

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ Дубровская СШ
Н.Н. Лавриненкова
Приказ № 36 о/д от 30.08.2024 г.

Технологические карты

к меню МБОУ Дубровская СШ

Сезон: осенне -зимний.

Возрастная категория: 1-4 кл.; 5-11 кл.

| № Технологической карты | Наименование блюда/ изделия | Страница |
|-------------------------|--|----------|
| 1 | Масло (порция) | |
| 2 | Сыр (порция) | |
| 3 | Салат из белокочанной капусты с яблоками | |
| 4 | Салат из белокочанной капусты | |
| 5 | Салат из свёклы отварной | |
| 6 | Салат из свёклы с зеленым горошком | |
| 7 | Салат из моркови с сахаром | |
| 8 | Овощи натуральные свежие | |
| 9 | Борщ с капустой и картофелем | |
| 10 | Щи из свежей капусты с картофелем | |
| 11 | Рассольник | |
| 12 | Суп картофельный | |
| 13 | Суп картофельный с бобовыми | |
| 14 | Суп картофельный с макаронными изделиями | |
| 15 | Суп рисовый с мясом | |
| 16 | Суп молочный с макаронными изделиями | |
| 17 | Суп молочный с рисовой крупой | |
| 18 | Капуста тушеная | |
| 19 | Рагу из овощей | |
| 20 | Каша молочная овсяная вязкая | |
| 21 | Каша гречневая вязкая | |
| 22 | Макаронные изделия отварные | |
| 23 | Макароны с сыром | |
| 24 | Яйца варенные | |
| 25 | Плоды свежие | |
| 26 | Запеканка из творога | |
| 27 | Рыба (филе) припущенная | |
| 28 | Котлеты рыбные | |
| 29 | Жаркое по-домашнему | |
| 30 | Гуляш | |
| 31 | Котлеты | |
| 32 | Птица отварная | |
| 33 | Плов из птицы | |
| 34 | Пюре картофельное (вариант III) | |
| 35 | Соус томатный (вариант II) | |
| 36 | Компот из свежих плодов | |
| 37 | Чай с сахаром | |
| 38 | Какао с молоком | |
| 39 | Рис отварной (вариант II) | |
| 40 | Салат из свежих помидоров и огурцов | |

| | | |
|----|--|--|
| 41 | Суп картофельный с рыбными фрикадельками | |
| 42 | Фрикадельки рыбные | |
| 43 | Бутерброд с маслом | |
| 44 | Салат из свежих огурцов | |
| 45 | Салат из свежих помидоров | |
| 46 | Салат из сырых овощей | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 1

Наименование кулинарного изделия (блюда): Масло (порциями)

Номер рецептуры: 14

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|--------------------|-------------------------------|----------|-----------|----------|
| | 1 порция | | | |
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| Масло сливочное | 5,0 | 5,0 | 10,0 | 10,0 |
| Выход | 5 | | 10 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|------|------|---------------------|----------------|----------------|---|-------|-------|----------------------|-----|-------|------|-----|---|----|---|
| | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Са | Р | Mg | Fe | К | I | Se | F |
| 5 | 0,01 | 4,15 | 0,03 | 38,5 | 0,001 | 0,01 | 0 | 0,03 | 0,001 | 1,2 | 1,5 | 0,025 | 0,01 | 1,5 | 0 | 0 | 0 |
| 10 | 0,02 | 8,3 | 0,06 | 77 | 0,001 | 0,012 | 0 | 0,065 | 0,001 | 2,4 | 3 | 0,05 | 0,02 | 3 | 0 | 0 | 0 |

Технология приготовления

Масло сливочное нарезают кусочками прямоугольной или другой формы.

Требования к качеству

Внешний вид: кусочки прямоугольной формы.

Консистенция: мягкая.

Цвет: соответствует виду масла.

Вкус: соответствует виду масла.

Запах: соответствует виду масла.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 2

Наименование кулинарного изделия (блюда): Сыр (порциями)

Номер рецептуры: 15

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|--------------------|-------------------------------|----------|-----------|----------|
| | 1 порция | | | |
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| Сыр костромской | 10,33 | 10,0 | 20,67 | 20,0 |
| Выход | 10 | | 20 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|------|------|---------------------|----------------|----------------|------|-------|---|----------------------|-----|-------|------|------|---|----|---|
| | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | D | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| 10 | 2,67 | 2,67 | 2,73 | 36,4 | 0,006 | 0,05 | 0,11 | 0,04 | 0 | 132 | 75 | 0,015 | 0,15 | 13,2 | 0 | 0 | 0 |
| 20 | 5,33 | 5,33 | 5,47 | 72,8 | 0,008 | 0,067 | 0,15 | 0,053 | 0 | 176 | 100 | 0,02 | 0,2 | 17,6 | 0 | 0 | 0 |

Технология приготовления

Сыр нарезают ломтиками толщиной 2-3 мм.

Требования к качеству

Внешний вид: ломтики прямоугольной или треугольной формы.

Консистенция: мягкая, не крошащаяся.

Цвет: соответствует виду сыра.

Вкус: соответствует виду сыра.

Запах: соответствует виду сыра.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 3

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из белокочанной капусты с яблоками

Номер рецептуры: 42

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под общей редакцией В.Т. Лапшиной. - М.: 2004 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|-----------------------------|-------------------------------|----------|-----------|----------|
| | 1 порция | | | |
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| Капуста белокочанная свежая | 70,2 | 54,6 | 117 | 91 |
| Яблоки свежие | 12,6 | 9 | 21 | 15 |
| Лук репчатый | 9,6 | 7,8 | 16 | 13 |
| Масло растительное | 3 | 3 | 5 | 5 |
| Кислота лимонная | 0,12 | 0,12 | 0,2 | 0,2 |
| Сахар | 1,8 | 1,8 | 3 | 3 |
| Выход | 60 | | 100 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|-----|------|---------------------|----------------|----------------|------|------|---|----------------------|------|-------|------|-------|---|----|---|
| | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Са | Р | Mg | Fe | К | I | Se | F |
| 60,0 | 0,96 | 5,4 | 5,46 | 74,4 | 0,02 | 0,02 | 10,5 | 0,04 | 0 | 25,5 | 33,0 | 8,62 | 0,61 | 125,4 | 0 | 0 | 0 |
| 100,0 | 1,6 | 9,0 | 9,1 | 124,0 | 0,03 | 0,03 | 17,5 | 0,06 | 0 | 42,5 | 55,0 | 14,36 | 1,02 | 209,0 | 0 | 0 | 0 |

Технология приготовления

Подготовленную капусту шинкуют, посыпают солью (1,5 гр на 100 гр) и перетирают до выделения сока и мягкой консистенции. Яблоки без кожицы (с удаленным семенным гнездом), лук нарезают соломкой. Капусту, яблоки, лук соединяют, добавляют сахар, масло растительное, кислоту лимонную,

перемешивают и оставляют на 30 минут. После этого салат укладывают горкой и отпускают.

Требования к качеству

Внешний вид — эстетично оформленный, повышающий аппетит.

Цвет — цвет соответствует рецептурным компонентам.

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

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 4

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из белокочанной капусты

Номер рецептуры: 43

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под общей редакцией В.Т. Лапшиной. - М.: 2004 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|-----------------------------|-------------------------------|----------|-----------|----------|
| | 1 порция | | | |
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| Капуста белокочанная свежая | 59,4 | 47,4 | 99 | 79 |
| Лук зеленый | 7,8 | 6 | 13 | 10 |
| или морковь | 7,8 | 6 | 13 | 10 |
| Лимонная кислота | 0,18 | 0,18 | 0,3 | 0,3 |
| Сахар | 3 | 3 | 5 | 5 |
| Масло растительное | 3 | 3 | 5 | 5 |
| Выход | 60 | | 100 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|------|------|---------------------|----------------|----------------|----|------|---|----------------------|----|----|------|-------|---|----|---|
| | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| 60,0 | 0,84 | 3,06 | 5,34 | 52,8 | 0,024 | 0,06 | 21 | 0,04 | 0 | 27,6 | 33 | 9 | 0,48 | 125,4 | 0 | 0 | 0 |
| 100,0 | 0,93 | 3,4 | 5,93 | 58,67 | 0,04 | 0,1 | 35 | 0,06 | 0 | 46 | 55 | 15 | 0,8 | 209 | 0 | 0 | 0 |

Технология приготовления

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

шинкованным зеленым луком или морковью, нарезанной соломкой, добавляют сахар и масло.

Требования к качеству

Внешний вид — эстетично оформленный, повышающий аппетит.

Цвет — цвет соответствует рецептурным компонентам.

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

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 5

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из свеклы отварной

Номер рецептуры: 52

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов (дети 1 – 4 класс) | |
|--------------------|--|-------------------|
| | 1 порция | |
| | брутто, г | нетто, г |
| Свёкла | 72,72 | 57,0 ¹ |
| Масло растительное | 3,6 | 3,6 |
| Выход | | 60 |

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов (дети 5-11 класс) | |
|--------------------|---|-------------------|
| | 1 порция | |
| | брутто, г | нетто, г |
| Свёкла | 121,2 | 95,0 ¹ |
| Масло растительное | 6,0 | 6,0 |
| Выход | | 100 |

¹ Масса вареной очищенной свеклы

Химический состав, витамины и микроэлементы: на 1 порцию (дети 1-4 класс)

| Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------------------|------|------|---------------------|----------------|----------------|-----|---|---|----------------------|-------|-------|-----|-------|---|----|---|
| Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Ca | Р | Mg | Fe | К | I | Se | F |
| 0,86 | 3,65 | 5,02 | 56,34 | 0,01 | 0,03 | 5,7 | 0 | 0 | 21,09 | 24,58 | 12,54 | 0,8 | 205,2 | 0 | 0 | 0 |

на 1 порцию (дети 5-11 класс)

| Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------------------|------|------|---------------------|----------------|----------------|-----|---|---|----------------------|-------|------|------|-------|---|----|---|
| Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Ca | Р | Mg | Fe | К | I | Se | F |
| 1,43 | 6,09 | 8,36 | 93,9 | 0,02 | 0,05 | 9,5 | 0 | 0 | 35,15 | 40,97 | 20,9 | 1,33 | 342,0 | 0 | 0 | 0 |

Технология приготовления

Подготовленную свеклу отваривают, затем очищают и измельчают на овощерезке. При отпуске свеклу заправляют маслом растительным.

Требования к качеству

Внешний вид: свекла мелко измельчена. Салат уложен горкой, заправлен маслом растительным.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: темно-малиновый.

Вкус: умеренно соленый, свойственный свекле.

Запах: свеклы.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 6

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из свеклы с зеленым горошком

Номер рецептуры: 53

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов (дети 1 – 4 класс) | |
|----------------------------------|--|-------------------|
| | 1 порция | |
| | брутто, г | нетто, г |
| Свёкла | 38,34 | 30,0 ¹ |
| Зеленый горошек консервированный | 23,1 | 15,0 |
| Яблоки свежие | 15,42 | 10,8 |
| Лук репчатый | 3,6 | 3,0 |
| Масло растительное | 3,6 | 3,6 |
| Выход | | 60 |

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов (дети 5 – 11 класс) | |
|----------------------------------|---|-------------------|
| | 1 порция | |
| | брутто, г | нетто, г |
| Свёкла | 63,9 | 50,0 ¹ |
| Зеленый горошек консервированный | 38,5 | 25,0 |
| Яблоки свежие | 25,7 | 18,0 |
| Лук репчатый | 6,0 | 5,0 |
| Масло растительное | 6,0 | 6,0 |
| Выход | | 100 |

¹ Масса вареной очищенной свеклы

Химический состав, витамины и микроэлементы:

на 1 порцию (дети 1-4 класс)

| Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------------------|------|------|---------------------|----------------|----------------|------|-------|---|----------------------|------|-------|------|--------|---|----|-------|
| Б | Ж | У | | B ₁ | B ₂ | С | А | D | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| 1,0 | 2,51 | 4,91 | 46,26 | 0,022 | 0,03 | 5,35 | 0,007 | 0 | 23,65 | 31,2 | 14,71 | 0,89 | 173,86 | 0 | 0 | 0,001 |

на 1 порцию (дети 5-11 класс)

| Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------------------|------|------|---------------------|----------------|----------------|------|------|---|----------------------|-------|------|------|--------|---|----|-------|
| Б | Ж | У | | B ₁ | B ₂ | С | А | D | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| 2,98 | 5,19 | 6,25 | 83,6 | 0,11 | 0,05 | 11,0 | 0,01 | 0 | 21,45 | 59,95 | 20,8 | 0,68 | 289,77 | 0 | 0 | 0,002 |

Технология приготовления

Подготовленную свеклу отваривают, затем очищают и измельчают на овощерезке. Добавляют нарезанные соломкой репчатый лук, очищенные яблоки с удаленным семенным гнездом, прогретый зеленый горошек. При отпуске салат заправляют маслом растительным.

