3
Или с 1.09 – 31.10	295,2	206,7	303,1	227,3
Или с 1.11 – 31.12	317,9	206,7	324,8	227,3
Или с 1.01 – 29.02	344,4	206,7	349,7	227,3
Или с 1.03	275,6	206,7	378,9	227,3
Соль йодированная	0,7	0,7	0,8	0,8
Масса отварного картофеля		200,0		220,0
Масло сливочное	5,0	5,0	10,0	10,0
Выход	200/5		220/10	

Технология приготовления

Промытый и очищенный картофель нарезают крупными кубиками, кладут в подсоленную кипящую воду, варят до готовности. Отвар сливают и картофель подсушивают.

Картофель отпускают горячим и поливают сливочным маслом, прошедшим термическую обработку. Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: очищенный картофель, клубни целые, не разваренные*Консистенция:* плотная, рыхлая, но не разварившаяся*Цвет:* белый с кремовым оттенком*Вкус и запах:* свойственный продуктам, входящим в состав блюда

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 11 лет	4,0	4,9	30,1	189	200/5
12 лет и старше	4,4	9,1	33,1	242	220/10

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 11 лет	19,20	42,78	1,68	0,17	0,12	8,27
12 лет и старше	21,66	47,06	1,86	0,19	0,14	9,09

Технологическая карта №146**На: картофельное пюре****№ рецептуры по сборнику: №520 (3), сб. шк. 2004г.**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	От 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 1.09 – 31.10	228,1	171,1	262,3	196,7
Или с 1.11 – 31.12	244,4	171,1	281,0	196,7
Или с 1.01 – 29.02	263,2	171,1	302,6	196,7
Или с 1.03	285,1	171,1	327,9	196,7
Молоко	30,0	30,0	34,5	34,5
Соль йодированная	0,7	0,7	0,8	0,8
Масло сливочное	7,1	7,1	8,1	8,1
Выход	200		230	

Технология приготовления

Промытый и очищенный картофель отваривают. Воду сливают, картофель подсушивают, протирают, добавляют горячее кипяченое молоко и растопленное сливочное масло, тщательно перемешивают, взбивают до образования пышной массы.

Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: протертая картофельная масса*Консистенция:* густая, пышная, однородная*Цвет:* белый с кремовым оттенком*Вкус и запах:* свойственный продуктам, входящим в состав блюда*Пищевая ценность изделия(блюда)*

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 11 лет	4,1	6,3	26,7	187	200
12 лет и старше	4,7	7,3	30,7	215	230

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 11 лет	47,47	37,87	1,38	0,16	0,14	13,84
12 лет и старше	54,58	43,55	1,58	0,18	0,16	15,91

Технологическая карта №147**На: картофель тушеный****№ рецептуры по сборнику: №216, сб. шк. 2004г.**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	От 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 1.09 – 31.10	226,7	170,0	260,7	195,5
Или с 1.11 – 31.12	242,9	170,0	279,3	195,5
Или с 1.01 – 29.02	261,5	170,0	300,8	195,5
Или с 1.03	283,3	170,0	325,8	195,5
Морковь до 1.01	25,0	20,0	28,8	23,0
Или с 1.01	26,7	20,0	30,7	23,0
Лук репчатый	38,3	32,2	44,1	37,0
Томат-паста	4,8	4,8	5,5	5,5
Масло сливочное	16,0	16,0	18,4	18,4
Соль йодированная	0,7	0,7	0,8	0,8
Лавровый лист	0,01	0,01	0,01	0,01
Выход	200		230	

Технология приготовления

Очищенный картофель и морковь нарезают кубиками, тушат. Затем соединяют, добавляют репчатый лук, пассерованную томат-пасту, заливают бульон (0,2-0,3 л на 1кг овощей) и тушат до готовности.

Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: смесь тушеного картофеля с овощами*Консистенция:* сочная, мягкая*Цвет:* светло-коричневый*Вкус и запах:* свойственный продуктам, входящим в состав блюда

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 11 лет	4,2	12,3	29,8	256	200
12 лет и старше	4,8	14,1	34,3	295	230

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 11 лет	31,09	46,65	1,18	0,17	0,13	16,15
12 лет и старше	35,76	53,65	2,08	0,20	0,15	18,38

Технологическая карта №148**На: капуста тушенная****№ рецептуры по сборнику: №534 (3), сб. шк. 2004г.**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	От 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Капуста белокочанная	286,5	229,2	329,5	263,6
Или квашеная	327,4	229,2	376,6	263,6
Масло растительное	7,0	7,0	8,1	8,1
Морковь до 1.01	5,0	4,0	5,8	4,6
Или с 1.01	5,3	4,0	6,1	4,6
Лук репчатый	9,5	8,0	10,9	9,2
Томат-паста	4,8	4,8	5,5	5,5
Мука пшеничная в/с	2,4	2,4	2,8	2,8
Сахар-песок	6,0	6,0	6,9	6,9
Соль йодированная	0,7	0,7	0,8	0,8
Лавровый лист	0,02	0,02	0,02	0,02
Выход	200		230	

Технология приготовления

Промытую и очищенную свежую капусту нарезают соломкой, добавляют бульон или воду (20-30% к массе сырой капусты), масло растительное, пассерованную томат-пасту и тушат до готовности, периодически помешивая. Затем добавляют пассерованные овощи, заправляют мучной пассеровкой, сахаром, солью и вновь доводят до кипения.

Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: смесь тушенной капусты с овощами*Консистенция:* сочная, слабо тушенная*Цвет:* светло-коричневый*Вкус и запах:* тушеной капусты, томата и овощей

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 11 лет	4,5	6,4	18,4	158	200
12 лет и старше	5,2	7,4	21,2	182	230

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 11 лет	101,48	36,64	1,12	0,06	0,08	42,52
12 лет и старше	116,70	42,14	1,63	0,07	0,10	48,90

На: овощи припущенные**№ рецептуры по сборнику: №524(3), сб.шк. 2004г.**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	От 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Морковь до 1.01	258,3	206,7	297,1	237,7
Или с 1.01	275,6	206,7	316,9	237,7
Или кабачки	363,3	243,5	418,0	280,0
Масса припущенных овощей		190,0		218,5
Масло сливочное	7,0	7,0	8,0	8,0
Сахар-песок	3,0	3,0	3,5	3,5
Мука пшеничная в/с	3,0	3,0	3,5	3,5
Выход	200		230	

Технология приготовления

Промытые и очищенные овощи нарезают дольками или кубиками, затем кладут в посуду слоем не более 5см и припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла сливочного.

При приготовлении овощей с соусом припущенные овощи заправляют соусом молочным и прогревают. При использовании моркови в соус добавляют сахар в количестве на 3г на порцию.

Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: овощи припущенные, сохранившие форму нарезки

Консистенция: сочная, мягкая

Цвет: свойственный продуктам, входящим в состав блюда

Вкус и запах: свойственный продуктам, входящим в состав блюда

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 11 лет	2,8	5,3	17,0	135	200
12 лет и старше	3,2	6,1	19,5	257	230

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 11 лет	49,41	67,37	1,28	0,08	0,10	1,45
12 лет и старше	56,83	77,48	1,48	0,09	0,11	1,66

Технологическая карта №158**На: рагу из овощей****№ рецептуры по сборнику: №224, сб.шк. 2004г.**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	От 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 1.09 – 31.10	92,2	69,1	112,6	84,5
Или с 1.11 – 31.12	98,7	69,1	120,7	84,5
Или с 1.01 – 29.02	106,3	69,1	130,0	84,5
Или с 1.03	115,2	69,1	140,8	84,5
Морковь до 1.01	36,0	28,8	44,0	35,2
Или с 1.01	38,4	28,8	46,9	35,2
Масса пассеров.моркови		20,2		218,5
Лук репчатый	17,1	14,4	20,9	17,6
Масса пассеров. лука		7,2		8,8
Капуста белокочанная	61,9	49,5	75,6	60,5
Масса припущенной капусты		44,6		54,6
Масло растительное	7,2	7,2	8,8	8,8
Соус томатный		54,7		66,9
Бульон или вода	49,3	49,3	60,2	60,2
Масло сливочное	2,6	2,6	3,1	3,1
Мука пшеничная в/с	2,6	2,6	3,1	3,1
Морковь до 1.01	4,1	3,3	5,0	4,0
Или с 1.01	4,4	3,3	5,4	4,0
Лук репчатый	1,3	1,1	1,6	1,3
Масло сливочное	0,9	0,9	1,1	1,1
Сахар-песок	0,6	0,6	0,7	0,7
Томат-паста	7,7	7,7	9,4	9,4
Соль йодированная	0,9	0,9	1,2	1,2
Масса рагу		180,0		220,0
Масло сливочное	5,0	5,0	10,0	10,0
Выход	200		230	

Технология приготовления

Предварительно промытые, очищенные овощи и коренья нарезают дольками или кубиками, прогревают до полуготовности, лук пассеруют. Капусту белокочанную нарезают шашками, припускают. Затем картофель и овощи соединяют с соусом томатным или сметанным (см ТК №248, №249) и тушат 10-15. После этого добавляют припущенную белокочанную капусту и продолжают тушить 15-20мин. За 5-10мин до готовности кладут соль. При отпуске поливают прокипяченным маслом сливочным, можно посыпать зеленью.

Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: овощи в соусе, сохранившие форму нарезки*Консистенция:* сочная, мягкая*Цвет:* свойственный овощам и соусу*Вкус и запах:* свойственный продуктам, входящим в состав блюда*Пищевая ценность изделия(блюда)*

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 11 лет	3,8	13,2	20,5	224	200
12 лет и старше	4,2	17,8	22,6	276	230

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 11 лет	36,29	28,24	1,16	0,07	0,07	4,63
12 лет и старше	40,40	31,07	1,28	0,08	0,08	5,10

Технологическая карта №178**На: пюре гороховое****№ рецептуры по сборнику: №107, сб. Пермь. 2001г.**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	От 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Горох	90,9	90,0	101,0	100,0
Масса пюре гороха		180,0		200,0
Соль йодированная	0,7	0,7	0,8	0,8
Масло сливочное	5,0	5,0	7,0	7,0
Выход	180/5		200/7	

Технология приготовления

Бобовые промывают, замачивают в холодной воде (в прохладном месте) в соотношении 1:2. Перед варкой заливают холодной водой (2,5 л на 1 кг бобовых) и варят в закрытой посуде при слабом кипении, при непрерывном кипении 60-90 мин.

