

Наименование и количество продуктов подлежащего закладке на 1 чел.

МЕНЮ	мясо	рыба	яйца	картофель	крупы	макарон.	овощи	фрукты	молоко	масло	сахар	сметана	сливки	яйца	масло	сметана	сливки	яйца
I ЗАВТРАК																		
1) омлет с вет. кан.	0,05	0,025	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05
2) борщ из вет. кан. с карт. 2,50 чр	2,25	0,88	0,95	0,69	0,69	0,12	0,12	0,12	0,12	0,12	0,12	0,12	0,12	0,12	0,12	0,12	0,12	0,12
3) плов из тмина 55/200																		
4) каша из сусеаруф. 200г																		
5) чурек 30г																		
III ПОЛДНИК																		
IV УЖИН																		
Итого на 1 человека	0,408	0,025	0,025	0,025	0,025	0,025	0,025	0,025	0,025	0,025	0,025	0,025	0,025	0,025	0,025	0,025	0,025	0,025
Итого к выдаче	80	45	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35
Цена	566	2,25	0,88	1,79	0,93	0,93	0,93	0,93	0,93	0,93	0,93	0,93	0,93	0,93	0,93	0,93	0,93	0,93
На сумму																		

Выдал кладовщик

Врач (диетсестра)

Принял повар

Сметана 100% жирности

1 ДЕНЬ

Комплексный обед

№ ре- цептуры	Наименование блюд	Масса, г	Пищевые вещества						Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Б		Ж		У			В ₁	А	С	Са	Р	Mg	Fe			
			Б	Ж	У	Б	Ж	У									Са	Р	Mg
14/2010	Помидоры свежие	60	0,66	0,12	2,28	14,4	0,036	0	15	8,4	15,6	12	0,54						
170 /2005	Борщ из свежей капусты с картофелем	250	2,52	4,65	19,12	150	0,06		10,29	44,38	53,23	26,25	1,19						
041 2005	Плов из птицы	55/200	30,92	36,57	51,62	457,8	0,07	58	1,08	54,7	242	57,68	2,66						
968 2005	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,14		24,76	94,2				18	4,29		0,6						
1350 2002	Чурек	30	2,88	0,35	17,74	85,63	0,05			7,47	26,08	4,97	0,38						
	ИТОГО:		37,12	41,69	115,52	820,03													

Технологическая карта кулинарного блюда №

Наименование кулинарного изделия (блюда): **КИСЕЛЬ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ**
 Номер рецептуры: 874
 Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Смесь сухофруктов	20	20
Сахар	20	20
Крахмал картофельный	9	9
Кислота лимонная	0,2	0,2
Вода	220	220
ВЫХОД:	200	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	В ₁	С	А
0,20	0,00	32,60	132,00	18,00	0,00	4,29	0,60	0,00	0,00	0,00

Технология приготовления:

Подготовленные сухофрукты заливают горячей водой и оставляют на 2-3 ч для набухания. Затем варят в той же воде до готовности, протирают, соединяют с отваром, сахаром, добавляют лимонную кислоту, доводят до кипения, вводят подготовленный крахмал и вновь доводят до кипения.

Требования к качеству:

Внешний вид: однородная полупрозрачная масса, без пленки на поверхности и частиц непротертых фруктов
Консистенция: однородная смесь, средней густоты, слегка желеобразная
Цвет: от светло-желтого до светло-красного, соответствует виду яблок
Вкус: сладкий с кисловатым привкусом
Запах: сушеных яблок

Наименование кулинарного изделия (блюда): ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ

Номер рецептуры: 04

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		Брутто, г	Нетто, г
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Бройлер-цыпленок	139,7	100,3	174,7	125,3
Масса отварной птицы	-	80	-	100
Масло сливочное	8	8	10	10
Морковь до 1 января	16	13	20	16,3
***с 1 января	17,3	13	21,7	16,3
Лук репчатый	11	9	13,8	11,3
Томатное пюре	7	7	8,8	8,8
Крупа рисовая	46	46	57,5	57,5
Масса голового риса с овощами	-	130	-	160
ВЫХОД:	210		260	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества		Жиры, г
	Белки, г		
210	20,30		17,00
260	25,38		21,25

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:

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

Консистенция: мягкая

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

Вкус: в меру соленый, свойственный тушеному в соусе мясу

Запах: свойственный входящим в рецептуру продуктам

Технологическая карта кулинарного блюда № 679

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № _____

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

Номер рецептуры: 170

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с.71

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

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
200	1,45	3,93	100,20	82,00	35,50	21,00	42,58	0,95	0,04	8,23	0,00
250	1,81	4,91	125,25	102,50	44,38	26,25	53,23	1,19	0,05	10,29	0,00

Технология приготовления:

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

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

При отпуске в тарелку можно положить прокипяченную сметану.