Требования к качеству

Внешний вид: свекла мелко измельчена. Салат уложен горкой, заправлен маслом растительным.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: темно-малиновый.

Вкус: умеренно соленый, свеклы, зеленого горошка, яблок, лука.

Запах: свеклы, яблок, лука.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 7

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из моркови с сахаром

Номер рецептуры: 62

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов (дети 1 – 4 класс) | |
|--------------------|--|----------|
| | 1 порция | |
| | брутто, г | нетто, г |
| Морковь | 72,0 | 57,6 |
| Сахар | 3,0 | 3,0 |
| Выход | | 60 |

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов (дети 5 – 11 класс) | |
|--------------------|---|----------|
| | 1 порция | |
| | брутто, г | нетто, г |
| Морковь | 120,0 | 96,0 |
| Сахар | 5,0 | 5,0 |
| Выход | | 100 |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

на 1 порцию (дети 1-4 класс)

| Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------------------|------|------|---------------------|----------------|----------------|------|------|---|----------------------|------|------|------|-------|---|----|---|
| Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| 0,78 | 0,06 | 8,76 | 39,0 | 0,04 | 0,04 | 2,58 | 0,01 | 0 | 19,2 | 31,8 | 21,0 | 0,36 | 109,8 | 0 | 0 | 0 |

на 1 порцию (дети 5-11класс)

| Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------------------|---|---|---------------------|----------------|----------------|---|---|---|----------------------|---|----|----|---|---|----|---|
| Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| | | | | | | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|-----|------|------|------|------|-----|------|---|------|------|------|-----|-------|---|---|---|
| 1,3 | 0,1 | 14,6 | 65,0 | 0,06 | 0,07 | 4,3 | 0,02 | 0 | 32,0 | 53,0 | 34,0 | 0,6 | 183,0 | 0 | 0 | 0 |
|-----|-----|------|------|------|------|-----|------|---|------|------|------|-----|-------|---|---|---|

Технология приготовления

Подготовленную сырую очищенную морковь нарезают соломкой, добавляют сахар, выкладывают горкой.

Требования к качеству

Внешний вид: морковь нарезана соломкой. Салат уложен горкой.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: оранжевый.

Вкус: свойственный моркови с сахаром.

Запах: моркови, приятный.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 8

Наименование кулинарного изделия (блюда): Овощи натуральные свежие

Номер рецептуры: 71

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г. – 628 с.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов (дети 1 – 4 класс) | |
|--------------------|--|----------|
| | 1 порция | |
| | брутто, г | нетто, г |
| Помидоры свежие | 70,8 | 60,0 |
| или огурцы свежие | 63,12 | 60,0 |
| Выход | | 60 |

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов (дети 5 – 11 класс) | |
|--------------------|---|----------|
| | 1 порция | |
| | брутто, г | нетто, г |
| Помидоры свежие | 118,0 | 100,0 |
| или огурцы свежие | 105,2 | 100,0 |
| Выход | | 100 |

Химический состав, витамины и микроэлементы: на 1 порцию (дети 1-4 класс)

| Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------------------|------|------|---------------------|----------------|----------------|------|------|---|----------------------|------|-----|------|-------|-------|----|-------|
| Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| Помидоры свежий | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 0,54 | 0,12 | 1,62 | 10,8 | 0,02 | 0,01 | 8,22 | 0,02 | 0 | 6,0 | 14,4 | 6,6 | 0,16 | 142,2 | 0 | 0 | 0,001 |
| Огурцы свежий | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 0,39 | 0,07 | 1,88 | 9,0 | 0,02 | 0,02 | 6,0 | 0,01 | 0 | 13,8 | 25,2 | 8,4 | 0,36 | 84,6 | 0,002 | 0 | 0,01 |

на 1 порцию (дети 5-11 класс)

| Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------------------|---|---|---------------------|----------------|----------------|---|---|---|----------------------|---|----|----|---|---|----|---|
| Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| Помидоры свежие | | | | | | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|------|------|------|------|------|------|------|---|------|------|------|------|-------|-------|---|-------|
| 0,9 | 0,2 | 2,7 | 18,0 | 0,04 | 0,02 | 13,7 | 0,04 | 0 | 10,0 | 24,0 | 11,0 | 0,27 | 237,0 | 0 | 0 | 0,002 |
| Огурцы свежие | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 0,65 | 0,11 | 3,13 | 15,0 | 0,03 | 0,04 | 10,0 | 0,01 | 0 | 23,0 | 42,0 | 14,0 | 0,6 | 141,0 | 0,003 | 0 | 0,017 |

Технология приготовления

Огурцы и помидоры перебирают, промывают небольшими партиями в подсоленной или подкисленной воде. У огурцов отрезают стебель с частью мякоти, затем нарезают кружочками или дольками непосредственно перед отпуском. У помидоров вырезают место прикрепления плодоножки. Используют в целом виде.

Требования к качеству

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

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

Цвет: огурцов - зеленый, помидоров - красный.

Вкус: огурцов или помидоров.

Запах: огурцов или помидоров.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 9

Наименование кулинарного изделия (блюда): Борщ с капустой и картофелем

Номер рецептуры: 110

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под общей редакцией В.Т. Лапшиной. - М.: 2004 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|---------------------------------|-------------------------------|----------|-----------|----------|
| | 1 порция | | | |
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| Свёкла | 40 | 32 | 50 | 40 |
| капуста свежая или квашенная | 20 17,6 | 16 12 | 25 22 | 20 15 |
| Картофель | 21,6 | 16 | 27 | 20 |
| Морковь | 10,4 | 8 | 13 | 10 |
| Петрушка (корень) | 2,4 | 2,4 | 3 | 3 |
| Лук репчатый | 9,6 | 8 | 12 | 10 |
| Томатное пюре | 6,4 | 6,4 | 8 | 8 |
| Масло сливочное | 4 | 4 | 5 | 5 |
| Сахар | 2,4 | 2,4 | 3 | 3 |
| Лимонная кислота | 0,1 | 0,1 | 0,12 | 0,12 |
| Бульон или вода | 160 | 160 | 200 | 200 |
| Выход | 200 | | 250 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|------|------|---------------------|----------------|----------------|-------|------|---|----------------------|-------|------|------|-------|---|----|---|
| | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| 200,0 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 1,6 | 4,16 | 10,5 | 85,8 | 0,04 | 0,06 | 8,6 | 0,07 | 0 | 46 | 160,0 | 24,0 | 1,0 | 324,0 | 0 | 0 | 0 |
| 250,0 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 2,0 | 5,2 | 13,1 | 106,0 | 0,05 | 0,08 | 10,75 | 0,09 | 0 | 57,5 | 200,0 | 30,0 | 1,25 | 405,0 | 0 | 0 | 0 |

Технология приготовления

В кипящий бульон или волю закладывают нашинкованную свежую капусту, доводят до кипения, затем добавляют нарезанный брусочками картофель, варят 10-15 мин, кладут пассерованные овощи, тушеную или вареную свеклу и варят борщ до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль, сахар, специи. При использовании квашеной капусты, ее в тушеном виде вводят в борщ вместе со свеклой. Борщ можно заправить пассерованной мукой, разведенной бульоном или водой (3 г муки на 250 г борща).

Температура подачи ни ниже 75 градусов.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Требования к качеству

Внешний вид - овощи сохранили форму нарезки (свекла, капуста, морковь, лук - соломкой, картофель — брусочками), на поверхности сметана и зелень.

Вкус и запах - кисло-сладкие, характерные для овощей и специй, без привкуса сырой свеклы.

Цвет - малиново-красный, жир на поверхности оранжевый.

Консистенция - свекла и овощи мягкие; капуста свежая, упругая.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 10

Наименование кулинарного изделия (блюда): Щи из свежей капусты с картофелем

Номер рецептуры: 124

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под общей редакцией В.Т. Лапшиной. - М.: 2004 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов (дети 1 – 4 класс) | | Расход сырья и полуфабрикатов (дети 5 – 11 класс) | |
|----------------------|--|----------|---|----------|
| | 1 порция | | | |
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| Капуста белокочанная | 50,4 | 40,0 | 63,0 | 50,0 |
| Картофель | 32,0 | 24,0 | 40,0 | 30,0 |
| Морковь | 10,4 | 8,0 | 13,0 | 10,0 |
| Петрушка (корень) | 2,4 | 2,4 | 3,0 | 3,0 |
| Лук репчатый | 9,6 | 8,0 | 12,0 | 10,0 |
| Масло сливочное | 4,0 | 4,0 | 5,0 | 5,0 |
| Бульон или вода | 160,0 | 160,0 | 200,0 | 200,0 |
| Выход | 200 | | 250 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы: на 1 порцию (дети 1-4 класс)

| Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------------------|------|------|---------------------|----------------|----------------|------|------|---|----------------------|-------|------|-----|-------|---|----|---|
| Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Са | Р | Мg | Fe | К | І | Se | F |
| 1,6 | 3,44 | 5,52 | 58,4 | 0,04 | 0,04 | 16,4 | 0,14 | 0 | 52,0 | 148,0 | 20,0 | 0,6 | 232,0 | 0 | 0 | 0 |

на 1 порцию (дети 5-11класс)

| Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------------------|------|------|---------------------|----------------|----------------|------|------|---|----------------------|-------|------|-----|-------|---|----|---|
| Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Са | Р | Мg | Fe | К | І | Se | F |
| 1,6 | 3,44 | 5,52 | 58,4 | 0,04 | 0,04 | 16,4 | 0,14 | 0 | 52,0 | 148,0 | 20,0 | 0,6 | 232,0 | 0 | 0 | 0 |

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|-----|-----|------|------|------|------|------|---|------|-------|------|------|-------|---|----|---|
| Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А | Д | Са | Р | Мg | Fe | К | І | Se | F |
| 2,0 | 4,3 | 6,9 | 73,0 | 0,05 | 0,05 | 20,5 | 0,14 | 0 | 65,0 | 185,0 | 25,0 | 0,75 | 290,0 | 0 | 0 | 0 |

Технология приготовления

Капусту нарезают шашками, картофель - дольками. В кипящий бульон или воду закладывают капусту, доводят до кипения, затем кладут картофель. В остальном готовят и отпускают, как указано в рец. №123. При приготовлении щей из ранней капусты ее закладывают после картофеля. Щи можно готовить с томатным пюре (3 г на 250 г супа).

Температура подачи ни ниже 75 градусов.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Требования к качеству

Внешний вид - овощи, сохранившие форму нарезки (капуста нарезана квадратиками, остальные овощи - дольками), сверху сметана и зелень.

Вкус и запах - сладковатые за счет капусты, характерные для пассерованных овощей, капусты и специй.

Цвет - светло-желтый, на поверхности блески жира оранжевого цвета.

Консистенция - капуста упругая, овощи мягкие.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 11

Наименование кулинарного изделия (блюда): Рассольник

Номер рецептуры: 130

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под общей редакцией В.Т. Лапиной. - М.: 2004 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|--------------------|-------------------------------|----------|-----------|----------|
| | 1 порция | | | |
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| Картофель | 80 | 60 | 100 | 75 |
| Морковь | 9,6 | 8 | 12 | 10 |
| Огурцы соленые | 13,6 | 12 | 17 | 15 |
| Лук репчатый | 9,6 | 8 | 12 | 10 |
| Масло сливочное | 4 | 4 | 5 | 5 |
| Бульон или вода | 152 | 152 | 190 | 190 |
| Выход | 200 | | 250 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|-----|------|---------------------|----------------|----------------|-------|------|---|----------------------|------|-------|-----|--------|-------|-----|-------|
| | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Са | Р | Мg | Fe | К | І | Se | F |
| 200,0 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 1,7 | 3,6 | 10,9 | 83,2 | 0,08 | 0,06 | 11 | 0,01 | 0 | 37,8 | 55,2 | 22,6 | 0,8 | 425 | 0,003 | 0 | 0,021 |
| 250,0 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 2,1 | 4,5 | 13,6 | 104,0 | 0,1 | 0,08 | 13,75 | 0,01 | 0 | 47,25 | 69,0 | 28,25 | 1,0 | 531,25 | 0,004 | 0,0 | 0,026 |

Технология приготовления

В кипящий бульон или воду кладут картофель, доводят до кипения, добавляют пассерованные морковь и лук, а через 5-10 мин вводят припущенные огурцы, в конце варки кладут соль.