Во время варки нельзя добавлять холодную воду. После того как горох станет целиком мягким.

Варку прекращают отвар сливают, горох протирают, добавляют соль (8-10г на 1 кг).

При отпуске поливают растопленным (доведенным до кипения) сливочным маслом. Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: все компоненты равномерно перемешаны

Консистенция: пышная, нежная

Цвет: желтовато-кремовый

Вкус и запах: отварного гороха со сливочным маслом

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 11 лет	18,1	5,9	42,5	318	180/5
12 лет и старше	20,1	7,7	47,5	364	200/7

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 11 лет	100,99	91,48	5,95	0,62	0,13	0,00
12 лет и старше	112,39	101,65	6,61	0,69	0,14	0,00

Гарниры и блюда из круп

Каши можно варить из любого вида крупы. Варят их на воде, на молоке или на смеси молока и воды.

По консистенции каши делятся на рассыпчатые, вязкие и жидкие в зависимости от соотношения крупы и жидкости, взятых для варки.

Нормы жидкости рассчитаны для варки каш в котлах емкостью от 30 до 60 л. При уменьшении емкости котлов количество жидкости может быть увеличено, но не более чем на 5-10% - для рассыпчатых каш и на 2-3%- для вязких каш. При большей емкости котлов количество жидкости соответственно уменьшают.

Перед варкой каши крупу просеивают, перебирают и промывают. При этом удаляют мучель и посторонние примеси. Просеивают крупы в зависимости от величины ядер или частиц через сита с разными размерами ячеек. Пшено, рисовую и перловую крупу сначала промывают теплой, а затем горячей водой, ячневую - только теплой. При этом следует учитывать, что в крупе при промывании всегда остается значительное количество воды, которое колеблется в пределах 10 – 30% от массы сухой крупы. Это нужно иметь в виду при дозировании жидкости. Гречневую крупу, манную и другие дробленые крупы, а также хлопья овсяные «Геркулес» не промывают.

Для каш, приготовленных на воде, берут 10 г соли, а для молочных и сладких 4-5 г на 1 кг выхода каши.

Количество масла и сахара на каши, указанные в рецептурах допускается изменять. Каши можно отпускать с вареньем, джемом, повидлом, медом.

Запеканки готовят из различных круп сладкими, с творогом, тыквой, плодами, изюмом, цукатами.

Для запеканок варят вязкую или рассыпчатую кашу, в которую добавляют масло, яйца, сахар. В кашу для сладких запеканок кладут ванилин. Пудинги, как правило, готовят в формах. Отпускают запеканки и пудинги в горячем виде с маслом, сметаной, с молочным или сладким соусом.

Запеканка из гречневой или пшеничной (полтавской) крупы с творогом называется крупеником.

Котлеты и биточки готовят из пшена, рисовой, манной, пшеничной и других круп. Для этого варят густую вязкую кашу на смеси воды с молоком или на воде.

Для биточков и котлет, отпускаемых со сладким соусом, в большинстве случаев кашу варят с сахаром. Отпускают котлеты и биточки преимущественно в горячем виде со сладким и молочным соусами. Со сметаной, вареньем, джемом и повидлом эти изделия могут быть поданы в горячем и холодном виде.

Температура подачи блюд 65°C.

Технологическая карта №183**На: каша гречневая рассыпчатая****№ рецептуры по сборнику: № 297, сб. шк. 2004 г.**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		от 7 до 11 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Каша гречневая	85,7	85,7	85,7	85,7
Вода	127,8	127,8	127,8	127,8
Соль йодированная	1,8	1,8	1,8	1,8
Каша рассыпчатая				
Масло сливочное	5,0	5,0	10,0	10,0
Выход	180/5		180/5	

Технология приготовления

Крупы перебирают, моют и всыпают в подсоленную воду, доводят до кипения, закрывают крышкой, ставят в водяную баню или жарочный шкаф и доводят до готовности.

Поливают растопленным (доведенным до кипения), сливочным маслом. Подают как гарнир к мясным соусным блюдам.

Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы целые, хорошо набухшие, легко разделяются*Консистенция:* рассыпчатая, мягкая, однородная*Цвет:* от светло-коричневого до коричневого*Вкус и запах:* каши из данного вида крупы, умеренно соленый, без признаков затхлости и горечи

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 11 лет	10,6	6,8	46,3	312	180/5
12 лет и старше	14,7	11,9	64,4	455	250/10

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 11 лет	17,21	162,83	5,58	0,31	0,16	0
12 лет и старше	24,26	226,15	7,76	0,44	0,22	0

Технологическая карта №184**На: каша перловая рассыпчатая****№ рецептуры по сборнику: № 297, сб. шк. 2004 г.**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		от 7 до 11 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Каша перловая	59,9	59,9	83,2	83,2
Вода	144,0	144,0	200,0	200,0
Соль йодированная	1,8	1,8	2,5	2,5
Каша рассыпчатая		180,0		250,0
Масло сливочное	5,0	5,0	10,0	10,0
Выход	180/5		250/10	

Технология приготовления

Крупы перебирают, моют и всыпают в подсоленную воду, доводят до кипения, закрывают крышкой, ставят в водяную баню или жарочный шкаф и доводят до готовности.

Поливают растопленным (доведенным до кипения), сливочным маслом. Подают как гарнир к мясным соусным блюдам.

Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы целые, хорошо набухшие, легко разделяются*Консистенция:* рассыпчатая, мягкая, однородная*Цвет:* сероватый*Вкус и запах:* каши из данного вида крупы, умеренно соленый, без признаков затхлости и горечи*Пищевая ценность изделия(блюда)*

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 11 лет	5,5	4,7	38,0	229	180/5
12 лет и старше	7,6	9,0	52,8	340	250/10

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 11 лет	22,67	22,78	1,06	0,06	0,04	0
12 лет и старше	31,85	31,64	1,47	0,08	0,05	0

Технологическая карта №185**На: каша пшеничная или пшенная рассыпчатая****№ рецептуры по сборнику: № 297, сб. шк. 2004 г.**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		от 7 до 11 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа перловая	72,0	72,0	100,0	100,0
Или крупа пшеничная	72,0	72,0	100,0	100,0
Вода	129,6	129,6	180,0	180,0
Соль йодированная	1,8	1,8	2,5	2,5
Каша рассыпчатая		180,0		250,0
Масло сливочное	5,0	5,0	10,0	10,0
Выход	180/5		250/10	

Технология приготовления

Крупы перебирают, моют и всыпают в подсоленную воду, доводят до кипения, закрывают крышкой, ставят в водяную баню или жарочный шкаф и доводят до готовности.

Поливают растопленным (доведенным до кипения), сливочным маслом. Подают как гарнир к мясным соусным блюдам.

Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы целые, хорошо набухшие, легко разделяются*Консистенция:* рассыпчатая, мягкая, однородная*Цвет:* желто-серый*Вкус и запах:* каши из данного вида крупы, умеренно соленый, без признаков затхлости и горечи

Пищевая ценность изделия (каша пшеничная рассыпчатая)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 11 лет	8,0	4,9	47,0	261	180/5
12 лет и старше	11,1	9,3	65,3	385	250/10

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 11 лет	27,96	40,22	3,02	0,18	0,07	0
12 лет и старше	39,20	55,86	4,20	0,25	0,10	0

Пищевая ценность изделия (каша пшенная рассыпчатая)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 11 лет	8,1	6,4	45,4	281	180/5
12 лет и старше	11,3	11,3	63,1	412	250/10

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 11 лет	19,44	56,77	1,89	0,26	0,03	0
12 лет и старше	27,35	78,85	2,64	0,36	0,05	0

Технологическая карта №187**На: каша рисовая рассыпчатая****№ рецептуры по сборнику: № 297, сб. шк. 2004 г.**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		от 7 до 11 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа рисовая	64,3	64,3	89,3	89,3
Вода	135,6	135,6	188,3	188,3
Соль йодированная	1,8	1,8	2,5	2,5
Каша рассыпчатая		180,0		250,0
Масло сливочное	5,0	5,0	10,0	10,0
Выход	180/5		250/10	

Технология приготовления

Крупы перебирают, моют и всыпают в подсоленную воду, доводят до кипения, закрывают крышкой, ставят в водяную баню или жарочный шкаф и доводят до готовности. Поливают растопленным сливочным маслом (доведенным до кипения).

Подают как гарнир к мясным соусным блюдам. Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы целые, хорошо набухшие, легко разделяются

Консистенция: рассыпчатая, мягкая, однородная

Цвет: от белого до кремового

Вкус и запах: каши из данного вида крупы, умеренно соленый, без признаков затхлости и горечи

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 11 лет	4,4	4,7	45,0	248	180/5
12 лет и старше	6,2	9,0	62,5	366	250/10

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 11 лет	5,57	30,52	0,63	0,04	0,03	0
12 лет и старше	8,09	42,39	0,88	0,06	0,04	0

Технологическая карта №188**На: каша ячневая рассыпчатая****№ рецептуры по сборнику: № 297, сб. шк. 2004 г.**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		от 7 до 11 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа ячневая	59,9	59,9	83,2	83,2
Вода	144,0	144,0	200,0	200,0
Соль йодированная	1,8	1,8	2,5	2,5
Каша рассыпчатая		180,0		250,0
Масло сливочное	5,0	5,0	10,0	10,0
Выход	180/5		250/10	

Технология приготовления

Крупы перебирают, моют и всыпают в подсоленную воду, доводят до кипения, закрывают крышкой, ставят в водяную баню или жарочный шкаф и доводят до готовности.