Требования к качеству:

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

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

Цвет: малиново-красный, жир на поверхности - оранжевый

Вкус: кисло-сладкий, умеренно соленый

VK

Рецептура (раскладка продуктов) на 60 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
<u>Помидоры (томаты)</u>	70.8	60
или <u>Помидоры (томаты), парниковые</u>	61.2	60

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

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с СанПиН	Содержание питательных веществ на 60 грамм блюда
Белки, г	0.66
Жиры, г	0.12
Углеводы, г	2.28
Калорийность, ккал	14.4

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей и подростков за 1 прием пищи (грамм):

Тип довольствующихся	Выход блюда, грамм
Дети от 3 до 7 лет	60
Дети от 7 до 11 лет	200
Дети от 11 до 18 лет	250

Технологическая карта приготовления блюда в интернате:

Технология приготовления
Помидоры промыть, удалить плодоножки, подавать целыми или половинками. Температура подачи: от 10 до 14°C. Срок реализации: не более двух часов с момента приготовления.

2 ДЕНЬ

Комплексный обед

№ ре- центуры	Наименование блюда	Масса, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В ₁	А	С	Са	Р	Mg	Fe
33 2010	Салат из свежлы	60	0,86	3,65	5,02	56,34	0,01		5,7	21,09	24,58	12,54	0,8
200 2005	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,28	16,33	134,75	0,1		8,33	38,08	87,18	35,3	1,03
608 2005	Котлеты из говядины	1/50	7,78	5,68	17,92	114,38	0,05		14,37	21,88	83,07	16,07	0,75
679 2005	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,46	5,61	20,78	230,45	0,28		0,045	150,6	218,4	52,7	2,6
686 2005	Компот из кураги	200	1,04		26,69	107,44				41,14	29,2	22,96	0,68
1035 2005	Чурек	30	2,88	0,35	17,74	85,63							
	Пряник пром. производства	50	2,2	1,45	38,55	166,5							
	ИТОГО:		27,71	22,02	143,03	895,49							

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ

Номер рецептуры: 33

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010, с. 101

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Свекла свежая до 1 января	73 ✓	57 ¹	121,6	95 ¹
с 1 января	78,1	57 ¹	130,1	95 ¹
Масло растительное	3,6 ✓	3,6	6	6
ВЫХОД:		60 ✓		100

¹ Масса отварной очищенной свеклы

Химический состав данного блюда

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

Технология приготовления:

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

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

Свеклу нарезают соломкой, добавляют соль, заправляют растительным маслом.

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

Температура подачи не ниже +15 °С.

Требования к качеству:

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

Консистенция: мягкая, сочная

Цвет: темно-малиновый

Вкус: свойственный свекле и растительному маслу

Запах: свеклы и растительного масла

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ

Номер рецептуры: 206

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыпаненко, М.И. Пересычный. – К.: А.С.К., 2005, с. 87

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	I порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель молодой до 1 сент.	75	60	93,8	75
***с 1 сентября по 31 октября	80	60	100	75
***с 1 ноября до 31 декабря	85,7	60	107,1	75
***с 1 января по 28-29 февраля	92,3	60	115,3	75
***с 1 марта	100	60	125	75
Горох	16,2	16	20,3	20,3
Морковь до 1 января	10	8	12,5	10
***с 1 января	10,7	8	13,3	10
Лук репчатый	9,6	8	12	10
Масло растительное	4	4	5	5
Вода	140	140	175	175
ВЫХОД:	200		250	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
200	4,39	4,22	13,06	107,8	30,46	28,24	69,74	1,62	0,18	4,65	0,00
250	5,49	5,28	16,33	134,75	38,08	35,30	87,18	2,03	0,23	5,81	0,00

Технология приготовления:

Картофель нарезают крупными кубиками, морковь – мелкими кубиками, лук мелко рубят. Горох лущеный перебирают, моют, кладут в холодную воду (2-3 л на 1 кг), на 3-4 ч, затем варят в той же воде без соли при закрытой крышке до размягчения. Затем горох кладут в кипящую воду, доводят до кипения, добавляют картофель, пассерованные морковь и лук и варят до готовности.

Требования к качеству:

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

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

Цвет: светло-желтый (горчичный)

Вкус: умеренно соленый, свойственный гороху

Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам

Технологическая карта кулинарного блюда №

Наименование кулинарного изделия (блюда): **КАША РАССЫПЧАТАЯ**

Номер рецептуры: 679

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий
для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:
А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.:
А.С.К., 2005, с. 315

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	1 порция					
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
КРУПА гречневая	60,6	60,6	72,2	72,2	80,8	80,8
*** или ячневая	48,5	48,5	58,2	58,2	64,6	64,6
*** или пшеничная	58,2	58,2	51,8	51,8	77,6	77,6
***или пшено						
Масло сливочное	5,3	5,3	6,3	6,3	7	7
ВЫХОД:	150		180		200/2.	