Температура подачи ни ниже 75 градусов.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Требования к качеству

Внешний вид - огурцы без кожицы и семян нарезаны ромбиками или соломкой, картофель дольками или брусочками, коренья соломкой. На поверхности сметана, зелень.

Вкус и запах - в меру соленый и кисловатый от огурцов и огуречного рассола, пряных овощей и специй.

Цвет - бульон кремовый, блески жира светло-желтые.

Консистенция - овощи мягкие, огурцы хрустящие.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 12

Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп картофельный

Номер рецептуры: 133

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под общей редакцией В.Т. Лапшиной. - М.: 2004 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|--------------------|-------------------------------|----------|-----------|----------|
| | 1 порция | | | |
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| Картофель | 120 | 90,4 | 150 | 113 |
| Морковь | 10,4 | 8 | 13 | 10 |
| Лук репчатый | 9,6 | 8 | 12 | 10 |
| Масло сливочное | 2,4 | 2,4 | 3 | 3 |
| Бульон или вода | 144 | 144 | 180 | 180 |
| Выход | 200 | | 250 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|-----|------|---------------------|----------------|----------------|------|-----|---|----------------------|-------|------|-----|-------|-------|-----|-------|
| | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | D | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| 200,0 | 2,24 | 2,4 | 16,4 | 96,8 | 0,12 | 0,08 | 12,0 | 0,4 | 0 | 22,2 | 72,64 | 29,6 | 1,2 | 693,2 | 0,006 | 0,0 | 0,03 |
| 250,0 | 2,8 | 3,0 | 20,5 | 121,0 | 0,15 | 0,1 | 15,0 | 0,5 | 0 | 27,75 | 90,8 | 37,0 | 1,5 | 866,5 | 0,007 | 0,0 | 0,045 |

Технология приготовления

В кипящий бульон или воду кладут картофель, доводят до кипения, добавляют пассерованные морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки кладут соль.

Температура подачи ни ниже 75 градусов.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Требования к качеству

Внешний вид - на поверхности блески жира и мелко нарезанная зелень; овощи нарезаны дольками.

Вкус и запах - вареных пассерованных овощей.

Цвет - бульон желтый, блески жира оранжевые.

Консистенция - овощи мягкие, но не разваренные.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 13

Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп картофельный с бобовыми

Номер рецептуры: 139

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под общей редакцией В.Т. Лапшиной. - М.: 2004 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|---------------------------|-------------------------------|----------|-----------|----------|
| | 1 порция | | | |
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| Картофель | 53,6 | 40 | 67 | 50 |
| Фасоль или горох лущенный | 16 | 16 | 20 | 20 |
| или чечевица | 20 | 20 | 25 | 25 |
| Морковь | 10,4 | 8 | 13 | 10 |
| Лук репчатый | 9,6 | 8 | 12 | 10 |
| Петрушка (корень) | 2,4 | 2,4 | 3 | 3 |
| Масло сливочное | 4 | 4 | 5 | 5 |
| Бульон или вода | 144 | 144 | 180 | 180 |
| Выход | 200 | | 250 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|------|------|---------------------|----------------|----------------|------|------|---|----------------------|-------|-------|------|--------|-------|-------|------|
| | Б | Ж | У | | B ₁ | B ₂ | C | A | D | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| 200,0 | 6,08 | 4,56 | 16,0 | 130,4 | 0,1 | 0,06 | 14,4 | 0,09 | 0 | 25,6 | 48,64 | 17,28 | 2,24 | 645,8 | 0,006 | 0,004 | 0,04 |
| 250,0 | 7,6 | 5,7 | 20,0 | 163,0 | 0,12 | 0,08 | 18,0 | 0,09 | 0 | 32,0 | 60,8 | 21,6 | 2,8 | 807,25 | 0,008 | 0,005 | 0,05 |

Технология приготовления

Картофель нарезают крупными кубиками, морковь и петрушку мелкими кубиками, лук мелко рубят.

Подготовленные фасоль, горох, чечевицу кладут в бульон или воду, доводят до кипения, добавляют картофель, пассерованные морковь и лук и варят до готовности.

Температура подачи ни ниже 75 градусов.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Требования к качеству

Внешний вид - картофель и корни нарезаны кубиками; часть семян гороха может быть разварена.

Вкус и запах - вареных бобовых и пассерованных овощей.

Цвет - бульон светло-коричневый, блестки жира желтые.

Консистенция - овощи и бобовые мягкие; допускается частичное разваривание бобовых.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 14

Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп картофельный с макаронными изделиями

Номер рецептуры: 140

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под общей редакцией В.Т. Лапшиной. - М.: 2004 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|----------------------------|-------------------------------|----------|-----------|----------|
| | 1 порция | | | |
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| Картофель | 80 | 60 | 100 | 75 |
| Макароны, лапша, вермишель | 8 | 8 | 10 | 10 |
| Морковь | 10,4 | 8 | 13 | 10 |
| Лук репчатый | 9,6 | 8 | 12 | 10 |
| Масло сливочное | 2,4 | 2,4 | 3 | 3 |
| Бульон или вода | 152 | 152 | 190 | 190 |
| Выход | 200 | | 250 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|-----|------|---------------------|----------------|----------------|------|------|---|----------------------|------|-------|------|--------|-------|----|---|
| | Б | Ж | У | | B ₁ | B ₂ | С | А | D | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| 200,0 | 2,3 | 2 | 16,8 | 96,0 | 0,08 | 0,05 | 7,1 | 0,05 | 0 | 24,8 | 50 | 21,3 | 0,86 | 391,78 | 0,004 | 0 | 0 |
| 250,0 | 2,9 | 2,5 | 21,0 | 120,0 | 0,1 | 0,06 | 8,88 | 0,06 | 0 | 31,0 | 62,5 | 26,68 | 1,08 | 489,73 | 0,005 | 0 | 0 |

Технология приготовления

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

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 суп одновременно с картофелем, а вермишель и фигурные изделия за 10-15 мин до готовности супа. Добавляют соль.

Температура подачи ни ниже 75 градусов.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Требования к качеству

Внешний вид — на поверхности блески жира и рубленая зелень. Овощи нарезаны в соответствии с видом используемых макаронных изделий.

Вкус и запах - вареных и пассерованных овощей, специй.

Цвет - бульон бесцветный, блески жира желтые.

Консистенция - овощи и макаронные изделия мягкие, но не разваренные.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 15

Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп рисовый с мясом

Номер рецептуры: 151

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под общей редакцией В.Т. Лапшиной. - М.: 2004 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|--|-------------------------------|----------|-----------|----------|
| | 1 порция | | | |
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| Крупа рисовая | 12 | 12 | 15 | 15 |
| Лук репчатый | 9,6 | 8 | 12 | 10 |
| Томатное пюре | 4 | 4 | 5 | 5 |
| Масло сливочное | 2 | 2 | 2,5 | 2,5 |
| Бульон или вода | 200 | 200 | 250 | 250 |
| Выход | 200 | | 250 | |
| Масса готового мяса (говядина) на порцию | 20 | | 25 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|------|-------|---------------------|----------------|----------------|---|---|---|----------------------|-------|------|-----|------|---|----|---|
| | Б | Ж | У | | B ₁ | B ₂ | С | А | D | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 200,0 | 1,44 | 2,16 | 11,76 | 72,8 | 0,02 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 26 | 178 | 18 | 0,4 | 66 | 0 | 0 | 0 |
| 250,0 | 1,8 | 2,7 | 14,7 | 91,0 | 0,03 | 0,05 | 0 | 0 | 0 | 32,5 | 222,5 | 22,5 | 0,5 | 82,5 | 0 | 0 | 0 |

Технология приготовления

В кипящий бульон или воду засыпают подготовленную крупу рисовую, доводят до кипения и варят до полуготовности. Затем добавляют пассерованные лук репчатый, томатное пюре и доводят суп до готовности.

Температура подачи ни ниже 75 градусов.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Требования к качеству

Внешний вид — консистенция крупы и овощей мягкая, соотношение жидкой и плотной части соответствует.

Цвет — цвет жидкости - серовато-коричневый, овощей и крупы - характерный для их вида.

Вкус и запах — приятный аромат супа с крупой, вкус характерный для рецептурных компонентов, без посторонних привкусов и запахов.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 16

Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп молочный с макаронными изделиями

Номер рецептуры: 160

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под общей редакцией В.Т. Лапшиной. - М.: 2004 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|--------------------|-------------------------------|----------|-----------|----------|
| | 1 порция | | | |
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| Молоко | 125 | 125 | 130 | 130 |
| Вода | 105 | 105 | 109,2 | 109,2 |
| Макаронные изделия | 20 | 20 | 20,8 | 20,8 |
| Масло сливочное | 2 | 2 | 2,08 | 2,08 |
| Сахар | 2 | 2 | 2,08 | 2,08 |
| Выход | 250 | | 260 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|------|-------|---------------------|----------------|----------------|------|---|---|----------------------|-------|------|------|-------|---|----|---|
| | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Са | Р | Mg | Fe | К | I | Se | F |
| 250,0 | 7,0 | 7,9 | 24,69 | 141,0 | 0,06 | 0,09 | 0,57 | 0 | 0 | 79,89 | 45,57 | 7,46 | 0,83 | 207,5 | 0 | 0 | 0 |
| 260,0 | 7,28 | 8,22 | 25,68 | 146,64 | 0,06 | 0,09 | 0,59 | 0 | 0 | 83,09 | 47,39 | 7,76 | 0,86 | 215,8 | 0 | 0 | 0 |

Технология приготовления

Макаронные изделия варят в воде до полуготовности (макаронны -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 ни ниже 75 градусов.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Требования к качеству

Внешний вид - макаронные изделия сохранили форму, не разварены.

Вкус и запах - молочно-мучнистые, сладковатые.

Цвет - молочно-белый, на поверхности желтые блестки сливочного масла.

Консистенция - макаронные изделия, хорошо набухшие, мягкие, но не потерявшие форму.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 17

Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп молочный с рисовой крупой

Номер рецептуры: 161

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под общей редакцией В.Т. Лапшиной. - М.: 2004 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов (дети 1 – 4 класс) | | Расход сырья и полуфабрикатов (дети 5 – 11 класс) | |
|--------------------|--|----------|---|----------|
| | 1 порция | | | |
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| Молоко | 100 | 100 | 125 | 125 |
| Вода | 110,4 | 110,4 | 138 | 138 |
| Крупа рисовая | 12 | 12 | 15 | 15 |
| Масло сливочное | 1,6 | 1,6 | 2 | 2 |
| Сахар | 2,4 | 2,4 | 3 | 3 |
| Выход | 200 | | 250 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы: на 1 порцию (дети 1-4 класс)

| Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------------------|------|------|---------------------|----------------|----------------|-----|------|---|----------------------|-------|------|-----|-------|------|-------|------|
| Б | Ж | У | | B ₁ | B ₂ | С | А | D | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| 4,96 | 6,32 | 23,2 | 150,4 | 0,10 | 0,18 | 1,2 | 0,04 | 0 | 145,6 | 143,4 | 27,0 | 0,4 | 195,0 | 0,01 | 0,005 | 0,03 |

на 1 порцию (дети 5-11класс)

| Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------------------|-----|------|---------------------|----------------|----------------|-----|------|---|----------------------|-------|-------|-----|--------|------|-------|------|
| Б | Ж | У | | B ₁ | B ₂ | С | А | D | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| 6,2 | 7,9 | 23,2 | 188,0 | 0,13 | 0,23 | 1,5 | 0,05 | 0 | 182,0 | 179,3 | 33,75 | 0,5 | 243,75 | 0,01 | 0,006 | 0,04 |

Технология приготовления

Рисовую, гречневую, ячневую крупы, пшено, хлопья овсяные «Геркулес» варят в подсоленной воде до полуготовности 10-15 мин. Затем добавляют горячее молоко, кладут соль, сахар и варят до готовности. При отпуске заправляют маслом. 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 маслом. К супу можно отдельно подавать пшеничные хлопья по 10-15 г на порцию.

Температура подачи ни ниже 75 градусов.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Требования к качеству

Внешний вид - крупа доведена до готовности, но не разварена, на поверхности блески сливочного масла желтого цвета.

Вкус и запах - молочно-крупяной, в меру соленый, сладковатый.

Цвет - молочно-белый, сливочное масло желтое.