Поливают растопленным сливочным маслом (доведенным до кипения).

Подают как гарнир к мясным соусным блюдам. Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы целые, хорошо набухшие, легко разделяются

Консистенция: рассыпчатая, мягкая, однородная

Цвет: желтовато-серый

Вкус и запах: каши из данного вида крупы, умеренно соленый, без признаков затхлости и горечи

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 11 лет	5,8	4,9	36,3	224	180/5
12 лет и старше	8,0	9,1	50,4	333	250/10

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 11 лет	46,14	27,88	1,03	0,13	0,05	0
12 лет и старше	64,44	38,73	1,44	0,19	0,07	0

Технологическая карта №223**На: крупеник со сливочным маслом****№ рецептуры по сборнику: №259, справ. М. 2003 г.**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		от 7 до 11 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа гречневая	53,3	53,3	65,1	65,1
Молоко	36,0	36,0	44,0	44,0
Вода	50,4	50,4	61,6	61,6
Масса рассыпчатой каши		133,2		162,8
Творог	61,9	61,2	75,7	74,8
Сахар-песок	7,2	7,2	8,8	8,8
Яйца	7/40шт	7,2	9/40шт	8,8
Сухари пшен.панировочные	3,6	3,6	4,4	4,4
Масло сливочное	3,6	3,6	4,4	4,4
Сметана	3,6	3,6	4,4	4,4
Соль йодированная	0,7	0,7	0,9	0,9
Масса полуфабриката		216,0		264,0
Масса готового блюда		180,0		220,0
Масло сливочное	5,0	5,0	10,0	10,0
Выход	180/20		220/10	

Технология приготовления

В кипящую подсоленную воду всыпают перебранную, промытую крупу, перемешивают, доводят до кипения. Заливают прокипяченное молоко и варят до загустения, помешивая венчиком. Готовую рассыпчатую кашу охлаждают до 60-70°C, добавляют протертый творог, сахар, масло сливочное, сырые яйца (см стр.7) и перемешивают. Подготовленную массу выкладывают на смазанный маслом и обсыпанный сухарями противень и выпекают жарочном шкафу при температуре 180-250°C в течение 15 мин слоем 3-4 см. При отпуске поливают растопленным сливочным маслом (доведенным до кипения). Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: запеченные порционные куски политы растопленным маслом, корочка слегка подрумянена

Консистенция: упругая, однородная

Цвет: кремовый, корочки - золотисто-коричневый

Вкус и запах: каши из данного вида крупы

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 11 лет	19,0	15,1	39,7	282	180/5
12 лет и старше	23,3	21,2	48,6	493	220/10

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 11 лет	146,34	111,95	3,67	0,20	0,30	0,31
12 лет и старше	179,27	136,83	4,49	0,25	0,37	0,38

Технологическая карта № 8.1**На: рис отварной****№ рецептуры по сборнику: №448, сб. М. 2003 г.**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию	
	от 7 лет и старше	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа рисовая	36,0	36,0
Масло сливочное	4,5	4,5
Соль йодированная	5,0	5,0
Вода	21,6	21,6
Выход	100	

Технология приготовления

Рис перебирают, промывают. Подготовленную крупу рисовую кладут в подсоленную кипящую воду (6 л воды, 60 г соли на 1 кг риса) и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают и промывают горячей кипяченой водой. После стекания воды рис кладут в посуду, заправляют прокипяченным сливочным маслом, перемешивают и прогревают. Рис используют как гарнир, а также для приготовления фаршей. Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы целые, хорошо набухшие, легко разделяются*Консистенция:* рассыпчатая, мягкая, однородная*Цвет:* белый*Вкус и запах:* каши из данного вида крупы, без признаков затхлости и горечи

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 лет и старше	2,5	4,0	25,2	151	100

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 лет и старше	21,17	18,15	0,50	0,02	0,102	0

Блюда из макаронных изделий

Макаронные изделия (макароны, лапшу, вермишель и др.) 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. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывая воду, в результате чего масса их увеличивается примерно в 3 раза, в зависимости от сорта.

Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с растопленным жиром (1/3 - 1/2 часть от указанного в рецептуре количества), чтобы они не склеивались и не образовывали комков. Остальной частью жира или сметаной макароны заправляют непосредственно перед отпуском.

Блюда из макаронных изделий подают в горячем виде.

Для приготовления запеченных блюд макаронные изделия варят, не откидывая, в небольшом количестве воды (на 1 кг мак. изделий - 2,2-3,0 л воды, 30 г соли).

Технологическая карта №227

На: Макароны отварные

№ рецептуры по сборнику: №330, сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		от 7 до 11 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Макаронные изделия в/с	63,0	63,0	77,0	77,0
Масло сливочное	5,0	5,0	10,0	10,0
Выход	180/5		220/10	

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 20-25 мин. вермишель 10-12.

В процессе варки изделия набухают, увеличиваются примерно в 3 раза.

Сваренные изделия откидывают на дуршлаг и перемешивают с растопленным сливочным маслом (1/3-1/2 часть от указанного в рецептуре количества), чтобы они не склеивались и не образовывали комков. Остальной частью сливочного масла макароны заправляют непосредственно перед отпуском. Блюда подается в горячем виде. Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: отварные макаронные изделия легко отделяются друг от друга и сохраняют свою форму, заправлены маслом

Консистенция: мягкая, но упругая

Цвет: от белого до светло-кремового

Вкус и запах: вареных макаронных изделий, без запаха затхлости

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 11 лет	6,3	4,4	40,0	233	180/5
12 лет и старше	8,0	8,1	48,9	311	220/10

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 11 лет	11,06	8,77	0,88	0,08	0,02	0
12 лет и старше	12,93	10,72	1,09	0,09	0,03	0

Технологическая карта №228**На: макаронны, запеченные с сыром****№ рецептуры по сборнику: №216, справ. М. 2003 г.**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		от 7 до 11 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Макаронные изделия в/с	52,5	52,5	64,2	64,2
Масса отварных макарон		150,0		183,3
Масло сливочное	7,5	7,5	9,2	9,2
Сыр голландский	16,7	15,0	20,4	18,3
Соль йодированная	0,7	0,7	0,9	0,9
Масса готового блюда		180,0		220,0
Масло сливочное(на полив)	5,0	5,0	10,0	10,0
Выход	180/5		220/10	

Технология приготовления

Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 50 г соли). Отварные макаронные изделия, заправляют маслом, выкладывают на противень, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают до образования на поверхности макарон румяной корочки. При отпуске поливают растопленным сливочным маслом (доведенным до кипения). Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: макаронные изделия свою форму, могут быть соединены между собой, заправлены маслом

Консистенция: мягкая, но упругая

Цвет: золотистый

Вкус и запах: свойственный макаронным изделиям, без запаха затхлости

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 11 лет	8,7	13,4	29,4	279	180/5
12 лет и старше	10,7	19,5	35,9	369	220/10

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 11 лет	140,84	13,62	0,78	0,05	0,07	0,04
12 лет и старше	172,60	16,65	0,96	0,06	0,09	0,05

Технологическая карта №229**На: макаронные изделия с тертым сыром****№ рецептуры по сборнику: №333, сб. шк. 2004 г.**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		от 7 до 11 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Макаронные изделия в/с	52,5	52,5	67,1	67,1
Масса отварных макарон		150,0		191,7
Сыр	20,0	18,0	25,5	23,0
Масло сливочное	12,0	12,0	15,3	15,3
Выход	180		230	

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 20-25 мин, вермишель 10-12.

В процессе варки изделия набухают, увеличиваются примерно в 3 раза. Сваренные изделия откидывают на дуршлаг и поливают растопленным сливочным маслом (доведенным до кипения) и посыпают тертым сыром.

Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: отварные макаронные изделия легко отделяются друг от друга и сохраняют свою форму, посыпаны тертым сыром, заправлены маслом

Консистенция: мягкая, но упругая

Цвет: от белого до светло-кремового

Вкус и запах: вареных макаронных изделий, без запаха затхлости

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 11 лет	10,3	15,3	32,9	318	180
12 лет и старше	13,1	19,6	42,1	407	230

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 11 лет	190,42	17,46	0,91	0,07	0,09	0,13
12 лет и старше	243,31	22,31	1,16	0,09	0,12	0,16

Технологическая карта №231**На: лапшевник с творогом****№ рецептуры по сборнику: №278 (2), сб. 1996 г.**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		от 7 до 11 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Макаронные изделия	43,2	43,2	52,8	52,8
Вода	96,0	96,0	117,3	117,3
Творог	60,6	60,0	74,0	73,3
Яйца	3/20 шт	6,0	7/40 шт	7,3
Сахар-песок	6,0	6,0	7,3	7,3
Сметана	3,0	3,0	3,7	3,7
Сухари пшен. панировочные	3,0	3,0	3,7	3,7
Масло сливочное	3,0	3,0	3,7	3,7
Масса полуфабриката		210,0		256,7
Масса готового лапшевника		180,0		220,0
Масло сливочное	5,0	5,0	10,0	10,0
Выход	180/5		220/10	

Технология приготовления

Макаронные изделия варят, не откидывая (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 50 г соли). Протертый творог смешивают с сырыми яйцами (см стр.7), солью, сахаром. Смесь соединяют с отварными макаронными изделиями, выкладывают на противень, смазанный маслом и посыпанный сухарями. Поверхность лапшевника смазывают сметаной, сбрызгивают маслом и запекают.