Химический состав данного блюда

Блюдо	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Энерг. ценность ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A	
гречневая												
150	7,46	5,61	35,84	230,45	12,98	67,50	208,5	3,95	0,18	0,00	0,02	
180	8,95	6,73	43,00	276,53	15,57	81,00	250,2	4,73	0,22	0,00	0,02	
200	9,94	7,48	47,78	307,26	17,30	90,00	278,0	5,26	0,24	0,00	0,02	
ячневая												
150	4,79	4,26	30,83	187,02	39,14	0,02	168,0	0,83	0,09	0,00	0,02	
180	5,74	5,11	36,99	224,42	46,96	0,02	201,6	0,99	0,11	0,00	0,02	
200	6,38	5,68	41,10	249,36	52,18	0,02	224,0	1,10	0,12	0,00	0,02	
пшеничная												
150	6,60	4,38	35,27	213,71	1,22	0,03	162,0	2,43	0,11	0,00	0,02	
180	7,92	5,26	42,32	256,45	1,46	0,04	194,4	2,92	0,13	0,00	0,02	
200	8,80	5,84	47,02	284,94	1,62	0,04	216,0	3,24	0,14	0,00	0,02	
пшеничная												
150	6,60	5,72	37,88	229,50	16,64	47,34	134,43	1,55	0,17	0,00	21,00	
180	7,92	6,86	45,45	275,40	19,96	56,81	161,32	1,85	0,20	0,00	25,20	
200	8,80	7,62	50,50	306,00	22,18	63,12	179,24	2,06	0,22	0,00	28,00	

Технология приготовления:

Крупу засыпают в кипящую воду, добавляют соль и варят, периодически помешивая до тех пор, пока каша не загустеет. Посуду плотно закрывают крышкой и оставляют на плите с умеренным нагревом для упревания каши до готовности. При отпуске кашу поливают растопленным прокипяченным сливочным маслом.

Требования к качеству:

Внешний вид: зерна крупы целые, хорошо разваренные, хорошо отделяются друг от друга

Консистенция: мягкая, рассыпчатая

Цвет: каши гречневой – от светло-коричневого до коричневого, ячневой – сероватый, пшеничной – желтовато-серый

Вкус: умеренно соленый

Запах: каши из данного вида крупы с маслом

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № _____

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

Номер рецептуры: 608

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 276

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	1 порция					
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина (котлетное мясо)	40,7	37	65	59	81,4	74
Хлеб пшеничный	9	9	14	14	18	18
Молоко или вода	12	12	19	19	24	24
Сухари	5	5	8	8	10	10
Масса полуфабриката	-	65	-	99	-	130
Масло растительное	3	3	5	5	6	6
ВЫХОД:	50		80		100	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
50	7,78	5,78	7,85	114,38	21,88	16,06	83,19	0,75	0,05	0,08	14,38
80	12,44	9,24	12,56	183,00	35,00	25,70	133,10	1,20	0,08	0,12	23,00
100	15,55	11,55	15,70	228,75	43,75	32,13	166,38	1,50	0,10	0,15	28,75

Технология приготовления:

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

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

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

Требования к качеству:

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

Консистенция: сочная, пышная, однородная

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

Вкус: в меру соленый, мясной

Запах: свойственный входящим в рецептуру продуктам

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

Номер рецептуры: 868

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий
для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов,
В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	1 порция					
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Смесь сухофруктов	5	5	8	8	10	10
Вода	150	150	180	180	200	200
Сахар	10	10	10	10	10	10
Кислота лимонная	0,15	0,15	0,18	0,18	0,2	0,2
ВЫХОД:	150		180		200	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
150	0,03	0,00	18,57	70,65	4,80	0,14	0,01	0,01	0,81
180	0,04	0,00	22,28	84,78	5,76	0,16	0,01	0,01	0,97
200	0,04	0,00	24,76	94,20	6,40	0,18	0,01	0,01	1,08

Технология приготовления:

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

Компот варят заранее, чтобы он настоялся.

Требования к качеству:

Плоды и ягоды целые, сварены до готовности. Цвет от светло- до темно-коричневого. Вкус приятный, сладкий или кисло-сладкий. Фрукты мягкие, пропитаны отваром.

3 ДЕНЬ

Комплексный обед

№ ре- цептуры	Наименование блюда	Масса, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В ₁	А	С	Са	Р	Mg	Fe	
361 2002	Суп-хинкал с говядиной	250/25/50	4,67 14,23	5,86 1,91	5,9 0,28	99,09 75	0,05 0,04	0,01	0,86 0,28	8,96 6,56	78,64 116,5	11,72 15,13	2,37 1,18	
244 2010	МИНТАЙ запеченный с овощами	75/75	13,87	7,85	6,53	150	0,1	0,01	3,35	52,11	238,46	59,77	0,96	
355 2005	Рис отварной	150	3,6	5,85	28,35	180	0,045	0,045	0,113	1,755	89	27,98	0,765	
859 2002	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	22,3	110			0,02	12,0	2,4		0,8	
1035 2005	Чурек	40	3,84	0,47	23,65	114,17	0,067		10	12	28	8	0,5	
	ИТОГО:		40,41	22,14	87,01	728,26								