Консистенция - крупа сварена, мягкая, но не потерявшая форму.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 18

Наименование кулинарного изделия (блюда): Капуста тушеная

Номер рецептуры: 214

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под общей редакцией В.Т. Лапшиной. - М.: 2004 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|--------------------|-------------------------------|----------|-----------|----------|
| | 1 порция | | | |
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| Капуста свежая | 213,6 | 172,2 | 256,3 | 206,6 |
| Лимонная кислота | 0,14 | 0,14 | 0,17 | 0,17 |
| Масло сливочное | 6 | 6 | 7,2 | 7,2 |
| Томатное пюре | 9,6 | 9,6 | 11,5 | 11,5 |
| Морковь | 3,6 | 3,6 | 4,3 | 4,3 |
| Лук репчатый | 7,2 | 6 | 8,6 | 7,2 |
| Лавровый лист | 0,01 | 0,01 | 0,01 | 0,01 |
| Мука | 2,4 | 2,4 | 2,9 | 2,9 |
| Сахар | 4,8 | 4,8 | 5,8 | 5,8 |
| Выход | 150 | | 180 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|------|-------|---------------------|----------------|----------------|-------|------|---|----------------------|------|-------|-----|--------|-------|----|-------|
| | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| 150,0 | 3,75 | 6,9 | 16,05 | 141 | 0,075 | 0,09 | 33,15 | 0,6 | 0 | 92,25 | 74,3 | 38,1 | 1,5 | 629,7 | 0,002 | 0 | 0,02 |
| 180,0 | 4,5 | 8,28 | 19,26 | 169,2 | 0,06 | 0,11 | 39,78 | 0,72 | 0 | 110,7 | 89,1 | 25,72 | 1,8 | 755,64 | 0,002 | 0 | 0,029 |

Технология приготовления

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем до 30 см, добавляют бульон или воду (20-30% к массе сырой капусты), лимонную кислоту, сливочное масло, пассерованное томатное пюре и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Затем добавляют пассерованные нарезанные соломкой морковь, коренья и лук, лавровый лист и тушат до готовности. За 5 мин до конца тушения капусту заправляют мучной пассеровкой, саларом, солью и вновь доводят до кипения.

Если свежая капуста горчит, ее перед тушением ошпаривают в течение 3-5 мин. При приготовлении блюда из квашеной капусты лимонную кислоту исключают, добавляя небольшое количество бульона или воды, и количество сахара увеличивают до 10 г на порцию. При отпуске можно посыпать мелко нарезанной зеленью.

Температура подачи ни ниже 65 градусов.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Требования к качеству

Внешний вид - свежая капуста нарезана соломкой; при подаче капусту заправляют сливочным маслом и зеленью.

Вкус и запах - кисло-сладкие; аромат специй, томата, овощей; не допускается запах пареной капусты и сырой муки.

Цвет - от золотистого до светло-коричневого.

Консистенция - мягкая, сочная.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 19

Наименование кулинарного изделия (блюда): Рагу из овощей

Номер рецептуры: 224

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под общей редакцией В.Т. Лапшиной. - М.: 2004 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|-------------------------------------|-------------------------------|----------|
| | 1 порция | |
| | брутто, г | нетто, г |
| Картофель | 74,77 | 55,38 |
| Морковь | 34,62 | 27,69 |
| Лук репчатый | 27,69 | 16,62 |
| Репка | 37,38 | 27,69 |
| Капуста свежая белокочанная | 44,31 | 34,62 |
| Масло сливочное | 6,92 | 6,92 |
| Томатное пюре | 52,62 | 52,62 |
| Перец черный горошком | 0,03 | 0,03 |
| Лавровый лист | 0,01 | 0,01 |
| Масло сливочное (при отпуске блюда) | 6,92 | 6,92 |
| Выход | 180 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|-------|------|---------------------|----------------|----------------|-------|------|---|----------------------|--------|-------|------|--------|-------|----|------|
| | Б | Ж | У | | B ₁ | B ₂ | C | A | D | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| 180,0 | 3,6 | 14,94 | 20,7 | 202,5 | 0,05 | 0,13 | 16,53 | 1,62 | 0 | 70,02 | 116,82 | 35,12 | 2,16 | 762,48 | 0,001 | 0 | 0,02 |

Технология приготовления

Нарезанные дольками или кубиками картофель и корни слегка обжаривают, лук пассеруют. Капусту белокочанную нарезают шашками, припускают. Затем картофель и овощи соединяют с соусом и тушат 10-15 мин. После этого добавляют припущенную белокочанную капусту и продолжают тушить 15-20 мин. За 5-10 мин до готовности кладут специи и соль. При отпуске рагу поливают маслом сливочным и посыпают зеленью.

Температура подачи ни ниже 65 градусов.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления.

Требования к качеству

Внешний вид - картофель и корни нарезаны дольками или кубиками, обжарены и припущены с соусом.

Вкус и запах - слегка острые; аромат овощей, специй и соуса; не допускаете - запах пареных и подгоревших овощей.

Цвет - свежих овощей, входящих в состав рагу, соус темно-красный.

Консистенция - мягкая, сочная, овощи сохраняют форму нарезки, за исключением картофеля, тыквы, кабачков и цветной капусты, у которых форма нарезки может быть частично нарушена.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 20

Наименование кулинарного изделия (блюда): Каша молочная овсяная вязкая

Номер рецептуры: 302

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под общей редакцией В.Т. Лапшиной. - М.: 2004 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|---------------------------|-------------------------------|----------|-----------|----------|
| | 1 порция | | | |
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| Хлопья овсяные «Геркулес» | 15 | 15 | 20 | 20 |
| Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 % | 112,5 | 112,5 | 150 | 150 |
| Вода | 27 | 27 | 36 | 36 |
| Сахар | 3,75 | 3,75 | 5 | 5 |
| <i>Масса каши</i> | - | 147,75 | - | 197 |
| Масло сливочное | 2,25 | 2,25 | 3 | 3 |
| Выход | 150 | | 200 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|-------|-------|---------------------|----------------|----------------|---|---|-------|----------------------|-------|------|-----|-------|-------|----|---|
| | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| 150,0 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 4,67 | 8,67 | 22,0 | 191,67 | 0,11 | 0,03 | 0 | 0 | 0,001 | 43,5 | 105,0 | 43,5 | 1,2 | 106,5 | 0,001 | 0 | 0 |
| 200,0 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 6,22 | 11,56 | 29,33 | 255,56 | 0,14 | 0,04 | 0 | 0 | 0,001 | 58,0 | 140,0 | 58,0 | 1,6 | 142,0 | 0,001 | 0 | 0 |

Технология приготовления

Крупы просеивают, перебирают. При этом удаляют мучель и посторонние примеси. Просеивают крупы в зависимости от величины ядер или частиц через сита с разными размерами ячеек. Дробленые крупы не промывают.

В кипящую воду всыпают подготовленную крупу и варят, периодически помешивая 20 мин. После этого добавляют горячее молоко, соль, сахар и продолжают варку до готовности.

Кашу отпускают с растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным.

Температура подачи ни ниже 65 градусов.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Требования к качеству

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

Консистенция: однородная, вязкая, зерна - мягкие.

Цвет: свойственный соответствующему виду крупы.

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

Запах: соответствующей каши в сочетании с молоком и маслом.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 21

Наименование кулинарного изделия (блюда): Каша гречневая вязкая

Номер рецептуры: 302

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под общей редакцией В.Т. Лапшиной. - М.: 2004 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | | | |
|--------------------------|-------------------------------|----------|-----------|----------|-----------|----------|
| | 1 порция | | | | | |
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| Крупа гречневая (ядрица) | 37,5 | 37,5 | 45 | 45 | 50 | 50 |
| Масло сливочное | 5,25 | 5,25 | 6,3 | 6,3 | 7 | 7 |
| Вода | 120 | 120 | 144 | 144 | 160 | 160 |
| Выход | 150 | | 180 | | 200 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|-------|-------|---------------------|----------------|----------------|---|---|---|----------------------|-------|------|------|-------|---|----|---|
| | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Ca | Р | Mg | Fe | К | I | Se | F |
| 150,0 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 4,5 | 8,05 | 23,25 | 180 | 0,075 | 0,06 | 0 | 0 | 0 | 18 | 108 | 73,5 | 2,4 | 138 | 0 | 0 | 0 |
| 180,0 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 5,4 | 9,66 | 27,9 | 216 | 0,09 | 0,07 | 0 | 0 | 0 | 21,6 | 129,6 | 88,2 | 2,88 | 165,6 | 0 | 0 | 0 |
| 200,0 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 6,0 | 10,73 | 31,0 | 240,0 | 0,1 | 0,08 | 0 | 0 | 0 | 24,0 | 144,0 | 98,0 | 3,2 | 184,0 | 0 | 0 | 0 |

Технология приготовления

Крупы засыпают в кипящую жидкость, добавлять соль, сливочное масло и варят, периодически помешивая, до тех пор, пока каша не загустеет. Посуду плотно закрывают крышкой и оставляют на плите с умеренным нагревом для упревания каши до готовности.

Температура подачи ни ниже 65 градусов.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Требования к качеству

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

Цвет: свойственный данному виду крупы.

Консистенция: однородная, вязкая, зерна – мягкие.

Запах: свойственный данному виду крупы.

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

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 22

Наименование кулинарного изделия (блюда): Макароны отварные

Номер рецептуры: 332

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под общей редакцией В.Т. Лапшиной. - М.: 2004 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|--------------------|-------------------------------|----------|-----------|----------|
| | 1 порция | | | |
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| Макаронные изделия | 54 | 54 | 72 | 72 |
| Масло сливочное | 5 | 5 | 6 | 6 |
| Выход | 150 | | 200 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|------|------|---------------------|----------------|----------------|-----|-----|---|----------------------|------|-------|------|-------|-----|-----|-----|
| | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| 150,0 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 5,1 | 9,15 | 34,2 | 244,5 | 0,07 | 0,02 | 0,0 | 0,0 | 0 | 13,64 | 39,2 | 8,52 | 0,86 | 40,88 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |
| 200,0 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 6,8 | 12,2 | 45,6 | 326,0 | 0,09 | 0,03 | 0,0 | 0,0 | 0 | 18,18 | 52,3 | 11,36 | 1,14 | 54,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |

Технология приготовления

Макаронные изделия закладывают в кипящую подсоленную воду и варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 50 г соли). Макароны варят 20-30 минут; лапшу 20-25 минут, вермишель 10-12 минут. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывая воду, в результате чего масса увеличивается в 3 раза.

Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с 1/3 -1/2 частью растопленного сливочного масла, чтобы они не склеивались и не образовывали комков, остальной частью растопленного сливочного масла заправляют непосредственно перед отпуском.

Температура подачи ни ниже 65 градусов.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Требования к качеству

Внешний вид — макароны не разварены, консистенция не слипшаяся.

Цвет — характерный для рецептурных компонентов.

Вкус и запах — запах свойственный отварных макарон и сливочного масла, вкус характерный для рецептурных компонентов, без посторонних привкусов и запаха.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 23

Наименование кулинарного изделия (блюда): Макароны с сыром

Номер рецептуры: 333

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под общей редакцией В.Т. Лапшиной. - М.: 2004 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | | | |
|------------------------|-------------------------------|----------|-----------|----------|-----------|----------|
| | I порция | | | | | |
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| Масса отварных макарон | - | 133,33 | - | 166,67 | - | 183,33 |
| Масло сливочное | 10,67 | 10,67 | 13,33 | 13,33 | 14,67 | 14,67 |
| Сыр | 18,13 | 16 | 22,67 | 20 | 24,93 | 22 |
| Выход | 160 | | 200 | | 220 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|-------|-------|---------------------|----------------|----------------|---|-------|-------|----------------------|--------|-------|-------|-------|---|-------|---|
| | Б | Ж | У | | B ₁ | B ₂ | C | A | D | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| 160,0 | 8,1 | 9,26 | 31,95 | 250,5 | 0,07 | 0,45 | 0 | 0,024 | 0,001 | 158,4 | 180,8 | 36,8 | 1,26 | 264 | 0 | 0,033 | 0 |
| 200,0 | 9,72 | 11,11 | 38,34 | 300,6 | 0,088 | 0,5 | 0 | 0,059 | 0,001 | 196,0 | 271,8 | 27,62 | 1,346 | 267,3 | 0 | 0,038 | 0 |
| 220,0 | 10,69 | 12,22 | 42,17 | 330,66 | 0,097 | 0,55 | 0 | 0,07 | 0,001 | 215,62 | 298,98 | 30,38 | 1,48 | 294,0 | 0 | 0,04 | 0 |

Технология приготовления

Отварные макароны, направленные маслом сливочным, посыпают тертым сыром непосредственно перед подачей. Сыр можно подать отдельно.