Отпускают лапшевник с маслом сливочным или сметаной, прошедшими термическую обработку. Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: аккуратно нарезанные куски в виде ромбов или квадратов, корочка слегка подрумянена

Консистенция: рыхлая, сочная, мягкая

Цвет: золотистый, на разрезе - от светло-желтого до кремового

Вкус и запах: свойственный макаронным изделиям, без запаха затхлости

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 11 лет	15,4	12,3	35,7	322	180/5
12 лет и старше	18,8	18,2	43,7	422	220/10

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 11 лет	96,64	19,47	1,04	0,08	0,17	0,12
12 лет и старше	118,57	23,80	1,27	0,09	0,21	0,14

Технологическая карта №232**На: макаронник****№ рецептуры по сборнику: №336, сб. шк. 2004 г.**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		от 7 до 11 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Макаронные изделия	57,6	57,6	70,4	70,4
Вода	165,6	165,6	202,4	202,4
Яйца	7/40 шт	7,2	2/9 шт	8,8
Сахар-песок	7,2	7,2	8,8	8,8
Масло сливочное	4,3	4,3	5,3	5,3
Сухари пшен. панировочные	4,3	4,3	5,3	5,3
Масса полуфабриката		216,0		264,0
Масса готового макаронника		180,0		220,0
Масло сливочное	5,0	5,0	10,0	10,0
Выход	180/5		220/10	

Технология приготовления

Макаронны варят в смеси молока и воды или в воде, не откидывая. В охлажденные до 60-70°C макаронны добавляют подготовленные яйца (см стр.7), взбитые с сахаром, и перемешивают. Массу выкладывают на смазанный маслом противень, посыпают сухарями и запекают. При отпуске макаронник поливают маслом сливочным (доведенным до кипения). Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: аккуратно нарезанные куски в виде ромбов или квадратов, корочка слегка подрумянена

Консистенция: рыхлая, сочная, мягкая

Цвет: золотистый, на разрезе - от светло-желтого до кремового

Вкус и запах: свойственный макаронным изделиям, без запаха затхлости

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 11 лет	7,3	8,2	45,4	292	180/5
12 лет и старше	9,3	14,3	58,3	409	220/10

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 11 лет	16,29	11,76	1,25	0,08	0,05	0
12 лет и старше	22,40	15,70	1,71	0,12	0,08	0

БЛЮДА ИЗ ЯИЦ

Для приготовления блюд из яиц используют свежие куриные яйца, меланж или яичный порошок. Использование утиных, гусиных яиц в соответствии с Санитарными правилами для предприятий общественного питания запрещается.

Свежесть яиц определяют при помощи светового овоскопа.

Перед употреблением яйца промывают сначала теплой водой с 1-2- процентным содержанием кальцинированной соды, затем 0,5-процентным раствором хлорамина, после чего ополаскивают чистой водой.

Рецептуры Сборников составлены из расчета использования столовых куриных яиц средней массой 46 г с отходом на скорлупу, стек и потери 12,5%.

Исходя из этого, масса сырых и вареных яиц (без скорлупы) предусмотрена 40 г при естественном соотношении желтка и белка 39% и 61%.

При использовании яиц массой больше или меньше указанной выход блюда в рецептурах уменьшают или увеличивают в соответствии с фактической массой яиц, пользуясь коэффициентом пересчета, приведенным ниже:

Средняя масса одного яйца, г	Отход на скорлупу, стек и потери, %	Коэффициент пересчёта (К)
От 48 и выше	12,0	0,880
От 43 до 48	12,5	0,875
До 43	13,0	0,870

При варке в скорлупе яйца погружают в кипящую подсоленную воду (3 л воды и 40-50 г соли на 10 яиц) и варят: всмятку - 3-3,5 мин. с момента закипания, "в мешочек" - 4,5-5,5 мин., вкрутую - 8-10 мин. Для облегчения очистки от скорлупы яйца сразу же после варки погружают в холодную воду.

Омлеты готовят из яиц, меланжа или яичного порошка, разведенных молоком или водой (натуральные), или с добавлением овощей, свежей зелени, мясных и других продуктов.

Натуральные и смешанные омлеты при массовом приготовлении запекают в жарочном шкафу. На смазанный жиром противень или порционную сковороду выливают омлетную смесь слоем 2,5-3 см и ставят в жарочный шкаф (180-200°C) на 8-10 мин. Готовый омлет имеет упругую консистенцию.

При отпуске омлеты поливают растопленным сливочным маслом. Рекомендуется посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки, укропа, кинзы или зеленым луком (1-3 г нетто на порцию).

Соль в омлеты кладут из расчета 0,5 г на 1 яйцо.

Технологическая карта №234**На: омлет натуральный****№ рецептуры по сборнику: №340, сб. шк. 2004 г.**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		от 7 до 11 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Молоко или вода	42,9	42,9	57,0	57,0
Яйца	2 6/7шт	114,3	3 4/5шт	152,3
Соль йодированная	1,4	1,4	1,9	1,9
Масса омлетной смеси		157,1		209,7
Масло сливочное	7,1	7,1	10,0	10,0
Масса готового омлета		150,0		200,0
Масло сливочное	5,0	5,0	10,0	10,0
Выход	150/5		200/10	

Технология приготовления

К подготовленным яйцам (см стр.7) добавляют молоко и соль. Смесь тщательно размешивают, выливают слоем 2-3 см в глубокий противень, смазанный маслом и запекают в жарочном шкафу при температуре 180-200°C в течение 8-10 мин.

Готовый омлет имеет упругую консистенцию. При отпуске омлет нарезают и поливают растопленным сливочным маслом (доведенным до кипения).

Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: поверхность омлета равномерно зарумянена, без подгорелых мест*Консистенция:* однородная, сочная*Цвет:* золотисто-желтоватый*Вкус и запах:* свежих запеченных яиц, молока и сливочного масла

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 11 лет	14,6	25,6	2,6	299	150/5
12 лет и старше	19,5	36,8	3,5	423	200/10

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 11 лет	100,46	16,81	2,50	0,07	0,46	0,22
12 лет и старше	134,34	22,41	3,34	0,09	0,62	0,29

Технологическая карта №10.1**На: яйца вареные****№ рецептуры по сборнику: №209, сб. Дели плюс 2015 г.**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию	
	от 7 лет и старше	
	Брутто, г	Нетто, г
Яйца	1 шт	40,0
Выход	150	

Технология приготовления

Яйца подготавливают как указано на стр.6.

Яйца погружают в кипящую подсоленную воду (3 л воды и 40-50 г соли на 10 яиц) и варят вкрутую 8-10 мин с момента закипания. Для облегчения очистки от скорлупы яйца сразу же после варки погружают в холодную воду.

Температура подачи 20°C.

Требования к качеству

Внешний вид: круглоовальной формы, без трещин на поверхности*Консистенция:* умеренно плотная*Цвет:* белок – белый, желток - желтый*Вкус и запах:* свежего вареного яйца, приятный

Пищевая ценность и химический состав изделия (блюда)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы/ пищевые волокна, г	Минеральные элементы, мг			Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Масса, г
			Ca	Mg	Fe		B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг	
4,8	4,4	0,2	19,8	4,32	0,9	59	0,02	0,14	0	40

Блюда из творога

Для приготовления горячих блюд пропускают творог через протирочную машину; небольшое количество творога протирают через сито. При протирании образуется потери в размере 1-2%. При приготовлении блюд на 1 кг творога кладут 10 г поваренной соли.

Вторые блюда отпускают с маслом, сметаной, сахаром или сладкими соусами.

Можно отпускать и с различными плодами и ягодами (50-70 г на порцию).

Технологическая карта №239

На: запеканка из творога

№ рецептуры по сборнику: №366, сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		от 7 до 11 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Творог	141,3	140,0	186,7	186,7
Крупа манная	10,0	10,0	13,3	13,3
Или мука пшеничная в/с	12,0	12,0	16,0	16,0
Сахар-песок	10,0	10,0	13,3	13,3
Соль йодированная	1,4	1,4	1,9	1,9
Яйца	1/10 шт	3,8	1/8 шт	5,1
Сухари пшен. панировочные	6,2	6,2	8,3	8,3
Сметана	6,2	6,2	8,3	8,3
Масло сливочное	6,2	6,2	8,3	8,3
Масса готовой запеканки		150,0		200,0
Молоко сгущенное	20,4	20,0	30,6	30,0
Выход	150/20		200/30	

Технология приготовления

Протертый творог смешивают с предварительно заваренной в воде солью (10 мл на порцию) и охлажденной манной крупой, подготовленными яйцами (см стр.7), сахаром и солью.

Подготовленную массу выкладывают слоем 3-4 см на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень. Поверхность массы разваривают, смазывают сметаной, запекают в жарочном шкафу при температуре 220-280°C в течение 20-30 мин до образования на поверхности румяной корочки. При отпуске нарезанную на куски квадратной или прямоугольной формы запеканку поливают, сгущенным молоком, или соусом фруктовым, или сметаной, прошедшей термическую обработку. Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: нарезана порционно квадратиками или ромбиками, равномерно подрумянена, без трещин и подгорелых мест

Консистенция: однородная, нежная, мягкая

Цвет: корочки – золотисто-желтоватый, на разрезе – белый

Вкус и запах: творога и продуктов, входящих в блюдо, без лишней кислотности

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 11 лет	28,9	20,3	43,2	475	150/20
12 лет и старше	38,7	27,3	59,4	644	200/30

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 11 лет	281,0	42,53	1,08	0,10	0,43	0,56
12 лет и старше	384,9	57,84	1,45	0,13	0,59	0,78

Технологическая карта №241**На: сырники из творога****№ рецептуры по сборнику: №294 (1), сб. 1996г**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		от 7 до 11 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Творог	136,4	135,0	181,8	180,0
Яйца	1/8 шт	5,0		6,7
Мука пшеничная в/с	20,0	20,0	26,7	26,7
Сахар-песок	15,0	15,0	20,0	20,0
Соль йодированная	1,7	1,7	2,2	2,2
Масса полуфабриката		170,0		226,7
Масло сливочное	5,0	5,0	6,7	6,7
Масса готовых сырников		150,0		200,0
Молоко сгущенное	10,0	10,0	15,3	15,0
Выход	150/10		200/15	

Технология приготовления

В протертый творог добавляют 2/3 муки, подготовленные яйца (см стр.7), сахар и соль. Массу хорошо перемешивают, придают форму батона толщиной 5-6см, нарезают поперек, панируют в муке, придают форму биточков. Сырники укладывают на противень, смазанный маслом и запекают в жарочном шкафу при температуре 200-220° в течение 15-20 мин.