Технологическая карта кулинарного блюда №

Наименование кулинарного изделия (блюда): КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ
 Номер рецептуры: 859

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 369

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	I порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Яблоки или груши	45,4	40
Вода	172	172
Сахар	24	24
Кислота лимонная	0,2	0,2
ВЫХОД:	200	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки г	Жиры г	Угле- воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
0,20	0,20	22,30	110,00	12,00	0,00	2,4	0,80	0,02	0,00	0,00

Технология приготовления:

Яблоки или груши моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Чтобы плоды не темнели, их до варки погружают в холодную воду, слегка подкисленную лимонной кислотой. Сироп готовят следующим образом: в горячей воде растворяют сахар, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения, проваривают 10-12 мин и процеживают. В подготовленный сироп погружают подготовленные плоды. Яблоки и груши варят при слабом кипении не более 6-8 мин. Быстроразваривающиеся сорта яблок (антоновские и др) и очень спелые груши не варят, а кладут в кипящий сироп, доводят до кипения, прекращают нагрев и оставляют в сиропе до охлаждения.

Требования к качеству:

Внешний вид: сироп прозрачный, яблоки зачищены от сердцевин, нарезаны дольками
Консистенция: компота – жидкая, плодов – мягкая
Цвет: от светло-желтого до светло-розового
Вкус: приятный, сладкий или кисло-сладкий, соответствует виду плодов или ягод
Запах: соответствует виду плодов или ягод

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № _____

Наименование кулинарного изделия (блюда):

РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ
С ОВОЦАМИ

Номер рецептуры: 244

Наименование сборника рецептур:

Сборник технических нормативов - Сборник рецептур
блюд и кулинарных изделий для питания детей
дошкольных образовательных учреждений / Под ред.
М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. –
М.: ДеЛиПринт, 2011, с.251

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Минтайсвежемороженый	42,1	40	52,6	50
Вода	20	20	25	25
Морковь	40	32	50	40
Лук репчатый	5	4	6,3	5
Масса полуфабриката	-	96	-	120
ВЫХОД:	80		100	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A	
Минтай												
80	6,12	0,81	2,54	42,00	10,30	8,00	67,40	0,43	0,04	0,77	3,00	
100	7,65	1,01	3,18	52,50	12,88	10,00	84,25	0,54	0,05	0,96	3,75	

Технология приготовления:

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

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

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

Требования к качеству:

Внешний вид: кусочки филе рыбы, сохранившие форму

Консистенция: мягкая, допускается легкое расслаивание

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

Вкус: рыбы в сочетании с овощами, в меру соленый

Запах: припущенной рыбы с ароматом овощей

Запах: продуктов, входящих в блюдо

Рис отварной №355 (2)Наименование блюда: **Рис отварной**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) №355 (2)

Вид обработки: **Варка**Диеты: **Диета 3, Диета 4в, Диета 5, Диета 6, Диета 7, Диета 8, Диета 9, Диета 10, Диета 11, Диета 15**Вес блюда: грамм

Рецептура (раскладка продуктов) на 150 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
<u>Крупа рисовая</u>	54	54
<u>Масло сливочное</u>	4.5	4.5
<u>Соль поваренная пищевая</u>	0.375	0.375

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

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с СанПиН	Содержание питательных веществ на 150грамм блюда
Белки, г	3.6
Жиры, г	3.75
Углеводы, г	28.95
Калорийность, ккал	163.5

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей и подростков за 1 прием пищи (грамм):

Тип довольствующихся	Выход блюда, грамм
Дети от 3 до 7 лет	180
Дети от 7 до 11 лет	200
Дети от 11 до 18 лет	230

Технологическая карта приготовления блюда в интернате:

Технология приготовления
Крупу рисовую перебирают, промывают сначала в холодной, затем в горячей воде. Подготовленный рис засыпают в кипящую воду (6 л воды на 1 кг крупы рисовой) и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают. После стекания воды рис кладут в посуду, заправляют маслом сливочным прокипяченным, солью поваренной йодированной, перемешивают и прогревают. Температура подачи: не менее 65°С. Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления. Для диет 7, 8, 10 рис отварной готовят без соли поваренной.

4 ДЕНЬ

Комплексный обед

№ ре- целтуры	Наименование блюд	Масса, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг		Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	А	С	Са	Р	Mg	Fe
547-2010	Салат из моркови с яблоком и - изюмом	50	0,44	3,6	8,53	67,36	0,025	0,285	13,025	17,85	20,3	11,71	0,745
208/2005	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,69	2,84	17,14	104,75	0,11		8,25	24,6	66,65	27	1,09
637 2005	Птица отварная	80	16,88	10,88		165	0,03	16		31,2	114,4	16	1,44
336 2010	Капуста тушеная	50	0,93	2,16	11,51	71,18	0,08	10,5	10,5	7,32	39,86	14,66	0,58
679 2005	Каша пшеничная рассыпчатая	100	4,95	3,28	26,45	160,28	0,11	0,02		1,22	121	0,03	2,43
686 2005	Компот из кураги	150	0,78		20,02	80,58	0,01		1,08	6,4	3,6		0,18
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6							
	Итого:		29,31	23,24	97,31	718,75							