Температура подачи ни ниже 65 градусов.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Требования к качеству

Внешний вид - макароны, сохранившие форму, заправлены сливочным маслом, посыпаны сыром.

Вкус и запах - характерный для отварных макарон с выраженным привкусом сыра.

Цвет - светло-кремовый.

Консистенция - макароны мягкие.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 24

Наименование кулинарного изделия (блюда): Яйца вареные

Номер рецептуры: 337

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под общей редакцией В.Т. Лапшиной. - М.: 2004 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|----------------------------|-------------------------------|---------------|
| | 1 порция | |
| | брутто, шт., г | нетто, шт., г |
| Яйцо сырое очищенное (шт.) | 1 | 1 |
| Выход | 1 шт (40 г) | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------------|----------------------|-----|------|---------------------|----------------|----------------|---|------|-------|----------------------|------|----|-----|------|---|-------|---|
| | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| 20,0 (1/2 шт.) | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 2,55 | 2,3 | 0,15 | 31,5 | 0,009 | 0,1 | 0 | 0,03 | 0,001 | 10 | 34,4 | 2 | 0,2 | 25,2 | 0 | 0,006 | 0 |
| 40,0 (1 шт.) | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 | 0,018 | 0,2 | 0 | 0,06 | 0,002 | 20 | 68,8 | 4 | 0,4 | 50,4 | 0 | 0,012 | 0 |

Технология приготовления

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

Требования к качеству

Внешний вид: кругло-овальной формы, без трещин на поверхности.

Консистенция: умеренно плотная.

Цвет: белок - белый, желток - желтый.

Вкус: свежего вареного яйца, приятный.

Запах: свойственный свежесваренным яйцам.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 25

Наименование кулинарного изделия (блюда): Плоды свежие

Номер рецептуры: 338

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|--------------------|-------------------------------|-----------|
| | 1 порция | |
| | брутто, г | брутто, г |
| Яблоки | 100,0 | 100,0 |
| или груши | 100,0 | 100,0 |
| или бананы | 100,0 | 100,0 |
| Выход | 100 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы: на 1 порцию

| Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------------------|-----|------|---------------------|----------------|----------------|------|---|---|----------------------|------|------|-----|-------|-------|----|---|
| Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| Яблоки | | | 40 | 0,03 | 0,02 | 10,0 | 0 | 0 | 16 | 11 | 9 | 2,2 | 278 | 0 | 0 | 0 |
| 0,3 | 0,0 | 8,6 | | | | | | | | | | | | | | |
| Груши | | | 47 | 0,02 | 0,03 | 5,0 | 0 | 0 | 19,0 | 16,0 | 12,0 | 2,3 | 155,0 | 0,001 | 0 | 0 |
| 0,4 | 0,0 | 11,4 | | | | | | | | | | | | | | |
| Бананы | | | 100,0 | 0,04 | 0,05 | 10,0 | 0 | 0 | 8,0 | 28,0 | 42,0 | 0,6 | 348,0 | 0 | 0 | 0 |
| 1,5 | 0,0 | 23,6 | | | | | | | | | | | | | | |

Технология приготовления

Подготовленные плоды или ягоды подают на десертной тарелке или вазочке.

Требования к качеству

Внешний вид: целые плоды уложены на десертную тарелку или вазочку.

Консистенция: соответствует виду плодов.

Цвет: соответствует виду плодов.

Вкус: соответствует виду плодов.

Запах: соответствует виду плодов.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 26

Наименование кулинарного изделия (блюда): Запеканка из творога

Номер рецептуры: 366

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под общей редакцией В.Т. Лапшиной. - М.: 2004 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов (дети 1 – 4 класс) | |
|--------------------------------|--|------------|
| | 1 порция | |
| | брутто, г | нетто, г |
| Творог | 142,0 | 140,0 |
| Крупа манная | 10,0 | 10,0 |
| или мука пшеничная | 12,0 | 12,0 |
| Сахар | 10,0 | 10,0 |
| Яйца | 4,0 | 4,0 |
| Масло сливочное | 6,0 | 6,0 |
| Сухари | 6,0 | 6,0 |
| Сметана | 6,0 | 6,0 |
| Масса готовой запеканки | | 150 |
| Молоко сгущённое | | 40 |

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов (дети 5 – 11 класс) | |
|--------------------|---|----------|
| | 1 порция | |
| | брутто, г | нетто, г |
| Творог | 189,0 | 186,0 |

| | | |
|--------------------------------|------|------------|
| Крупа манная | 13,0 | 13,0 |
| или мука пшеничная | 16,0 | 16,0 |
| Сахар | 13,0 | 13,0 |
| Яйца | 5,0 | 5,0 |
| Масло сливочное | 8,0 | 8,0 |
| Сухари | 8,0 | 8,0 |
| Сметана | 8,0 | 8,0 |
| Масса готовой запеканки | | 200 |
| Со сметаной | | 25 |

Химический состав, витамины и микроэлементы: на 1 порцию (дети 1-4 класс)

| Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------------------|------|-------|---------------------|----------------|----------------|------|-----|-------|----------------------|-------|-------|-----|--------|---|-------|------|
| Б | Ж | У | | B ₁ | B ₂ | C | A | D | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| 25,65 | 20,3 | 23,25 | 366 | 0,076 | 0,3 | 5,25 | 0,3 | 0,002 | 120,35 | 164,7 | 29,55 | 1,8 | 265,95 | 0 | 0,013 | 0,05 |

на 1 порцию (дети 5-11класс)

| Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------------------|-------|----|---------------------|----------------|----------------|------|------|-------|----------------------|--------|-------|------|--------|---|-------|-------|
| Б | Ж | У | | B ₁ | B ₂ | C | A | D | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| 34,2 | 27,06 | 31 | 488 | 0,09 | 0,36 | 6,22 | 0,36 | 0,002 | 138,8 | 195,04 | 34,99 | 1,13 | 314,94 | 0 | 0,005 | 0,007 |

Первичная обработка сырья

1. Яйца предварительно обрабатывают в соответствии с п 8.22 СанПиНа 2.4.5.2409-08. Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных емкостей. Обработка яиц проводится при условии полного их погружения в раствор в следующем порядке: - I - обработка в 1 - 2% теплом растворе кальцинированной соды; - II - обработка в 0,5% растворе хлорамина или других разрешенных в установленном порядке дезинфицирующих средств; - III - ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

2. Для приготовления горячих блюд рекомендуется использовать пастеризованный творог полужирный (9% жира, 73% влаги). Творог протерает через сито. При протирании получают потери в размере от 1 до 2%, в зависимости от условий обработки и количества творога.

3. Муку или манную крупу просеивают.

4. Консервные банки промывают, вытирают насухо, вскрывают. Молоко сгущенное порционируют из банки.

Технология приготовления

Протертый творог смешивают с мукой или предварительно заваренной в воде (10 мл на порцию) и охлажденной манной крупой, яйцами, сахаром и солью.

Подготовленную массу выкладывают слоем 3-4 см на смазанные маслом сливочным и посыпанные сухарями противень или форму. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной, запекают в жарочном шкафу 20-30 мин до образования на поверхности румяной корочки.

При отпуске нарезанную на куски квадратной или прямоугольной формы запеканку поливают прокипяченной сметаной или сладким соусом.

Требования к качеству

Внешний вид: порционные кусочки без трещин и подгорелых мест.

Консистенция: однородная, нежная, мягкая.

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

Вкус: свойственный продуктам, входящим в данное блюдо.

Запах: слабовыраженный - творога.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 27

Наименование кулинарного изделия (блюда): Рыба (филе) припущенная

Номер рецептуры: 371

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под общей редакцией В.Т. Лапшиной. - М.: 2004 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|---|-------------------------------|----------|-----------|----------|
| | 1 порция | | | |
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| Из полуфабрикатов: ледяная рыба | 136,8 | 113,4 | 152 | 126 |
| Из филе, выпускаемого промышленностью: хек, минтай | 133 | 118,8 | 148 | 122 |
| Лук репчатый | 5,4 | 3,6 | 6 | 4 |
| Петрушка (корень) или сельдерей (корень) | 5,4 | 3,6 | 6 | 4 |
| Выход | 90 | | 100 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | Калорийность (ккал) | Витамины | | Минеральные вещества | |
|----------|----------------------|---------------------|----------|--|----------------------|--|
| | | | | | | |
| | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------|------|------|-----|------|----------------|----------------|---|------|---|------|-------|------|------|-------|-------|----|---|
| | Б | Ж | У | | B ₁ | B ₂ | С | А | D | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| 90,0 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 8,73 | 8,73 | 0,0 | 50,4 | 0,05 | 0,1 | 0 | 0,02 | 0 | 60,3 | 162,0 | 20,7 | 0,81 | 279,0 | 0,06 | 0 | 0 |
| 100,0 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 9,7 | 9,7 | 0,0 | 56,0 | 0,06 | 0,1 | 0 | 0,02 | 0 | 67 | 180 | 23 | 0,9 | 310 | 0,065 | 0 | 0 |

Технология приготовления

Порционные куски рыбы, нарезанные из филе с кожей без костей, кладут в посуду в один ряд, подливают горячую воду или бульон, солят, добавляют лук репчатый, коренья, специи и припускают 10-15 мин.

При отпуске гарнируют. Соус подают отдельно или поливают им рыбу. Гарниры - картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с маслом сливочным. Соусы - белый основной, паровой, томатный.

Температура подачи не ниже 65 градусов.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Требования к качеству

Внешний вид - на тарелку выложен кусок горячей припущенной рыбы, рядом с ней - гарнир, соус подлит сбоку. Соус можно подать отдельно в соуснике.

Вкус и запах - специфические, свойственные данному виду рыбы в сочетании со специями.

Цвет - мясо рыбы на срезе белое.

Консистенция - мягкая.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 28

Наименование кулинарного изделия (блюда): Котлеты рыбные

Номер рецептуры: 388

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под общей редакцией В.Т. Лапшиной. - М.: 2004 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|--|-------------------------------|--------------|-----------|------------|
| | 1 порция | | | |
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| Из полуфабрикатов: треска, минтай | 68,4 | 59,4 | 76 | 66 |
| Из филе, выпускаемого промышленностью: треска, минтай | 59,4 | 54 | 66 | 60 |
| Хлеб пшеничный | 16,2 | 16,2 | 18 | 18 |
| Молоко или вода | 23,4 | 23,4 | 26 | 26 |
| Сухари | 9 | 9 | 10 | 10 |
| <i>Масса полуфабриката</i> | - | <i>104,4</i> | - | <i>116</i> |
| Масло растительное | 7,2 | 7,2 | 8 | 8 |
| Выход | 90 | | 100 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|------|-------|---------------------|----------------|----------------|------|-------|---|----------------------|-------|------|------|-------|-------|-------|-------|
| | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| 90,0 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 11,7 | 7,92 | 13,68 | 177,4 | 0,081 | 0,117 | 0,36 | 0,01 | 0 | 57,6 | 154,8 | 28,8 | 1,08 | 254,7 | 0,034 | 0 | 0,001 |
| 100,0 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 13,0 | 8,8 | 15,2 | 197,11 | 0,09 | 0,13 | 0,4 | 0,001 | 0 | 64 | 172 | 22 | 1,2 | 283 | 0,034 | 0,003 | 0,18 |

Технология приготовления

Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски, пропускают через мясорубку вместе с замоченным в воде или молоке черствым пшеничным хлебом, кладут соль, тщательно перемешивают и выбивают. Из рыбной котлетной массы формируют котлеты, панируют в сухарях, обжаривают с обеих сторон на противне или сковороде в течение 8-10 мин и доводят до готовности в жарочном шкафу в течение 5 мин.

При отпуске котлеты гарнируют, подливают сбоку соус или поливают маслом сливочным. Гарниры - картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с маслом, овощи, припущенные с маслом. Соусы - томатный, сметанный.

Температура подачи ни ниже 65 градусов.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Требования к качеству

Внешний вид - котлеты овально-приплюснутой формы с заостренным концом, рядом - гарнир, изделия политы соусом, посыпаны зеленью.

Вкус и запах - жареной рыбной котлетной массы; вкус в меру соленый, запах приятый, рыбный, с ароматом специй.

Цвет - корочка золотистая, срез светло-серый.