Отпускают со сгущенным молоком, вареньем, фруктовым соусом, маслом сливочным (доведенным до кипения), или посыпают сахаром. Температура подачи 65°С.

Требования к качеству

Внешний вид: изделия правильной кругло-приплюснутой формы, поверхность без трещин, равномерно запечены, политы вареньем, или соусом, или маслом, или молоком сгущенным

Консистенция: мягкая, умеренно плотная, пышная

Цвет: корочки — золотистый, на разрезе светло-кремовый или желтоватый

Вкус и запах: свойственный творогу, без лишней кислотности, слегка

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 11 лет	31,6	6,3	37,2	335	150/10
12 лет и старше	42,3	8,6	50,5	452	200/15

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 11 лет	183,16	35,98	0,76	0,08	0,35	0,44
12 лет и старше	249,33	48,54	1,02	0,11	0,48	0,60

СОУСЫ

Соусы являются составной частью большого ассортимента горячих и холодных блюд из овощей, круп, макарон, мяса, рыбы и других продуктов. Они разнообразят и дополняют вкус блюда, повышают его питательную ценность.

В рецептурах основных соусов предусмотрены потери в размере 2,5 - 3%, имеющие место при приготовлении на их основе производных соусов.

Расход специй на 1 кг соуса следующий: соли - 10 г, перца - 0,5 г, лаврового листа - 0,2 г; на маринад, кроме того, гвоздики - 1 г, корицы - 1 г. Для приготовления соуса молочного используется только соль в количестве 8 г.

Исходя из особенностей национальных блюд лавровый лист в соусы, используемые для этих блюд, можно не добавлять.

Технологическая карта №248

На: соус томатный

№ рецептуры по сборнику: №593(3), сб. шк. 2004г

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		от 7 до 11 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Вода или бульон	27,0	27,0	45,0	45,0
Масло сливочное	1,4	1,4	2,2	2,2
Мука пшеничная в/с	1,4	1,4	2,2	2,2
Морковь до 1.01	2,3	1,8	3,7	3,0
или с 1.01	2,4	1,8	4,0	3,0
Лук репчатый	0,7	0,6	1,2	1,0
Масло сливочное	0,5	0,5	0,7	0,7
Сахар-песок	0,3	0,3	0,5	0,5
Томат-паста	3,0	3,0	5,0	5,0
Соль йодированная	0,3	0,3	0,5	0,5
Выход	30		50	

Технология приготовления

Промытые, очищенные и нарезанные лук, морковь, пассеруют, добавляют томат- пасту и продолжают пассеровать еще 10-15 минут, затем соединяют с белым соусом и варят 25-30 мин. В конце варки добавляют соль, сахар, процеживают и доводят до кипения.

Требования к качеству

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

Консистенция: полужидкая, эластичная, нежная

Цвет: от оранжевого до красного

Вкус и запах: насыщенный, соответствующей использованным продуктом, острый, слегка кислый

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 11 лет	0,4	1,4	2,0	23	30
12 лет и старше	0,6	2,3	3,4	38	50

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 11 лет	1,76	2,69	0,12	0,007	0,009	0,82
12 лет и старше	2,93	4,48	0,20	0,012	0,013	1,36

Технологическая карта №249**На: соус сметанный****№ рецептуры по сборнику: №600, сб. шк. 2004г**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		от 7 до 11 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Сметана	7,5	7,5	12,5	12,5
Мука пшеничная в/с	2,3	2,3	3,8	3,8
Бульон или отвар	22,5	22,5	37,5	37,5
Соль йодированная	0,3	0,3	0,5	0,5
Выход	30		50	

Технология приготовления

Муку слегка пассеруют без масла, охлаждают, кладут прокипяченную сметану, размешивают, заправляют солью и варят 3-5 мин, затем процеживают и доводят до кипения.

Подают соус к мясным, овощным и рыбным блюдам или используют для запекания рыбы, мяса и овощей.

Требования к качеству

Внешний вид: однородная масса без комочков не разварившейся муки, пленки и всплывшего жира

Консистенция: полужидкая, эластичная, однородная

Цвет: от белого до светло-кремового

Вкус и запах: свежей сметаны, умеренно соленый

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 11 лет	4,1	4,1	1,7	61	30
12 лет и старше	6,9	6,9	2,9	102	50

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 11 лет	6,04	0,84	0,04	0,004	0,007	0,009
12 лет и старше	10,07	1,40	0,06	0,007	0,012	0,015

Технологическая карта №250**На: соус сметанный с томатом****№ рецептуры по сборнику: №601 (3), сб. шк. 2004г**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		от 7 до 11 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Сметана	7,5	7,5	12,5	12,5
Мука пшеничная в/с	2,3	2,3	3,8	3,8
Бульон или бульон	22,5	22,5	37,5	37,5 0,5
Соль йодированная	0,3	0,3	0,5	
Соус сметанный		30,0		50,0
Томат-паста	1,2	1,2	2,0	2,0
Выход	30		50	

Технология приготовления

Томат-пасту пассеруют, соединяют с соусом сметанным (см. ТК №235). Соус проваривают, процеживают и доводят до кипения.

Используют соус для приготовления запеченных блюд из овощей.

Требования к качеству

Внешний вид: однородная масса без комочков не разварившейся муки, пленки и всплывшего жира

Консистенция: полужидкая, эластичная

Цвет: от светло-оранжевого до светло-красного

Вкус и запах: сметаны с томатом, слегка острый

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 11 лет	0,4	1,2	1,7	20	30
12 лет и старше	0,7	2,0	2,9	33	50

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 11 лет	5,53	1,25	0,06	0,004	0,007	0,22
12 лет и старше	9,21	2,09	0,09	0,007	0,012	0,37

Технологическая карта №251**На: соус молочный****№ рецептуры по сборнику: №595 (3), сб. шк. 2004г**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		от 7 до 11 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Масло сливочное	1,7	1,7	2,8	2,8
Мука пшеничная в/с	1,7	1,7	2,8	2,8
Сахар-песок	0,3	0,3	0,5	0,5
Молоко	15,0	15,0	25,0	25,0
Вода или бульон	15,0	15,0	25,0	25,0
Соль йодированная	0,3	0,3	0,5	0,5
Выход	30		50	

Технология приготовления

Пассерованную на масле муку разводят горячим молоком с добавлением бульона или воды и варят 7-10 мин при слабом кипении. Затем кладут сахар, соль, процеживают и доводят до кипения.

Требования к качеству

Внешний вид: однородная масса с гладкой бархатистой поверхностью, без комочков муки, пленки и всплывшего жира

Консистенция: полужидкая, эластичная, нежная

Цвет: кремовый

Вкус и запах: выраженный молочный, нежный, сладкий

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 11 лет	0,6	1,7	2,0	26	30
12 лет и старше	1,0	2,9	3,3	43	50

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 11 лет	16,30	2,06	0,03	0,01	0,02	0,08
12 лет и старше	27,16	3,44	0,06	0,01	0,03	0,13

Технологическая карта №252**На: соус белый основной****№ рецептуры по сборнику: №590 (3), сб. шк. 2004г**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		от 7 до 11 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Масло сливочное	1,5	1,5	2,5	2,5
Мука пшеничная в/с	1,5	1,5	2,5	2,5
Лук репчатый	1,1	0,9	1,8	1,5
Бульон или вода	33,0	33,0	55,0	55,0
Соль йодированная	0,3	0,3	0,5	0,5
Выход	30		50	

Технология приготовления

В растопленное сливочное масло всыпают просеянную муку и пассеруют при непрерывном помешивании, не допуская пригорания. Правильно пассерованная мука должна иметь слегка кремовый цвет. В пассерованную муку, охлажденную до 60- 70°C, вливают четвертую часть горячего бульона и вымешивают до образования однородной массы, затем постепенно добавляют оставшийся бульон. После этого в соус кладут нарезанный лук и варят 25-30 мин. В конце варки добавляют соль. Затем соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, и доводят до кипения.

Требования к качеству

Внешний вид: однородная масса без комочков заварившейся муки и пленки*Консистенция:* полужидкая, эластичная*Цвет:* белый или сероватый*Вкус и запах:* насыщенного бульона, нежный

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 11 лет	5,6	5,2	1,1	74	30
12 лет и старше	9,3	8,7	1,8	123	50

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 11 лет	0,64	0,32	0,02	0,002	0,002	0,04
12 лет и старше	1,07	0,53	0,04	0,004	0,003	0,06

МУЧНЫЕ КУЛИНАРНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

В рецептурах на все мучные кулинарные изделия (пирожки, ватрушки, кулебяки и т.д.) расход пшеничной муки указан с базисной влажностью 14,5%. При использовании пшеничной муки с влажностью ниже 14,5% расход ее снижается в размере 1% на каждый процент снижения влажности муки. При этом на такое же количество увеличивается расход влаги (воды, молока). В случае использования муки с влажностью выше 14,5% расход ее соответственно увеличивается, количество влаги, предусмотренное рецептурой, уменьшается. В холодное время, если мука имеет низкую температуру, ее следует выдержать в теплом помещении, с тем чтобы температура муки повысилась не менее чем до 12 °С.

Перед употреблением муку просеивают в специальных просеивателях или вручную, при этом, помимо того, что при просеивании удаляются комочки и посторонние предметы, мука обогащается кислородом воздуха, что облегчает замес теста, улучшает его качество и способствует лучшему его подъему. Потери при просеивании муки, составляющие 1%, учтены в рецептурах при определении выхода готовых изделий.