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): **СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ
С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ**

Номер рецептуры: 208

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий
для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:
А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.:
А.С.К., 2005, с. 88

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

Химический состав данного блюда

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

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:

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

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

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

Вкус: умеренно соленый, свойственный картофелю и овощам

Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): ПТИЦА ОТВАРНАЯ

Номер рецептуры: 637

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	1 порция					
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Бройлер-цыпленок	131	94	139,7	100,3	174,7	125,3
Лук репчатый	2,5	2	2,7	2,1	3,3	2,7
ВЫХОД:	75		80 ✓		100	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
75	15,83	10,20	0,00	154,69	29,25	15,00	107,25	1,35	0,03	0,00	15,00
80	16,88	10,88	0,00	165,00	31,20	16,00	114,4	1,44	0,03	0,00	16,00
100	21,10	13,60	0,00	206,25	39,00	20,00	143,00	1,80	0,04	0,00	20,00

Технология приготовления:

Подготовленные тушки птицы или окорочка 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 нарезанный 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 2 кусочка (филе и окорочек) на порцию.

Гарниры — каша рассыпчатая, рис отварной или припущенный, зеленый горошек отварной, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные, сложный гарнир.

Требования к качеству:

Цвет от серо-белого до светло-кремового.

Внешний вид: аккуратно нарубленные куски, уложены рядом с гарниром и политы соусом.

Консистенция: сочная, мягкая, нежная.

Запах: птицы в вареном виде.

Вкус: в меру соленый, без горечи, с ароматом, присущим данному виду птицы

Технологическая карта кулинарного блюда №

Наименование кулинарного изделия (блюда):

КАПУСТА ТУШЕНАЯ

Номер рецептуры: 336

Наименование сборника рецептов:

Сборник технических нормативов. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна – М.: ДеЛи принт, 2010, с. 315

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	1 порция					
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Капуста свежая белокочанная	214	171,9	258	206,3	286,6	229,2
***или квашеная	214,4	150	257,2	180	285,8	200
Масло растительное	5,3	5,3	6,3	6,3	7	7
Морковь до 1 января	3,8	3	4,5	3,6	5	4
***с 1 января	3,9	3	4,7	3,6	5,2	4
Лук репчатый	7,2	6	8,6	7,2	9,6	8
Томатное пюре	9	9	10,8	10,8	12	12
Мука пшеничная	1,8	1,8	2,2	2,2	2,4	2,4
Сахар	4,5	4,5	5,4	5,4	6	6
ВЫХОД:	150 ; 3250г			180	200	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углевод, г	Энерг. ценность ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
150	2,78	6,48	34,52	213,53	21,96	43,99	119,59	1,73	0,23	31,50	31,50
180	3,33	7,77	41,42	256,23	26,35	52,79	143,51	2,08	0,28	37,80	37,80
200	3,70	8,64	46,03	284,70	29,28	58,65	159,45	2,31	0,31	42,00	42,00

Технология приготовления:

Нарезанную тонкими ломтиками капусту укладывают в котел слоем до 30 см, добавляют бульон или воду (20-30% к массе сырой капусты), жир, пассерованное томатное пюре и тушат до полуготовности при периодическом помешивании.

Затем добавляют пассерованные нарезанные соломкой морковь и лук, лавровый лист, перец и тушат до готовности.

За 5 минут до конца тушения капусту заправляют мучной пассеровкой, сахаром, солью и вновь доводят до кипения.

Требования к качеству:

Внешний вид: смесь тушеной капусты с овощами: капуста, лук и морковь – в виде соломки

Консистенция: сочная, слабо хрустящая

Цвет: светло-коричневый

Вкус: свойственный капусте и продуктам, входящим в состав, умеренно соленый, кисло-сладкий

Запах: тушеной капусты, томата и овощей

5 ДЕНЬ

Комплексный обед

№ ре- центуры	Наименование блюда	Масса, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	А	С	Са	Р	Mg	Fe
№ 14 2010	Салат из свежих помидоров с луком	100	1,3	6,19	4,72	79,6	0,06		20,48	17,58	32,88	17,79	0,84
204 2005	Суп рисовый с говядиной (харчо)	250/15	0,18	3,3	14,65	113	0,11		8,33	24,98	96,93	29,45	1,24
301 2005	Птица тушенная	80/80	17,65	14,58	4,7	221	0,05	43	0,02	54,5	132,9	20,3	1,62
688 2005	Макароны отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45	0,08	28		6,48	9,56	23,16	1,48
859 2005	Компот из свежих груш	200	0,2	0,2	22,3	110	0,02			12	2,4		0,8
1035 2005	Чурек	40	3,84	0,47	23,65	114,17	0,067			9,69	34,77	6,63	0,51
	ИТОГО:		28,69	29,26	96,48	806,22							