Консистенция - однородная, сочная, рыхлая.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 29

Наименование кулинарного изделия (блюда): Жаркое по-домашнему

Номер рецептуры: 436

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под общей редакцией В.Т. Лапшиной. - М.: 2004 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|---|-------------------------------|----------|-----------|----------|
| | 1 порция | | | |
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части) | 128 | 94,8 | 156,9 | 115,87 |
| Картофель | 128 | 94,8 | 156,9 | 115,87 |
| Лук репчатый | 14,4 | 12 | 17,6 | 14,67 |
| Масло топленое | 4,8 | 4,8 | 5,87 | 5,87 |
| Томатное пюре | 6 | 6 | 7,33 | 7,33 |
| Масса тушеного мяса | - | 60 | - | 73,33 |
| Масса готовых овощей | - | 120 | - | 146,67 |
| Выход | 180 | | 220 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|-------|-------|---------------------|----------------|----------------|------|------|---|----------------------|-------|------|-----|------|---|----|---|
| | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Са | Р | Mg | Fe | К | I | Se | F |
| 180,0 | 14,02 | 10,82 | 19,44 | 225 | 0,16 | 0,2 | 9,2 | 0,02 | 0 | 32 | 188 | 44 | 2,8 | 946 | 0 | 0 | 0 |
| 220,0 | 19,58 | 13,22 | 23,76 | 275,0 | 0,2 | 0,2 | 11,2 | 0,02 | 0 | 39,1 | 229,8 | 53,8 | 3,4 | 1156 | 0 | 0 | 0 |

Технология приготовления

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

Обжаренное мясо и овощи кладут в посуду слоями, чтобы снизу и поверх мяса лежали овощи. Добавляют томатное пюре, соль, перец, бульон (продукты должны быть только покрыты жидкостью). Закрывают крышкой и тушат до готовности. За 5 – 10 минут до окончания тушения кладут лавровый лист. Отпускают вместе с бульоном и гарниром. Блюдо можно готовить без томатного пюре.

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: свойственный продуктам, входящим в блюдо.

Запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 30

Наименование кулинарного изделия (блюда): Гуляш

Номер рецептуры: 437

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под общей редакцией В.Т. Лапшиной. - М.: 2004 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|--------------------|-------------------------------|----------|-----------|----------|
| | 1 порция | | | |
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| Говядина | 96,3 | 71,1 | 107 | 79 |
| Масло топленое | 3,6 | 3,6 | 4 | 4 |
| Лук репчатый | 10,8 | 9 | 12 | 10 |
| Томатное пюре | 7,2 | 7,2 | 8 | 8 |
| Мука пшеничная | 2,7 | 2,7 | 3 | 3 |
| Выход | 90 | | 100 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|-------|-----|---------------------|----------------|----------------|---|------|---|----------------------|-----|----|-----|-----|---|----|---|
| | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Са | Р | Mg | Fe | К | I | Se | F |
| 90,0 | 12,51 | 12,24 | 3,6 | 141,8 | 0,24 | 0,12 | 0 | 0,01 | 0 | 18 | 143 | 18 | 1,4 | 211 | 0 | 0 | 0 |
| 100,0 | 13,9 | 13,6 | 4,0 | 157,56 | 0,27 | 0,12 | 0 | 0,01 | 0 | 18 | 143 | 18 | 1,4 | 211 | 0 | 0 | 0 |

Технология приготовления

Нарезанное кубиками по 20-30 г и обжаренное мясо заливают бульоном или водой и тушат с добавлением пассерованного томатного пюре в закрытой посуде около часа. На бульоне, оставшемся после тушения, готовят соус, добавляя в него пассерованный лук, соль, заливают им мясо и тушат еще 25-30 мин. За 5-10 мин до готовности кладут лавровый лист. Гуляш можно готовить со сметаной (10-15 г на порцию).

Гарниры - каши рассыпчатые, рис отварной, макаронные изделия отварные, пюре картофельное, картофель жареный (из сырого), овощи отварные с маслом, овощи припущенные с маслом, капуста тушеная, свекла тушеная.

Температура подачи ни ниже 65 градусов.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Требования к качеству

Внешний вид - мясо нарезано кусочками, обжаренное и тушенное с луком и томатным пюре, предварительно пассерованным. На тарелку уложен гарнир, мясо и соус.

Вкус и запах - тушеного мяса, лука и томатного пюре, слегка острый.

Цвет - мясо светло-коричневое.

Консистенция - мясо мягкое, сочное; соус однородный, слегка вязкий.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 31

Наименование кулинарного изделия (блюда): Котлеты

Номер рецептуры: 451

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под общей редакцией В.Т. Лапшиной. - М.: 2004 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|---------------------|-------------------------------|----------|-----------|----------|
| | 1 порция | | | |
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| Говядина | 90 | 66,6 | 100 | 74 |
| Хлеб пшеничный | 15 | 15 | 18 | 18 |
| Молоко или вода | 21,6 | 21,6 | 24 | 24 |
| Сухари | 9 | 9 | 10 | 10 |
| Масса полуфабриката | - | 111,6 | - | 124 |
| Масло топленое | 5,4 | 5,4 | 6 | 6 |
| Выход | 90 | | 100 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|-------|------|---------------------|----------------|----------------|-------|---|---|----------------------|-------|-------|------|--------|-------|----|-------|
| | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| 90,0 | 16,11 | 12,89 | 14,4 | 189 | 0,74 | 0,112 | 0,16 | 0 | 0 | 35,2 | 76,8 | 20,8 | 1,76 | 188,8 | 0,001 | 0 | 0 |
| 100,0 | 17,9 | 14,32 | 16,0 | 210 | 0,082 | 0,124 | 0,178 | 0 | 0 | 39,11 | 85,33 | 13,11 | 0,96 | 209,78 | 0,001 | 0 | 0,194 |

Технология приготовления

Из готовой котлетной массы разделяют изделия овально-приплюснутой формы с заостренным концом (котлеты).

Котлеты можно готовить с добавлением репчатого лука (10 гр на порцию массой 100 г и 9 гр на порцию массой 90 гр). Выход изделий при этом не изменяется, так как соответственно уменьшается норма молока или воды.

При отпуске изделий их гарнируют и поливают маслом или соусом.

Котлеты отпускают по 2 или 1 штуке на порцию.

Гарниры – каши рассыпчатые, бобовые отварные, макаронные изделия отварные, картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с жиром, капуста тушеная, сложный гарнир.

Соусы – красный основной, луковый, сметанный, сметанный с томатом.

Температура подачи ни ниже 65 градусов.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Требования к качеству

Внешний вид – характерный данному блюду.

Цвет – характерный для входящих в состав изделия продуктов.

Вкус и запах – характерный для входящих в состав изделия продуктов, без посторонних привкусов и запахов.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 32

Наименование кулинарного изделия (блюда): Птица отварная

Номер рецептуры: 487

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под общей редакцией В.Т. Лапшиной. - М.: 2004 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|------------------------|-------------------------------|----------|-----------|----------|
| | 1 порция | | | |
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| Бройлер-цыпленок | 158,4 | 113,4 | 176 | 126 |
| или курица | 187,2 | 129,6 | 208 | 144 |
| Лук репчатый | 5,4 | 3,6 | 6 | 4 |
| Петрушка (корень) | 5,4 | 3,6 | 6 | 4 |
| или сельдерей (корень) | 5,4 | 3,6 | 6 | 4 |
| Выход | 90 | | 100 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|------|------|---------------------|----------------|----------------|------|------|---|----------------------|-------|------|------|-------|---|----|---|
| | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Са | Р | Mg | Fe | К | I | Se | F |
| 90,0 | 14,13 | 8,01 | 0,36 | 129,6 | 0,02 | 0,11 | 1,26 | 0,04 | 0 | 29,7 | 140,4 | 17,1 | 1,44 | 146,7 | 0 | 0 | 0 |
| 100,0 | 15,7 | 8,9 | 0,4 | 144,0 | 0,02 | 0,12 | 1,4 | 0,04 | 0 | 33,0 | 156 | 19,0 | 1,6 | 163,0 | 0 | 0 | 0 |

Технология приготовления

Обработанные тушки птицы перед варкой формуют, т.е. придают им компактную форму.

Подготовленные тушки птицы кладут в горячую воду (2-2,5 л на 1 кг продукта), быстро доводят до кипения, а затем нагрев уменьшают. С закипевшего бульона снимают пену, добавляют нарезанные корни, лук, соль, варят при слабом кипении в закрытой посуде до готовности, после чего сваренные тушки вынимают из бульона, дают им остыть и по мере спроса нарубают на порции.

Отпускают птицу по 1 кусочку на порцию.

При порционировании птицы, особенно крупной (кур, бройлеров-цыплят, индеек), можно вырубить спинную кость. Для этого птицу разрубает вдоль на две части так, чтобы одна половина получилась без спинной кости. Затем от второй половины отрубают спинную кость и порционируют.

Нарубленные порции птицы заливают горячим бульоном, доводят до кипения и хранят на мармите в закрытой посуде. Бульон, оставшийся после варки продуктов, используют для приготовления супа, соуса или гарнира (рассыпчатой рисовой каши).

При отпуске отварную птицу гарнируют и поливают соусом или подают натуральными без соуса.

Гарниры - каша рассыпчатая, рис отварной или припущенный, зеленый горошек отварной, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные, сложный гарнир. Соусы - паровой, белый с яйцом.

Требования к качеству

Внешний вид - на тарелке лежит отварное мясо или птица, рядом аккуратно расположен гарнир, блюдо оформлено веточкой зелени.

Вкус и запах - приятные; аромат отварного мяса, корней и репчатого лука.

Цвет — серый.

Консистенция - мягкая, плотная, сочная.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 33

Наименование кулинарного изделия (блюда): Плов из птицы

Номер рецептуры: 492

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под общей редакцией В.Т. Лапшиной. - М.: 2004 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|----------------------|-------------------------------|----------|-----------|----------|
| | 1 порция | | | |
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| Курица | 121,27 | 82,73 | 128,4 | 87,6 |
| или бройлер цыпленок | 108,8 | 78,2 | 115,2 | 82,8 |
| Томатное пюре | 5,66 | 5,66 | 6 | 6 |
| Морковь | 11 | 9,1 | 12 | 9,6 |
| Лук репчатый | 10 | 9,1 | 10,8 | 9,6 |

| | | | | |
|-------------------------------|-------|--------|-----|-----|
| Масло топленое | 9,06 | 9,06 | 9,6 | 9,6 |
| Крупа рисовая | 39,67 | 39,67 | 42 | 42 |
| Масса тушеной птицы | - | 56,67 | - | 60 |
| Масса готового риса с овощами | - | 113,33 | - | 120 |
| Выход | 170 | | 180 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|-------|-------|---------------------|----------------|----------------|------|---|---|----------------------|-------|-------|------|--------|-------|----|---|
| | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| 170,0 | 12,15 | 11,85 | 27,15 | 268,5 | 0,045 | 0,075 | 1 | 0 | 0 | 7 | 80 | 9,5 | 0,65 | 118 | 0,001 | 0 | 0 |
| 180,0 | 12,86 | 12,55 | 28,75 | 284,29 | 0,048 | 0,08 | 1,06 | 0 | 0 | 7,41 | 84,71 | 10,06 | 0,69 | 124,94 | 0,001 | 0 | 0 |

Технология приготовления

Птицу или кролика рубят на порции (по одному куску), обжаривают до образования корочки, посыпают солью, кладут в посуду, добавляют пассерованные, мелко нарезанные морковь и лук, томатное пюре, заливают горячим бульоном или водой и дают закипеть (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 в жарочный шкаф.