Прессованные дрожжи перед употреблением разводят в теплой воде с температурой 30-35 °С, замороженные - подвергают постепенному размораживанию при температуре 4-6°С и процеживают. Сухие дрожжи разводят теплой водой и дают 1 ч постоять, а затем процеживают. Для приготовления опары рекомендуется смешать сухие дрожжи с мукой и развести в теплой воде (на 100 г дрожжей и 1 кг муки 3 л воды), а через 1 ч процедить.

Сахар, рафинадную пудру и соль просеивают через сито с размером ячеек 2- 3мм или их предварительно растворяют в воде и раствор процеживают.

Двууглекислый натрий (соду) просеивают через сито с размером ячеек не более 1,5-2 мм или растворяют в воде и процеживают через сито с размером ячеек 0,5мм.

Масла, вводимые в растопленном виде, процеживают через сито с размером ячеек не более 1 мм, а используемые в твердом состоянии - предварительно нарезают на куски и размягчают.

Молоко цельное процеживают через сито с размером ячеек не более 1,0 мм.

Яйца или яичный меланж для смазывания изделия взбивают до однородного состояния с добавлением воды в соотношении 1:0,3.

Дрожжевое тесто готовят двумя способами - опарным и безопарным.

Безопарным способом тесто готовят преимущественно для изделий с малым содержанием сдобы (сахара, маргарина), опарным - для изделий с большим содержанием сдобы (тесто дрожжевое сдобное).

БЕЗОПАРНЫЙ СПОСОБ. В дежу тестомесильной машины вливаю подогретую воду, разведенные дрожжи, сахар, яйца (см стр.7), соль, муку и перемешивают 7-8 минут, вводят растопленное сливочное масло и замешивают тесто до однородной консистенции, пока оно не будет отделяться от стенок. Закрывают крышкой и оставляют на 3-4 часа для брожения в теплом месте. При увеличении в 1,5 раза обминают, оставляют для брожения, обминают еще 1-2 раза.

ОПАРНЫЙ СПОСОБ. В дежу вливают теплую воду, разведенные дрожжи, муку и перемешивают до получения однородной массы. Поверхность посыпают мукой, накрывают крышкой и ставят в теплое место на 2,5-3 часа, при увеличении объема в 2-2,5 раза добавляют жидкость с солью и сахаром, оставшуюся муку и замешивают тесто, в конце добавляют растопленное сливочное масло, за время брожения обминают 2-3 раза. Влажность теста 40%.

Стр 143

Технологическая карта №265**На: пирожки печеные с повидлом****№ рецептуры по сборнику: №406, сб. Дели плюс 2015г**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		от 7 до 11 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Мука пшеничная в/с	24,6	24,6	41,0	41,0
Сахар-песок	1,7	1,7	2,9	2,9
Масло сливочное	2,6	2,6	4,4	4,4
Яйца	3/46 шт	2,6	1/9 шт	4,4
Соль йодированная	0,3	0,3	0,5	0,5
Дрожжи сухие	0,22	0,22	0,37	0,37
Вода	6,5	6,5	10,9	10,9
Тесто дрожжевое, № 405 (2), сб. Дели плюс 2015г		38,4		64,0
Повидло	27,0	27,0	45,0	45,0
Мука на подпыл	1,1	1,1	1,9	1,9
Масло на смазку	0,2	0,2	0,4	0,4
Яйца на смазку	3/100 шт	1,2	1/20 шт	2,0
Выход	60		100	

Технология приготовления

Сдобное дрожжевое тесто (см. стр.143), выкладывают на подпыленный мукой стол, отрезают кусок массой 1-1,5 кг, закатывают его в жгут и делят на куски требуемой массы. Затем куски формуют в шарики, дают им расстояться 5-6 мин и раскатывают круглые лепешки толщиной 0,5-1 см. На середину кладут повидло и защипывают края, придают соответствующую форму.

Сформованные пирожки укладывают швом вниз на листы, смазанные маслом, ставят на расстойку, за 5-10 мин перед выпечкой изделия смазывают яйцом (см. стр.7), выпекают при температуре 200-240°C в течение 8-10 минут

Требования к качеству

Внешний вид: овальной формы с заостренными концами, корочки тонкие*Консистенция:* пористая, хорошо пропеченная*Цвет:* поверхности светло-коричневый, на разрезе: теста - кремовый, фарша -соответствует виду фарша*Вкус и запах:* свойственный изделиям из дрожжевого теста с начинкой, с ароматом и привкусом приправ и специй, без запаха перекисшего теста

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 11 лет	3,3	2,8	33,7	174	60
12 лет и старше	5,5	4,7	56,2	289	100

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 11 лет	10,58	5,69	0,67	0,04	0,03	0,05
12 лет и старше	17,64	9,48	1,12	0,06	0,05	0,09

Технологическая карта №280**На: ватрушки****№ рецептуры по сборнику: №741, сб. шк. 2004г**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		от 7 до 11 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Мука пшеничная	25,0	25,0	25,0	25,0
Сахар-песок	1,3	1,3	1,9	1,9
Масло сливочное	1,0	1,0	1,6	1,6
Яйца	1/31 шт	1,3	1/21 шт	1,9
Дрожжи сухие	0,2	0,2	0,3	0,3
Вода	10,0	10,0	14,0	14,0
Соль йодированная	0,4	0,4	0,5	0,5
Тесто дрожжевое, №736 (3), сб.шк. 2004г		39,0		54,0
Творог	16,0	16,0	22,2	20,0
Мука пшеничная	0,8	0,8	1,1	1,1
Масло сливочное	0,8	0,8	1,1	1,1
Яйца	1/25 шт	1,6	1/18 шт	2,2
Сахар-песок	1,8	1,8	2,5	2,5
Ванилин	0,002	0,002	0,003	0,003
Фврш творожный, №764(3), сб.шк.2004		20,0		28,0
Или повидло	20,2	20,0	28,3	28,0
Мука на подпыл	1,0	1,0	1,6	1,6
Яйца на смазку	1/40 шт	1,0	1/28 шт	1,4
Масло растительное на смазку	0,2	0,2	0,2	0,2
Выход	50		70	

Технология приготовления

Дрожжевое тесто для ватрушек готовят опарным способом (см. стр.143). Из теста формуют шарики массой 54 или 39 г, укладывают их швом вниз на лист, смазанный маслом, дают неполную расстойку, а затем деревянным пестиком диаметром 5 см делают в них углубление, которое заполняют фаршем творожным. После полной расстойки ватрушки смазывают яйцом и выпекают при температуре 230-240°C 6-8 мин.

При приготовлении ватрушек с повидлом яйцом смазывают только края теста, при этом смазывать края теста следует до заполнения лепешек повидлом.

Требования к качеству

Внешний вид: круглой формы, края гладкие, корочки тонкие, в середине начинка

Консистенция: пористость мелкая, равномерная

Цвет: золотисто-желтый

Вкус и запах: свойственный изделиям из дрожжевого теста с начинкой

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 11 лет	5,3	3,9	20,5	141	50
12 лет и старше	7,4	5,4	28,7	198	70

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 11 лет	26,29	7,45	0,47	0,04	0,06	0,03

12 лет и старше	36,81	10,43	0,66	0,06	0,09	0,04
-----------------	-------	-------	------	------	------	------

Технологическая карта №290**На: булочка домашняя****№ рецептуры по сборнику: №769, сб. шк. 2004г**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию	
	от 7 лет и старше	
	Брутто, г	Нетто, г
Мука пшеничная в/с	64,2	64,2
Мука пшеничная в/с на подпыл	3,4	3,4
Сахар-песок	11,0	11,0
Сахар-песок для отделки	3,2	3,2
Масло сливочное	14,9	14,9
Яйца	1/20 шт	1,9
Соль йодированная	0,6	0,6
Дрожжи сухие	0,4	0,4
Вода	28,5	28,5
Масса полуфабриката		120,8
Выход	100	

Технология приготовления

Из дрожжевого теста (см. стр.143) формуют шарики, кладут их на листы, смазанные маслом, на расстоянии не более 10 мм друг от друга и ставят в теплое место для расстойки на 30-40 мин. Поверхность смазывают яйцом (см. стр.7). Выпекают при температуре 230-240°C в течение 12-15 мин.

Требования к качеству

Внешний вид: изделие круглой формы, равномерно выпеченное, поверхность посыпана сахаром*Консистенция:* мякиш пропечен, пористый*Цвет:* от золотистого до светло-коричневого*Вкус и запах:* свойственный свежесвепеченным изделиям из теста

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 лет и старше	6,9	10,4	50,4	328	100

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 лет и старше	13,66	8,46	0,72	0,06	0,03	0,00

Технологическая карта №291**На: булочка молочная****№ рецептуры по сборнику: №779, сб. шк. 2004г**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию	
	от 7 лет и старше	
	Брутто, г	Нетто, г
Мука пшеничная в/с	38,5	38,5
Мука на подпыл	1,5	1,5
Дрожжи сухие	0,12	0,12
Молоко	20,0	20,0
Соль йодированная	0,5	0,5
Выход	50	

Технология приготовления

Из дрожжевого теста (см. стр.143) формуют шарики, кладут их на листы, смазанные маслом, на расстоянии не более 10 мм друг от друга и ставят в теплое место для расстойки на 20-25 мин. Перед выпечкой на поверхности делают три-четыре косых надреза. Выпекают при температуре 230-240°C в течение 10-12 мин.

Требования к качеству

Внешний вид: изделие круглой формы, равномерно выпеченное, на поверхности косые надрезы*Консистенция:* мякиш пропечен, пористый*Цвет:* от золотистого до светло-коричневого*Вкус и запах:* свойственный свежесвепеченным изделиям из теста

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 лет и старше	4,7	1,1	25,9	137	50

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 лет и старше	29,07	8,10	0,45	0,05	0,04	0,10

СЛАДКИЕ БЛЮДА И ГОРЯЧИЕ НАПИТКИ

Напитки подразделяют на горячие и холодные. К горячим напиткам относятся чай, кофе, какао; к холодным – молоко, кисломолочные продукты, плодово-ягодные прохладительные напитки.