Технологическая карта № 102

Наименование кулипарного изделия (блюда): КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ

Номер рецептуры: 859

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулипарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	1 порция					
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Яблоки и груши	33,2	30	41	36	45,4	40
Вода	129	129	154,8	154,8	172	172
Сахар	15	15	18	18	20	20
Кислота лимонная	0,15	0,15	0,15	0,15	0,2	0,2
ВЫХОД:	150		180		200	

Химический состав данного блюда

Блюдо	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
150	0,15	0,15	16,73	82,50	9,00	0,60	0,02	0,00	0,00
180	0,18	0,18	20,07	99,00	10,80	0,72	0,02	0,00	0,00
200	0,20	0,20	22,30	110,00	12,00	0,80	0,02	0,00	0,00

Технология приготовления:

Яблоки или груши моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Чтобы плоды не темнели, их до варки погружают в холодную воду, слегка подкисленную лимонной кислотой. Сироп подготавливают следующим образом: в горячей воде растворяют сахар, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения, проваривают 10-12 мин и процеживают. В подготовленный сироп погружают подготовленные плоды. Яблоки и груши варят при слабом кипении не более 6-8 мин. Быстроразваривающиеся сорта яблок (антоновские и др.) и очень спелые груши не варят, а кладут в кипящий сироп, доводят до кипения, прекращают нагрев и оставляют в сиропе до охлаждения.

Вишню перебирают, удаляют плодоножки, моют; сливы перебирают, моют, разрезают пополам, удаляют косточки, закладывают в горячий сироп и доводят до кипения.

Требования к качеству:

Плоды целые, сварены до готовности. Цвет от светло-желтого до светло-розового. Вкус приятный, сладкий или кисло-сладкий. Фрукты мягкие, пропитаны отваром.

Технологическая карта кулинарного блюда №

Наименование кулинарного изделия (блюда): **МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ**

Номер рецептуры: 688

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий
для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:
А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.:
А.С.К., 2005, с. 317

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	1 порция					
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Макаронные изделия	51	51	61,2	61,2	68	68
Масло сливочное	5,3	5,3	6,3	6,3	7	7
ВЫХОД:	150		180		200	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Энерг. ценность ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
150	5,52	4,52	26,45	168,45	4,86	21,12	37,17	1,11	0,06	0,00	21,00
180	6,62	5,42	31,73	202,14	5,83	25,34	44,60	1,33	0,07	0,00	25,20
200	7,36	6,02	35,26	224,60	6,48	28,16	49,56	1,48	0,08	0,00	28,00

Технология приготовления:

Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 50 г соли). Макароны варят 20-30 мин, лапшу – 20-25 мин, вермишель – 10-12 мин.

Сваренные макароны откидывают и перемешивают с прокипяченным сливочным маслом.

Требования к качеству:

Внешний вид: макароны мягкие, на не разварившиеся, хорошо отделяются друг от друга

Консистенция: мягкая, рассыпчатая

Цвет: светло-кремовый

Вкус: умеренно соленый

Запах: отварных макаронных изделий с маслом

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): **СУП РИСОВЫЙ С ГОВЯДИНОЙ
и томатной пастой (харчо)**

Номер рецептуры: 204

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий
для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:
А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.:
А.С.К., 2005, с. 86

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	I порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина б/к	32,4	31	24,3	22,2
Картофель молодой до 1 сент.	80	60	100	75
***с 1 сентября по 31 октября	85,7	60	107,1	75
***с 1 ноября до 31 декабря	92,3	60	115,3	75
***с 1 января по 28-29 февраля	100	60	125	75
***с 1 марта	80	60	100	75
Крупа рисовая	4,8	4,8	6	6
Морковь до 1 января	10	8	12,5	10
***с 1 января	10,7	8	13,3	10
Лук репчатый	9,6	8	12	10
Масло растительное	2	2	2,5	2,5
Томатная паста (25%)	4,8	4,8	6	6
Вода	150	150	188	188
ВЫХОД:	200/20		250/15	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
200/20	7,18	2,94	11,76	102,26	21,01	25,93	95,87	1,18	0,10	6,70	0,00
250/15	6,18	3,30	14,65	113,00	24,98	29,45	96,93	1,24	0,11	8,33	0,00

Технология приготовления:

В кипящую воду кладут нарезанный брусочками картофель, после закипания закладывают подготовленную крупу, варят 10-15 минут, добавляют пассерованные с томатной пастой морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 минут до окончания процесса варки добавляют соль, специи. Говядину отваривают отдельно и при отпуске кладут в каждую тарелку.

Требования к качеству:

Внешний вид: в жидкой части супа распределены картофель, овощи и рисовая крупа

Консистенция: овощи и картофель мягкие, крупа мягкая, соблюдается соотношение жидкой и плотной части супа

Цвет: супа – золотисто-красный, жира на поверхности – оранжевый

Вкус: умеренно соленый, свойственный картофелю, овощам и мясу

Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): **САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ**

Номер рецептуры: 14

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010, с. 91

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

Химический состав данного блюда

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

Технология приготовления:

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

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

Температура подачи не ниже +15 °С.