Температура подачи ни ниже 65 градусов.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Требования к качеству

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

Консистенция: мягкая

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

Вкус: в меру соленый, свойственный тушеному в соусе мясу

Запах: свойственный входящим в рецептуру продуктам.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 34

Наименование кулинарного изделия (блюда): Пюре картофельное (вариант III)

Номер рецептуры: 520

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под общей редакцией В.Т. Лапшиной. - М.: 2004 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|--------------------|-------------------------------|----------|-----------|----------|
| | 1 порция | | | |
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| Картофель | 171 | 128,3 | 205 | 154 |
| Молоко | 23,7 | 22,5 | 28 | 27 |
| Масло сливочное | 5,25 | 5,25 | 6,3 | 6,3 |
| Выход | 150 | | 180 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|------|-------|---------------------|----------------|----------------|-------|------|-------|----------------------|-------|-------|------|--------|---|-------|-------|
| | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Са | Р | Mg | Fe | К | I | Se | F |
| 150,0 | 3,06 | 4,8 | 20,45 | 137,25 | 0,14 | 0,11 | 18,85 | 0,01 | 0,001 | 43,56 | 90,75 | 31,32 | 1,04 | 672,77 | 0 | 0,001 | 0,034 |
| 180,0 | 3,67 | 5,76 | 24,54 | 164,7 | 0,18 | 0,16 | 25,2 | 0,09 | 0,001 | 50,94 | 133,9 | 43,38 | 1,62 | 986,94 | 0 | 0,001 | 0,053 |

Технология приготовления

Картофель предварительно промывают, тщательно перебирают и очищают. Повторно промывают в проточной питьевой воде в течение 5 минут. Срок хранения очищенного полуфабриката в воде не более 2-3 часов при температуре воды не выше +12⁰С. Очищенный, промытый картофель заливают горячей кипяченой водой (уровень воды должен быть на 1-1,5 см выше уровня картофеля), солят после закипания и варят до готовности, воду сливают, картофель подсушивают. Вареный горячий картофель протирают. Температура протираемого картофеля должна быть не ниже 80⁰С, иначе картофельное пюре будет тягучим, что резко ухудшает вкус и внешний вид. В горячую картофельную массу, непрерывно помешивая, добавляют в 2-3 приема горячее кипяченое молоко, прокипяченное сливочное масло. Смесь взбивают до получения пышной однородной массы.

Температура подачи ни ниже 65 градусов.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Требования к качеству

Внешний вид — протертая картофельная масса. Консистенция густая, пышная, однородная.

Цвет — белый с кремовым оттенком.

Вкус и запах — свойственный вареному картофелю, с выраженным привкусом сливочного масла и кипяченого молока, умеренно соленый, нежный. Запах свежеприготовленного картофельного пюре, кипяченого молока и сливочного масла.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 35

Наименование кулинарного изделия (блюда): Соус томатный (вариант II)

Номер рецептуры: 593

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под общей редакцией В.Т. Лапшиной. - М.: 2004 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|--------------------|-------------------------------|----------|
| | 1 порция | |
| | брутто, г | нетто, г |
| | | |

| | | |
|---------------------------------|------|------|
| Бульон рыбный | 10,5 | 10,5 |
| Морковь | 0,95 | 0,75 |
| Лук репчатый | 0,54 | 0,45 |
| Мука | 0,5 | 0,5 |
| Петрушка (корень) | 0,41 | 0,3 |
| Масло сливочное (пассерованние) | 0,5 | 0,5 |
| Томатное пюре | 5,25 | 5,25 |
| Сахар | 0,15 | 0,15 |
| Масло сливочное | 0,3 | 0,3 |
| Выход | | 15 |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|------|------|---------------------|----------------|----------------|------|---|---|----------------------|------|-----|------|------|---|-------|-------|
| | Б | Ж | У | | B ₁ | B ₂ | C | A | D | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| 15,0 | 0,39 | 0,72 | 1,26 | 13,2 | 0,003 | 0,003 | 0,42 | 0 | 0 | 3 | 13,8 | 1,2 | 0,12 | 29,4 | 0 | 0,001 | 0,001 |

Технология приготовления

В растопленное сливочное масло всыпают просеянную муку и пассеруют при непрерывном помешивании, не допуская пригорания. Правильно спассерованная мука должна иметь слегка кремовый цвет. В пассерованную муку, охлажденную до 60-70С, вливают четвертую часть горячего бульона и размешивают до образования однородной массы, затем постепенно добавляют оставшийся бульон. Мелко нарезанные коренья, лук пассеруют, добавляют томат-пюре, продолжают пассерование еще 15-20 мин, соединяют с пассерованной мукой и варят 25-30 мин. В конце варки добавляют соль, сахар.

Готовый соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, и доводят до кипения. При использовании соус заправляют кислотой лимонной (0,008 г) и сливочным маслом (0,3 г). Подают соус к блюдам из отварной, жареной, припущенной рыбы и рыбной котлетной массы.

Температура подачи ни ниже 75 градусов.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Требования к качеству

Цвет и консистенция: цвет - ярко-оранжевый, ближе к красному; консистенция - эластичная, однородная, без комочков заварившейся муки и непротертых овощей.

Вкус и запах: насыщенные, аромат и вкус пассерованных кореньев, лука, вкус остропрядный с приятным кисловатым привкусом томата.

Внешний вид: однородная гладкая масса без пленки на поверхности и всплывшего жира.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 36

Наименование кулинарного изделия (блюда): Компот из свежих плодов

Номер рецептуры: 631

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под общей редакцией В.Т. Лапшиной. - М.: 2004 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|--------------------|-------------------------------|----------|-----------|----------|
| | 1 порция | | | |
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| | | | | |

| | | | | |
|------------------|-------|-------|------|-----|
| Яблоки | 40,86 | 36 | 45,4 | 40 |
| или груши | 39,96 | 36 | 44,4 | 40 |
| Вода | 154,8 | 154,8 | 172 | 172 |
| Сахар | 21,6 | 21,6 | 24 | 24 |
| Лимонная кислота | 0,18 | 0,18 | 0,2 | 0,2 |
| Выход | 180 | | 200 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|-----|-------|---------------------|----------------|----------------|------|------|---|----------------------|------|------|------|-------|---|----|---|
| | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Са | Р | Mg | Fe | К | I | Se | F |
| 180,0 | 0,16 | 0,0 | 29,0 | 115,02 | 0,016 | 0,01 | 4,37 | 0,09 | 0 | 9,72 | 3,24 | 3,15 | 0,65 | 59,76 | 0 | 0 | 0 |
| 200,0 | 0,18 | 0,0 | 32,22 | 127,8 | 0,018 | 0,01 | 4,86 | 0,1 | 0 | 10,8 | 3,6 | 3,5 | 0,72 | 66,4 | 0 | 0 | 0 |

Технология приготовления

Яблоки или груши моют, удаляют семейные гнезда, нарезают дольками. Чтобы плоды не темнели, их до варки погружают в холодную воду, слегка подкисленную кислотой лимонной. Сироп приготавливают следующим образом: в горячей воде растворяют сахар, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения, проваривают 10-12 мин и процеживают.

В подготовленный горячий сироп погружают плоды. Яблоки и груши варят при слабом кипении не более 6-8 мин. Быстро разваривающиеся сорта яблок (антоновские и др.) и очень спелые груши не варят, а кладут в кипящий сироп, прекращают нагрев и оставляют в сиропе до охлаждения.

Температура подачи ни ниже 75 градусов.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Требования к качеству

Внешний вид - сироп прозрачный, яблоки, груши без сердцевинки нарезаны половинками или дольками. Плоды целые, не разваренные, сохранившие формы.

Вкус и запах - вкус кисло-сладкий, аромат соответствует компонентам компота.

Цвет - сироп бесцветный, янтарный, в зависимости от компонентов.

Консистенция - сироп жидкий, плоды мягкие.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 37

Наименование кулинарного изделия (блюда): чай с сахаром

Номер рецептуры: 685

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под общей редакцией В.Т. Лапшиной. - М.: 2004 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов (дети 1 – 4 класс) | |
|----------------------------|--|----------|
| | 1 порция | |
| | брутто, г | нетто, г |
| Чай высшего или 1-го сорта | 3,6 | 3,6 |
| Вода | 166,5 | 166,5 |
| Выход | | 180 |
| Сахар ¹ | | 13,5 |

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов (дети 5 – 11 класс) | |
|----------------------------|---|----------|
| | 1 порция | |
| | брутто, г | нетто, г |
| Чай высшего или 1-го сорта | 4,0 | 4,0 |
| Вода | 185,0 | 185,0 |
| Выход | | 200 |
| Сахар ¹ | | 15,0 |

¹ при отпуске чая в стакан кладут сахар по норме. Допускается в необходимых случаях подача сахара отдельно.

Химический состав, витамины и микроэлементы:

на 1 порцию (дети 1-4 класс)

| Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------------------|---|------|---------------------|----------------|----------------|---|---|---|----------------------|-----|-----|------|------|---|----|---|
| Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| 0,18 | 0 | 13,5 | 52,2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 10,8 | 7,2 | 5,4 | 0,72 | 21,6 | 0 | 0 | 0 |

на 1 порцию (дети 5-11класс)

| Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------------------|---|------|---------------------|----------------|----------------|---|---|---|----------------------|-----|-----|-----|------|---|----|---|
| Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| 0,2 | 0 | 15,0 | 58,0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 12,0 | 8,0 | 6,0 | 0,8 | 24,0 | 0 | 0 | 0 |

Технология приготовления

В стакан или чашку наливают заварку чая и доливают кипятком. Сахар допускается класть в стакан с заваркой.

Требования к качеству

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

Консистенция: жидкая.

Цвет: золотисто-коричневый.

Вкус: чуть терпкий.

Запах: свойственный чаю.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 38

Наименование кулинарного изделия (блюда): Какао с молоком

Номер рецептуры: 693

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под общей редакцией В.Т. Лапшиной. - М.: 2004 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|--------------------|-------------------------------|----------|------------|----------|
| | 1 порция | | | |
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| Какао-порошок | 3,6 | 3,6 | 4 | 4 |
| Молоко | 90 | 90 | 100 | 100 |
| Вода | 99 | 99 | 110 | 110 |
| Сахар-песок | 18 | 18 | 20 | 20 |
| Выход | <i>180</i> | | <i>200</i> | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|------|------|---------------------|----------|-------|------|------|-------|----------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | Б | Ж | У | | В1 | В2 | С | А | Д | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| | 180,0 | 4,41 | 4,5 | | 29,25 | 171,0 | 0,18 | 0,59 | 2,3 | 0,04 | 0,004 | 155,0 | 160,6 | 22,32 | 0,9 | 323,5 | 0,003 |
| 200,0 | 4,9 | 5,0 | 32,5 | 190 | 0,2 | 0,66 | 2,6 | 0,06 | 0,004 | 172,2 | 178,4 | 24,8 | 1 | 359,4 | 0,004 | 0,003 | 0,04 |

Технология приготовления

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

Температура подачи ни ниже 75 градусов.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Требования к качеству

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

Консистенция: жидкая

Цвет: светло-шоколадный

Вкус: сладкий, с выраженным привкусом какао и кипяченого молока

Запах: аромат какао и кипяченого молока

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 39

Наименование кулинарного изделия (блюда): Рис отварной (вариант II)

Номер рецептуры: 511

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под общей редакцией В.Т. Лапшиной. - М.: 2004 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов |
|--------------------|-------------------------------|
|--------------------|-------------------------------|

| | 1 порция | | | |
|-----------------|-----------|----------|-----------|----------|
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| Крупа рисовая | 54 | 54 | 64,8 | 64,8 |
| Масло сливочное | 6,75 | 6,75 | 8,1 | 8,1 |
| Выход | 150 | | 180 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|------|-------|---------------------|----------------|----------------|---|------|---|----------------------|------|------|------|-------|---|-------|------|
| | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| 150,0 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 3,75 | 6,15 | 38,55 | 228,0 | 0,02 | 0,02 | - | 0,04 | - | 10,6 | 51,6 | 17,9 | 0,36 | 34,26 | - | 0,005 | 0,1 |
| 180,0 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 4,5 | 7,38 | 46,26 | 273,6 | 0,02 | 0,02 | - | 0,04 | - | 12,7 | 61,9 | 21,5 | 0,44 | 41,11 | - | 0,006 | 0,16 |

Технология приготовления

Подготовленный рис кладут в посоленную 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 жиром, перемешивают и прогревают.

Температура подачи ни ниже 65 градусов.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Требования к качеству

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

Цвет: свойственный данному виду крупы.

Консистенция: однородная, вязкая, зерна – мягкие.

Запах: свойственный данному виду крупы.

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

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 40

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из свежих помидоров и огурцов

Номер рецептуры: 24

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|--------------------|-------------------------------|----------|-----------|----------|
| | 1 порция | | | |
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| Помидоры свежие | 33,9 | 28,8 | 56,5 | 48 |
| Огурцы свежие | 26,3 | 21 | 43,8 | 35 |
| Лук зеленый | 9 | 7,2 | 15 | 12 |
| или репчатый лук | 8,6 | 7,2 | 14,3 | 12 |
| Масло растительное | 3,6 | 3,6 | 6 | 6 |
| Выход | 60 | | 100 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|-----|-----|---------------------|----------------|----------------|------|------|---|----------------------|------|------|------|-------|---|----|-------|
| | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | D | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| 60,0 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 0,6 | 3,6 | 3,3 | 48,0 | 0,02 | 0,01 | 8,22 | 0,02 | 0 | 6,0 | 14,4 | 6,6 | 0,16 | 142,2 | 0 | 0 | 0,001 |
| 100,0 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 1,0 | 6,0 | 5,5 | 80,0 | 0,04 | 0,02 | 13,7 | 0,04 | 0 | 10,0 | 24,0 | 11,0 | 0,27 | 237,0 | 0 | 0 | 0,002 |

Технология приготовления

Подготовленные помидоры и огурцы режут тонкими ломтиками, лук репчатый - кольцами, а зеленый лук шинкуют. Помидоры и огурцы укладывают попеременно и посыпают луком. Перед отпуском салат поливают растительным маслом.