Технологическая карта №297

На: кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка, айран, йогурт

№ рецептуры по сборнику: №386, сб. Дели плюс 2015г

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию	
	от 7 лет и старше	
	Брутто, г	Нетто, г
Кефир	207,0	200,0
Или ацидофилин	216,0	200,0
Или ряженка	206,0	200,0
Или простокваша	211,0	200,0
Или айран	202,0	200,0
Или йогурт	202,0	200,0
Выход	200,0	

Технология приготовления

Кисломолочные продукты подают непосредственно в стаканах или бокалах. Температура подачи 10-14°C.

Требования к качеству

Внешний вид: стакан с густой жидкостью белого или светло-кремового цвета

Консистенция: жидкая, сметанообразная

Цвет: от белого до светло-кремового

Вкус и запах: молочно-кислый

Пищевая ценность изделия(блюда)

Вид напитка	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
кефир	5,7	6,3	7,8	114	200
ацидофилин	5,7	6,3	7,4	107	200
ряженка	6,3	7,8	7,8	125	200
простокваша	5,5	6,3	8,2	110	200
айран	2,7	1,0	2,5	33	200
йогурт м.д.ж 1,5%	8,0	2,9	11,6	109	200

Расчет химического состава

Вид напитка	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
кефир	235,20	27,44	0,20	0,06	0,33	1,27
ацидофилин	23,52	7,45	1,18	5,29	17,44	1,76
ряженка	23,52	6,86	1,18	2,55	14,11	0,59
простокваша	23,52	7,84	1,18	3,92	14,11	1,76
айран	25,48	7,45	1,18	5,29	18,42	1,57
йогурт м.д.ж 1,5%	243,04	29,40	0,20	0,06	0,29	1,18

Технологическая карта №298**На: кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка****№ рецептуры по сборнику: №645, сб. 1996г**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию	
	от 7 лет и старше	
	Брутто, г	Нетто, г
Кефир	207,0	200,0
Или ацидофилин	216,0	200,0
Или простокваша	211,0	200,0
Или ряженка	206,0	200,0
Сахар-песок	10,0	10,0
Выход	200/10	

Технология приготовления

Кефир из пакетов наливают непосредственно в стаканы или бокалы. Перед отпуском посыпают сахарным песком. Температура подачи 10-14°C

Требования к качеству

Внешний вид: стакан с густой жидкостью белого цвета*Консистенция:* жидкая, сметанообразная*Цвет:* белый*Вкус и запах:* молочно-кислый

Пищевая ценность изделия(блюда)

Вид напитка	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
кефир	5,7	6,3	17,6	151	200
ацидофилин	5,7	6,3	17,2	145	200
ряженка	6,3	7,8	17,6	163	200
простокваша	5,5	6,3	18,0	147	200

Расчет химического состава

Вид напитка	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
кефир	235,20	27,44	0,23	0,06	0,33	1,27
ацидофилин	23,81	7,45	1,21	5,29	17,44	1,76
ряженка	23,81	6,86	1,21	2,55	14,11	0,59
простокваша	23,81	7,84	1,21	3,92	14,11	1,76

Технологическая карта №299**На: молоко кипяченое****№ рецептуры по сборнику: №697, сб. шк.2004г**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию	
	от 7 лет и старше	
	Брутто, г	Нетто, г
Молок 3,2%	211,0	211,0
Выход	200	

Технология приготовления

Молоко перед отпуском кипятят в посуде, предназначенной только для этой цели, маркированной «молоко». Подают в стаканах.

Температура подачи 65°C (горячего) и 14°C (холодного).

Требования к качеству

Внешний вид: стакан с густой жидкостью белого цвета без пленки на поверхности

Консистенция: жидкая

Цвет: белый, с кремовым оттенком

Вкус и запах: характерный для кипяченого молока, сладковатый, приятный

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 18 лет	5,7	5,9	9,0	111	200

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 18 лет	222,45	25,66	0,18	0,06	0,25	1,09

Технологическая карта №300**На: чай с сахаром****№ рецептуры по сборнику: №685, сб. шк.2004г**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию	
	от 7 лет и старше	
	Брутто, г	Нетто, г
Чай	1,0	1,0
Вода	190,0	190,0
Сахар-песок	10,0	10,0
Выход	200	

Технология приготовления

Чай заваривают в чайниках. Чайник ополаскивают горячей водой, насыпают чай, заливают кипятком примерно 1/3 объема и настаивают 5-10 мин, накрыв салфеткой, после чего доливают кипятком.

При отпуске в стаканы или бокалы насыпают сахар и заливают чаем.

Отпускают горячим 60-70°C.

Требования к качеству

Внешний вид: стакан с жидкостью золотисто-коричневого цвета

Консистенция: жидкая

Цвет: золотисто-коричневый

Вкус и запах: чуть терпкий, сладкий, свойственный чаю.

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 18 лет	0,2	0,0	9,1	36	200

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 18 лет	0,26	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00

Технологическая карта №301**На: чай с молоком и сахаром****№ рецептуры по сборнику: №630, сб. 1996г**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию	
	от 7 лет и старше	
	Брутто, г	Нетто, г
Чай	1,0	1,0
Вода	140,0	140,0
Сахар-песок	10,0	10,0
Молоко	50,0	50,0
Выход	200	

Технология приготовления

Чай заваривают, наливают горячее кипяченое молоко, кладут сахар, перемешивают, доводят до кипения.

Отпускают горячим 60-70°C.

Требования к качеству

Внешний вид: стакан с жидкостью серовато-белого цвета*Консистенция:* жидкая*Цвет:* серовато-белый*Вкус и запах:* сладкий, свойственный молоку и чаю.

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 18 лет	1,6	1,5	11,3	62	200

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 18 лет	53,06	6,09	0,07	0,01	0,06	0,26

Технологическая карта №302**На: чай с лимоном и сахаром****№ рецептуры по сборнику: №686, сб. шк. 2004г**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию	
	от 7 лет и старше	
	Брутто, г	Нетто, г
Чай	1,0	1,0
Вода	183,0	183,0
Сахар-песок	10,0	10,0
Лимон	7,8	7,0
Выход	200	

Технология приготовления

Чай заваривают в чайниках. Чайник ополаскивают горячей водой, насыпают чай, заливают кипятком примерно 1/3 объема и настаивают 5-10 мин, накрыв салфеткой, после чего доливают кипятком.

При отпуске в стаканы или бокалы насыпают сахар, кладут тонкий кружочек лимона и заливают чаем.

Отпускают горячим 60-70°C.

Требования к качеству

Внешний вид: стакан с жидкостью золотисто-коричневого цвета, где плавает кусочек лимона*Консистенция:* жидкая*Цвет:* золотисто-коричневый*Вкус и запах:* сладкий, свойственный чаю с привкусом лимона

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 18 лет	0,2	0,0	9,3	38	200

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 18 лет	2,73	0,73	0,06	0,00	0,00	1,12

На: кофейный напиток на молоке сгущенном
№ рецептуры по сборнику: №423, справ. М. 2003г

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 лет и старше			
	1 вариант		2 вариант	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Кофейный напиток	2,4	2,4	2,4	2,4
Сахар-песок	1,5	1,5	1,5	1,5
Молоко сгущенное с сахаром	19,4	19,4	19,4	19,4
Вода	208,0	208,0	208,0	208,0
Выход	200		200	

Технология приготовления

В сваренный, процеженный кофейный напиток добавляют молоко сгущенное, сахар, размешивают и доводят до кипения.

Подают в горячем виде. Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: стакан с жидкостью светло-коричневого цвета

Консистенция: жидкая

Цвет: светло-коричневый

Вкус и запах: сладкий, с выраженным ароматом и привкусом кофейного напитка и сгущенного молока

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 18 лет	1,4	1,4	12,5	66	200 (1в)
	1,7	1,4	16,1	81	200 (2в)

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 18 лет	51,37	5,62	0,04	0,01	0,06	0,08

Технологическая карта №307**На: какао на молоке сгущенном****№ рецептуры по сборнику: №694, сб. шк. 2004г**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 лет и старше			
	1 вариант		2 вариант	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Какао-порошок	2,4	2,4	4,0	4,0
Молоко сгущенное с сахаром	38,8	38,8	38,8	38,8
Вода	179,0	179,0	179,0	179,0
Выход	200		200	

Технология приготовления

Молоко сгущенное разводят горячей водой и доводят до кипения.

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

Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: стакан с жидкостью светло-шоколадного цвета*Консистенция:* жидкая*Цвет:* светло-коричневый*Вкус и запах:* сладкий, с выраженным ароматом и привкусом какао и сгущенного молока

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 18 лет	3,1	3,2	19,4	117	200 (1в)
	3,5	3,4	19,6	121	200 (2в)

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 18 лет	105,36	20,11	0,52	0,02	0,12	0,15
	107,17	26,03	0,83	0,02	0,12	0,15

Технологическая карта №309**На: компот из плодов или ягод сушеных****№ рецептуры по сборнику: №638 (3), сб. шк. 2004г**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию	
	от 7 до 18 лет	
	Брутто, г	Нетто, г
Курага	25,0	75,0*
Или изюм	20,0	32,0*
Сахар-песок	20,0	20,0
Кислота лимонная	0,2	0,2
Вода	203,0	203,0
Выход	200	

*- масса плодов или ягод вареных

Технология приготовления

Подготовленные сушеные плоды или ягоды заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, добавляют кислоту лимонную и варят до готовности.

Курагу варят 10-20 мин, изюм – 5-10мин.

Компот из плодов или ягод сушеных готовят накануне для того, чтобы он настоялся.

Температура подачи 14°C.