Требования к качеству:

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

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

Цвет: соответствует сорту помидоров

Вкус: свойственный свежим помидорам, в меру соленный

Запах: свежих помидоров и лука в сочетании с растительным маслом

Наименование и количество продуктов питания подлежащего закладке на 1 чел.

МЕНЮ	кап.	марш.	шашл.	саваро	пачет	масло	картон	кунжут	пшенич.	рис	крупя	картон	масло	картон	марш.	кап.
	0,554 2,08	0,0088 0,13	0,0002 0,05	0,002 0,14	0,005 0,40	0,1071 3,75	0,005 0,24	0,006 0,21	0,004 2,23	0,004 0,004	0,006 0,9	0,002 0,72	0,002 0,04	0,002 0,002	0,002 0,1	0,002 0,16
I ЗАВТРАК																
б) день																
1) етнат из блин. капус.																
в) вар.																
II ОБЕД																
а) рассыпник с мясом																
с круп. крупной																
250/15																
б) каша ячневая рас.																
150/40																
III ПОЛДНИК																
а) супчик из говяд.																
50/38																
б) компот из кураг																
200/40																
IV УЖИН																
а) ячм. ржанси 40/40																
б) круша свет. 100/40																
Итого на 1 человека	0,554	0,012	0,002	0,005	0,105	0,079	0,1071	0,05	0,015	0,004	0,004	0,002	0,002	0,002	0,002	0,1
Итого к выдаче																
Цена	35	55	150	55	199	350	35	47	35	47	15	35	35	360	25	160
На сумму	2,08	1,12	0,03	0,18	1,47	27,65	3,75	0,24	0,53	2,23	0,006	473	0,9	0,07	0,72	1
																6,481

Принял повар

Врач (диетсестра)

Выдал кладовщик

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): **РАССОЛЬНИК ПЕТЕРБУРГСКИЙ**

Номер рецептуры: 197

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 83

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

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
С перловой крупой											
200	1,68	4,09	13,27	96,60	21,16	20,72	57,56	0,78	0,08	6,03	0,00
250	2,10	5,11	16,59	120,75	26,45	25,90	71,95	0,98	0,10	7,54	0,00
С рисовой крупой											
200	1,60	4,09	13,54	97,40	19,96	21,12	50,64	0,75	0,08	6,03	0,00
250	2,00	5,11	16,93	121,75	24,95	26,40	63,30	0,94	0,10	7,54	0,00

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:

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

Консистенция: овощей – мягкая, сочная, огурцов – слегка хрустящая. Перловая крупа хорошо разварена, соблюдается соотношение жидкой и плотной частей

Цвет: жира на поверхности – желтый, овощей – натуральный

Вкус: умеренно соленый, с умеренной кислотностью

Запах: продуктов, входящих в рассольник.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ

Номер рецептуры: 43

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий питания при общеобразовательных школах /

Под ред. В.Т.Лапшиной. –

М.: Хлебпродинформ, 2004, с. 91, с. 90

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

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
С луком											
60	0,85	3,05	5,19	51,54	26,80	7,90	14,83	0,32	0,01	20,97	0,00
100	1,41	5,08	8,65	85,90	44,67	13,16	24,71	0,54	0,02	34,95	0,00
С морковью											
60	0,85	3,05	5,41	52,44	22,42	9,10	16,57	0,31	0,02	19,47	0,00
100	1,41	5,08	9,02	87,40	37,37	15,16	27,61	0,51	0,03	32,45	0,00

Технология приготовления:

Капусту шинкуют тонкой соломкой, добавляют соль (1,5 г на 100 г), лимонную кислоту и нагревают при непрерывном помешивании. Не следует перегревать капусту, так как она будет слишком мягкой. Прогретую капусту охлаждают, смешивают с шинкованным зеленым луком и морковью, нарезанной соломкой. Салат заправляют сахарным сиропом (1:0,5), растительным маслом.

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

Температура подачи не ниже +15 °С.

Требования к качеству:

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

Консистенция: хрустящая, не жесткая, сочная

Цвет: свойственный входящим в блюдо продуктам

Вкус: свойственный входящим в блюдо продуктам

Запах: свежей белокочанной капусты, моркови с ароматом растительного масла

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): ГУЛЯШ

Номер рецептуры: 591

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с.268

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина	139	102,6	158	116,5
Масло растительное	5	5	5	5
Лук репчатый	18	15	18	15
Томатное пюре	12	12	12	12
Мука пшеничная	4	4	4	4
ВЫХОД:	80/75		100/75	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
80/75	19,72	17,89	4,76	168,20	24,36	26,01	194,69	2,32	0,17	1,28	0,00
100/75	23,80	19,52	5,74	203,00	29,40	31,39	234,98	2,80	0,21	1,54	0,00

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 (15-20 г на порцию).