Требования к качеству

Внешний вид: помидоры и огурцы нарезаны тонкими ломтиками, лук репчатый полукольцами, лук зеленый шинкованный. Овощи уложены в салатник и заправлены растительным маслом.

Цвет: помидоров - красный, розовый. Огурцов неочищенных - белый с зеленой каймой, очищенных - белый.

Консистенция: помидоров, огурцов - упругая, сочная.

Запах: свежих помидоров, свежих огурцов и лука в сочетании с растительным маслом.

Вкус: свойственный для овощей в сочетании с луком и растительным маслом, умеренно соленый.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 41

Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп картофельный с рыбными фрикадельками

Номер рецептуры: 142

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под общей редакцией В.Т. Лапшиной. - М.: 2004 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|-------------------------------|-------------------------------|----------|-----------|----------|
| | 1 порция | | | |
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| Картофель | 106,4 | 80 | 133,0 | 100,0 |
| Морковь | 10,4 | 8 | 13 | 10 |
| Лук репчатый | 9,6 | 8 | 12 | 10 |
| Томатное пюре | 2,4 | 2,4 | 3 | 3 |
| Масло сливочное | 2,4 | 2,4 | 3 | 3 |
| Бульон или вода | 144 | 144 | 180 | 180 |
| Выход | 200 | | 250 | |
| Фрикадельки рыбные готовые | 20 | | 25 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|-----|------|---------------------|----------------|----------------|------|-----|---|----------------------|------|------|------|-------|------|----|------|
| | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| 200,0 | 1,6 | 3,9 | 11,4 | 88,0 | 0,12 | 0,08 | 8,2 | 0,8 | 0 | 26,6 | 90,4 | 25,8 | 1 | 522,6 | 0,01 | 0 | 0,03 |
| 250,0 | 2,0 | 4,9 | 14,3 | 110,0 | 0,15 | 0,1 | 10,3 | 1,0 | 0 | 33,3 | 113 | 32,3 | 1,25 | 653,3 | 0,02 | 0 | 0,04 |

Технология приготовления

В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный кубиками, брусочками или дольками, доводят до кипения, добавляют нарезанные ломтиками или брусочками пассированные овощи и варят до готовности.

За 5-10 минут до окончания варки добавляют пассированное томатное пюре, специи, соль.

Фрикадельки припускают отдельно в небольшом количестве бульона или воды до готовности и кладут в суп при отпуске.

Бульон после припускания фрикаделек добавляют в суп. Суп можно готовить без томатного пюре.

Температура подачи ни ниже 75 градусов.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Требования к качеству

Внешний вид - на поверхности блески жира, зелень. Фрикадельки правильной равномерной формы и величины.

Вкус и запах - характерные для картофельного супа, вареной рыбы и пассерованных овощей.

Цвет - бульон светло-серый или красный (от томата); блески жира на поверхности желтоватые или оранжевые.

Консистенция - картофель и овощи мягкие; фрикадельки сочные, мягкие.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 42

Наименование кулинарного изделия (блюда): Фрикадельки рыбные
Номер рецептуры: 179

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под общей редакцией В.Т. Лапшиной. - М.: 2004 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|--|-------------------------------|----------|-----------|----------|
| | 1 порция | | | |
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| Филе трески или минтая (необешкуринное, выпускаемое промышленностью) | 20,44 | 18,8 | 25,55 | 23,5 |
| Яйца | 1 | 1 | 1,25 | 1,25 |
| Лук репчатый | 4,76 | 4 | 5,95 | 5 |
| Бульон или вода | 1,8 | 1,8 | 2,25 | 2,25 |
| Масса полуфабриката | - | 25 | - | 31,25 |
| Выход | 20 | | 25 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|------|-----|---------------------|----------------|----------------|-----|------|---|----------------------|------|-----|------|------|---|----|---|
| | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| 20,0 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 3,2 | 0,24 | 0,4 | 16,8 | 0,01 | 0,02 | 0,2 | 0 | 0 | 11,8 | 33,8 | 7 | 0,22 | 53,4 | 0 | 0 | 0 |
| 25,0 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 4,0 | 0,3 | 0,5 | 21,0 | 0,02 | 0,03 | 0,2 | 0,01 | 0 | 14,8 | 42,3 | 8,8 | 0,3 | 66,8 | 0 | 0 | 0 |

Технология приготовления

Филе рыбы с кожей без костей нарезают на куски, пропускают через мясорубку, затем добавляют мелко рубленный лук, яйца, соль, воду и все тщательно перемешивают.

Сформированные шарики массой 15-18 г припускают в бульоне до готовности.

Температура подачи ни ниже 65 градусов.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Требования к качеству

Внешний вид - изделия должны сохранить свою форму, без трещин, масса хорошо взбита, однородная.

Вкус и запах - характерные для рыбного изделия. Не допустимы посторонние привкусы и запахи.

Цвет - на разрезе белый с сероватым оттенком.

Консистенция - фрикадельки мягкие, сочные, рыхлые.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 43

Наименование кулинарного изделия (блюда): Бутерброд с маслом

Номер рецептуры: 1

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|--------------------|-------------------------------|----------|
| | 1 порция | |
| | брутто, г | нетто, г |
| Масло сливочное | 5 | 5 |
| Хлеб | 30 | 30 |
| Выход | 35 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|------|-------|---------------------|----------------|----------------|---|------|---|----------------------|----|------|------|------|---|----|---|
| | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| 35 | 2,26 | 5,02 | 15,45 | 117,01 | 0,05 | 0,03 | 0 | 0,03 | 0 | 7,8 | 27 | 9,93 | 0,61 | 40,8 | 0 | 0 | 0 |

Технология приготовления

Ломтики хлеба намазывают маслом.

Требования к качеству

Внешний вид: ровные ломтики хлеба, намазанные маслом.

Цвет: соответствует виду масла.

Консистенция: хлеба - мягкая, масла - мажущаяся.

Запах: масла в сочетании со свежим хлебом.

Вкус: соответствует виду масла.

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из свежих огурцов

Номер рецептуры: 20

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|--------------------|-------------------------------|----------|-----------|----------|
| | 1 порция | | | |
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| Огурцы свежие | 71,28 | 57 | 118,8 | 95 |
| Масло растительное | 3,6 | 3,6 | 6 | 6 |
| Выход | 60 | | 100 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|-----|-----|---------------------|----------------|----------------|------|------|---|----------------------|------|------|------|-------|---|----|-------|
| | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | D | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| 60,0 | 0,5 | 3,6 | 2,0 | 43,0 | 0,02 | 0,01 | 8,22 | 0,02 | 0 | 6,0 | 14,4 | 6,6 | 0,16 | 142,2 | 0 | 0 | 0,001 |
| 100,0 | 0,8 | 6,0 | 3,4 | 71,0 | 0,04 | 0,02 | 13,7 | 0,04 | 0 | 10,0 | 24,0 | 11,0 | 0,27 | 237,0 | 0 | 0 | 0,002 |

Технология приготовления

Свежие, нарезанные кружочками или ломтиками огурцы солят, поливают растительным маслом. При отпуске салата можно добавить зеленый лук (10-15 г) и яйцо - 1/2-1/4 шт. на порцию. Салат можно отпускать также с зеленым луком (12,5 г нетто лука на 100 г салата), соответственно изменив норму закладки огурцов.

Требования к качеству

Внешний вид: огурцы, нарезанные кружочками или ломтиками.

Цвет: ломтик огурца неочищенного - белый с зеленой каймой, очищенного - белый.

Консистенция: мякоть плотная с недоразвитыми водянистыми, некожистыми семенами.

Запах: свежих огурцов.

Вкус: свежих огурцов в сочетании с растительным маслом.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 45

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из свежих помидоров

Номер рецептуры: 23

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|--------------------|-------------------------------|----------|-----------|----------|
| | 1 порция | | | |
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| Помидоры свежие | 50,82 | 43,2 | 84,7 | 72 |
| Лук зеленый | 17,28 | 13,8 | 28,8 | 23 |
| или репчатый лук | 16,44 | 13,8 | 27,4 | 23 |
| Масло растительное | 3,6 | 3,6 | 6 | 6 |
| Выход | 60 | | 100 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|------|------|---------------------|----------------|----------------|------|------|---|----------------------|------|------|------|-------|---|----|-------|
| | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Ca | P | Mg | Fe | K | I | Se | F |
| 60,0 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 0,66 | 3,66 | 4,14 | 52,2 | 0,02 | 0,01 | 8,22 | 0,02 | 0 | 6,0 | 14,4 | 6,6 | 0,16 | 142,2 | 0 | 0 | 0,001 |
| 100,0 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 1,1 | 6,1 | 6,9 | 87,0 | 0,04 | 0,02 | 13,7 | 0,04 | 0 | 10,0 | 24,0 | 11,0 | 0,27 | 237,0 | 0 | 0 | 0,002 |

Технология приготовления

Подготовленные помидоры нарезают тонкими ломтиками, лук шинкуют. Помидоры и лук раскладывают на порции, поливают растительным маслом. Салат можно отпускать без лука, соответственно уменьшить выход. При отпуске салата допускается добавлять вареные яйца - 1/2—1/4 шт. на порцию, соответственно уменьшив закладку помидоров.

Требования к качеству

Внешний вид: помидоры нарезаны кружочками или дольками, лук репчатый - полукольцами или кольцами, лук зеленый - шинкованный. Помидоры уложены в салатник. Заправлены растительным маслом, оформлены зеленью.

Цвет: помидоров - красный, розовый, а также желтый для желтоплодных сортов, лук - зеленый.

Консистенция: помидоров - упругая, сочная.

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

Вкус: умеренно соленый, кисловато-острый.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 46

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из сырых овощей

Номер рецептуры: 29

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|------------------------------|-------------------------------|----------|-----------|----------|
| | 1 порция | | | |
| | брутто, г | нетто, г | брутто, г | нетто, г |
| Морковь | 12 | 9,6 | 20 | 16 |
| Помидоры свежие | 17,64 | 15 | 29,4 | 25 |
| Огурцы свежие | 20,88 | 21 | 34,8 | 35 |
| Капуста белокочанная, свежая | 14,28 | 11,4 | 23,8 | 19 |
| Масло растительное | 3,6 | 3,6 | 6 | 6 |
| Выход | 60 | | 100 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы:

| Выход, г | Пищевые вещества (г) | | | Калорийность (ккал) | Витамины | | | | | Минеральные вещества | | | | | | | |
|----------|----------------------|------|------|---------------------|----------------|----------------|------|------|---|----------------------|------|------|------|-------|---|----|-------|
| | Б | Ж | У | | В ₁ | В ₂ | С | А | Д | Са | Р | Mg | Fe | К | I | Se | F |
| 60,0 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 0,66 | 3,66 | 3,42 | 49,2 | 0,02 | 0,01 | 8,22 | 0,02 | 0 | 6,0 | 14,4 | 6,6 | 0,16 | 142,2 | 0 | 0 | 0,001 |
| 100,0 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 1,1 | 6,1 | 5,7 | 82,0 | 0,04 | 0,02 | 13,7 | 0,04 | 0 | 10,0 | 24,0 | 11,0 | 0,27 | 237,0 | 0 | 0 | 0,002 |

Технология приготовления

Подготовленную сырую морковь нарезают тонкой соломкой, свежие огурцы и помидоры - тонкими ломтиками, капусту шинкуют. Овощи перемешивают и заправляют растительным маслом.

Требования к качеству

Внешний вид: морковь и капуста нарезаны тонкой соломкой, свежие огурцы и помидоры - тонкими ломтиками, овощи сохраняют форму нарезки, уложены горкой в салатник, заправлены растительным маслом.

Цвет: овощей - натуральный.

Консистенция: овощей - упругая, сочная, хрустящая.

Запах: свойственный входящим в состав овощам в сочетании с растительным маслом.

Вкус: умеренно соленый, без постороннего привкуса.