Требования к качеству

Внешний вид: сухофрукты не переварены, уложены в стакан и залиты отваром

Консистенция: жидкая, с наличием хорошо проваренных фруктов

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

Вкус и запах: сладкий или кисло-сладкий, с ароматом использованных плодов и ягод

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 18 лет	1,2	0,1	29,5	127	200

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 18 лет	34,67	21,70	0,73	0,02	0,04	0,16

Технологическая карта №310**На: компот из смеси сухофруктов****№ рецептуры по сборнику: №639 (3), сб. шк. 2004г**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию	
	от 7 до 18 лет	
	Брутто, г	Нетто, г
Компотная смесь (курага, изюм, чернослив, яблоки вареные...)	20,0	50,0*
Сахар-песок	20,0	20,0
Кислота лимонная	0,27	0,27
Вода	200,0	200,0
Выход	200	

*- масса плодов или ягод вареных

Технология приготовления

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

Груши сушеные в зависимости от вида варят 1-2 часа, яблоки - 20-30мин, чернослив, урюк, курагу варят 10-20 мин, изюм – 5-10мин.

Компот из плодов или ягод сушеных готовят накануне для того, чтобы он настоялся.

Температура подачи 14°C.

Требования к качеству

Внешний вид: сухофрукты не переварены, уложены в стакан и залиты отваром

Консистенция: жидкая, с наличием хорошо проваренных фруктов

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

Вкус и запах: сладкий или кисло-сладкий, с ароматом использованных плодов и ягод

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 18 лет	0,5	0,1	30,9	123	200

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 18 лет	14,19	8,07	0,89	0,06	0,19	0,11

Технологическая карта №311**На: компот из свежих плодов****№ рецептуры по сборнику: №631, сб. шк. 2004г**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию	
	от 7 до 18 лет	
	Брутто, г	Нетто, г
Яблоки	45,5	40,0
Или груша	44,0	40,0
Вода ¹	172,0	172,0
Или вишня, слива	42,0	40,0
Или персики, абрикосы	47,0	40,0
Вода ²	162,0	162,0
Кислота лимонная	0,27	0,27
Сахар-песок	15,0	15,0
Выход	200	

¹-вода для компота из яблок и груш²-вода для компота из остальных плодов

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.

В горячую воду кладут сахар, добавляя лимонную кислоту, доводят до кипения, проваривают и процеживают. В готовый сироп погружают плоды, варят не более 6 мин и охлаждают.

Черешню или вишню перебирают, удаляют плодоножки, моют; сливы, или персики, или абрикосы, моют, разделяют пополам, удаляют косточки, закладывают в горячий сахарный сироп и доводят до кипения, варят 6-8мин. Охлаждают.

Температура подачи 14°C.

Требования к качеству

Внешний вид: сироп прозрачный, ягоды сохраняют форму*Консистенция:* жидкая, с наличием ягод*Цвет:* свойственный цвету ягод*Вкус и запах:* сладко-кисловатый, свойственный ягодам, входящим в состав компота

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 18 лет	0,2	0,1	17,2	70	200

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 18 лет	6,03	3,13	0,80	0,01	0,01	1,60

Технологическая карта №324**На: кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах****№ рецептуры по сборнику: №648, сб.шк. 2004г**

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию	
	от 7 до 18 лет	
	Брутто, г	Нетто, г
Кисель плодово-ягодный	24,0	24,0
Сахар-песок	10,0	10,0
Кислота лимонная	0,2	0,2
Вода	190,0	190,0
Выход	200	

Технология приготовления

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

Температура подачи 14°C.

Требования к качеству

Внешний вид: стакан с прозрачной жидкостью, без пленки на поверхности*Консистенция:* однородная средней густоты, слегка желеобразная*Цвет:* соответствует виду плодов и ягод*Вкус и запах:* натурального плодового или ягодного сока, кисло-сладкий

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 18 лет	0,0	0,0	20,0	76	200

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 18 лет	0,48	0,00	0,06	0,00	0,00	0,00

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 8

Наименование кулинарного изделия (блюда): ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ

Номер рецептуры: 70

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. - М.: ДеЛипринт, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Помидоры соленые	55	50	110	100
или Огурцы соленые	55	50	110	100
ВЫХОД:	50		100	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер, вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энерг. ценность , ккал	05 O	ад	Сп	о Сп	со	о	<
50	1	04	2,3	21	. Н,5	7		0,3		5	
100	2	0.8	4,6	42	23	14		0.6		10	

Технология приготовления:

Огурцы и помидоры промывают и удаляют место крепления плодоножки

Требования к качеству:*Внешний вид:* огурцы и помидоры сохранили форму*Консистенция:* огурцов- упругая, хрустящая, помидоров- мягкая *Цвет:* огурцов - оливковый, помидоров - красный, бурый, оливковый *Вкус:* в меру кисло-соленый*Запах:* соленых огурцов или помидоров приятный

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**6**

Наименование кулинарного изделия (блюда): КОНСЕРВЫ ОВОЩНЫЕ ЗАКУСОЧНЫЕ (порциями)

Номер рецептуры: 50

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:

А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. -

К.: А.С.Кй 2005

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

Химический состав данного блюда

Икра кабачковая

Выход, г	Пищевые вещества				Минер, вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энерг. ценность , ккал	Р	оо	Си	<и	со	О	<
60	1,20	5,40	5,10	73,20	24,60	9,00	22,20	0,42	0,01	4,20	0,00
100	2,00	9,00	8,50	122,00	41,00	15,00	37,00	0,70	0,02	7,00	0,00

Зеленый горошек

Выход, г	Пищевые вещества				Минер, вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энерг. ценность , ккал	св О	оо	си	<и Си	СП	о	<
60	1,86	0,12	3,90	24,00	12,00	12,60	37,20	0,42	0,06	0,42	0,00
100	3,10	0,20	6,50	40,00	20,00	21,00	62,00	0,70	0,10	0,70	0,00

Технология приготовления:

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

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

Требования к качеству:

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

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

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 1

Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА

Номер рецептуры: 18

Наименование сборника рецептов: Наименование сборника рецептов:

Сборник рецептов

на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна.

- М.: ДеЛипринт, 2011

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Салат из морской капусты промышленного производства	101	100
ВЫХОД:	100	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Св	О	си	о и-	со	о	<
100	1	10	7	122	42,4	0	0	15,6	0	0,04	0,06

Технология приготовления:

При использовании салатов из морской капусты упаковку салата промывают, протирают насухо. Помещают в холодильник. Хранят при температуре $4 \pm 2^\circ\text{C}$. Вскрывают, перекалывают в емкость, предварительно обработанную кипятком. Порционируют непосредственно перед раздачей.

Требования к качеству:

Внешний вид: уложена горкой

Консистенция: мягкая, сочная, однородная

Цвет: продуктов, входящих в блюдо

Вкус: продуктов, входящих в блюдо

Запах: продуктов, входящих в блюдо

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №

Наименование кулинарного изделия (блюда):

КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ

Номер рецептуры: 245

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. - М.: ДеЛипринт, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Кукуруза консервированная	100,2	60	167	100,0
ВЫХОД:	60		100	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер, вещества, мг				Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Мё	Р	Ре	В!	С	А
2,6	1,8	4,7	45	11,2	11,72	3,47	0,4	0,06	5,58	0

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:*Внешний вид:* соответствующая форма*Консистенция:* мягкая, сочная*Вкус:* свойственный кукурузе*Запах:* соответствующий данному продукту

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №71.

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Овощи натуральные свежие.** Номер рецептуры: 71

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся в всех образовательных учреждениях по ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, -М.: ДеЛиплюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Помидоры свежие (соленые)	70,8	60	7,08	6
или огурцы свежие (соленые)	63,12	60	6,312	6
Выход		60		6

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	0,66
Жиры (г):	0,12
Углеводы (г):	2,28
Эн. ценность (ккал):	13,2

Ca (мг):	8,4
Mg (мг):	12
Fe (мг):	0,54
C (мг):	10,5

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Помидоры свежие (соленые)	118	100	11,8	10
или огурцы свежие (соленые)	105,2	100	10,52	10
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Ca (мг):	14
Mg (мг):	20
Fe (мг):	0,9
C (мг):	17,5

Технология приготовления.

Огурцы и помидоры перебирают. Первично овощи промывают в условиях заготовочного цеха при точной воде в ванне для обработки сырых овощей; при отсутствии заготовочного цеха первично овощи промывают в моечной ванне для обработки сырых овощей в горячем цехе в зоне обработки сырой продукции. Вторично овощи промывают кипяченой водой в горячем цехе в моечной ванне для обработки готовой продукции. У огурцов отрезают стебель с частью мякоти, у помидоров вырезают место прикрепления плодоножки и нарезают на цельные порционные куски.

Требования к качеству:

Внешний вид: огурцы и помидоры порезаны на порционные

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

жидкая Цвет: огурцов - зеленый, помидоров - красный.

Вкус:

огурцов и помидоров. *Запах:*

огурцов и помидоров.

Технологическая карта кулинарного изделия(блюда) №70.Наименование кулинарного изделия (блюда): **Овощи натуральные соленые.**

Номер рецептуры: 70

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях по ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, -М.: ДеЛиплюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто,г	Нетто,г	Брутто,кг	Нетто,кг
Помидоры соленые	66	60	6,6	6
или огурцы соленые	66	60	6,6	6
Выход		60		6

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки(г):	0,66
Жиры (г):	0,12
Углеводы (г):	2,28
Эн.ценность(ккал):	13,2

Ca(мг):	8,4
Mg(мг):	12
Fe(мг):	0,54
C (мг):	10,5

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто,г	Нетто,г	Брутто,кг	Нетто,кг
Помидоры соленые	110	100	11	10
или огурцы соленые	110	100	11	10
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Ca(мг):	14
Mg(мг):	20
Fe(мг):	0,9
C (мг):	17,5

Технология приготовления.

Огурцы и помидоры перебирают и удаляют место прикрепления плодоножки и нарезают на цельные порционные куски.

Требования к качеству:

Внешний вид: огурцы и помидоры

сохранили форму. *Консистенция:* огурцов - упругая, хрустящая, помидоров - мягкая. *Цвет:* огурцов - оливковый, помидоров - красный.

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