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

Требования к качеству:

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

7 ДЕНЬ

Комплексный обед

№ ре- центуры	Наименование блюда	Масса, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В ₁	А	С	Са	Р	Mg	Fe
45 2010	Винегрет овощ.	100	0,81	3,7	4,61	54,96	0,06	0	10,25	33,55	40,17	21,35	0,88
71 2005	Суп-лапша домашняя с птицей	250/25	5,27	6,8	14,25	103,13		10		19,5	71,5	10	0,9
486 2005	Рыба тушеная с овощами	75/75	13,87	4,85	6,53	150	0,075	5,63	1,44	19,32	126,38	15	0,81
	Сок (нектар) фруктовый пром. произ-ва	200	1,0	0,03	24	94							
1035 2005	Чурек	40	3,84	0,47	23,65	114,17	0,067		10	8	28	42	0,002
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8							
	Зефир пром. произв.	40	0,04		29,8	154							
847 2005	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03		10	10	75,8		2,2
	Итого:		26,55	16,49	119,32	752,06							

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): **РЫБА ТУШЕНАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ С ОВОЩАМИ**

Номер рецептуры: 486

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный.

Наименование сырья	3 года		7	
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Минтай свежемороженный	102	85	145	100
Вода	27	27	27	27
Морковь	24	15	24	27
Лук репчатый	11	10	11	10
Томатное пюре	3	3	3	3
Масло растительное	4	4	4	4
Соль	2	2	2	2
ВЫХОД:	80/80		95/95	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
80/80	13,87	7,85	6,53	150,00	52,11	59,77	238,46	0,96	0,10	3,35	0,01
95/95	18,03	10,21	8,49	195,00	67,74	77,70	310,00	1,25	0,13	4,36	0,01

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:

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

Цвет: от светло-красного до темно-красного

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

Запах: продуктов, входящих в блюдо

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ

Номер рецептуры: 206

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 87

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель молодой до 1 сент.	75	60	93,8	75
***с 1 сентября по 31 октября	80	60	100	75
***с 1 ноября до 31 декабря	85,7	60	107,1	75
***с 1 января по 28-29 февраля	92,3	60	115,3	75
***с 1 марта	100	60	125	75
Горох	16,2	16	20,3	20,3
Морковь до 1 января	10	8	12,5	10
***с 1 января	10,7	8	13,3	10
Лук репчатый	9,6	8	12	10
Масло растительное	4	4	5	5
Вода	140	140	175	175
ВЫХОД:	200		250	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
200	4,39	4,22	13,06	107,8	30,46	28,24	69,74	1,62	0,18	4,65	0,00
250	5,49	5,28	16,33	134,75	38,08	35,30	87,18	2,03	0,23	5,81	0,00

Технология приготовления:

Картофель нарезают крупными кубиками, морковь – мелкими кубиками, лук мелко рубят. Горох лущеный перебирают, моют, кладут в холодную воду (2-3 л на 1 кг), на 3-4 ч, затем варят в той же воде без соли при закрытой крышке до размягчения. Затем горох кладут в кипящую воду, доводят до кипения, добавляют картофель, пассерованные морковь и лук и варят до готовности.

Требования к качеству:

Внешний вид: в жидкой части супа распределены картофель и овощи, горох лущеный в виде разваренных зерен
Консистенция: овощи мягкие, крупа хорошо разварилась, соблюдается соотношение жидкой и плотной части супа
Цвет: светло-желтый (горчичный)
Вкус: умеренно соленый, свойственный гороху
Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам

Технологическая карта кулинарного блюда №

Наименование кулинарного изделия (блюда): КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ

Номер рецептуры: 859

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	I порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Яблоки или груши	45,4	40
Вода	172	172
Сахар	24	24
ВЫХОД:	200	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки г	Жиры г	Угле- воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
0,20	0,20	22,30	110,00	12,00	0,00	2,4	0,80	0,02	0,00	0,00

Технология приготовления:

Яблоки или груши моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Чтобы плоды не темнели, их до варки погружают в холодную воду, слегка подкисленную лимонной кислотой. Сироп подготавливают следующим образом: в горячей воде растворяют сахар, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения, проваривают 10-12 мин и процеживают. В подготовленный сироп погружают подготовленные плоды. Яблоки и груши варят при слабом кипении не более 6-8 мин. Быстроразваривающиеся сорта яблок (антоновские и др) и очень спелые груши не варят, а кладут в кипящий сироп, доводят до кипения, прекращают нагрев и оставляют в сиропе до охлаждения.

Требования к качеству:

Внешний вид: сироп прозрачный, яблоки зачищены от сердцевин, нарезаны дольками
Консистенция: компота – жидкая, плодов – мягкая
Цвет: от светло-желтого до светло-розового
Вкус: приятный, сладкий или кисло-сладкий, соответствует виду плодов или ягод
Запах: соответствует виду плодов или ягод

9 ДЕНЬ

Комплексный обед

№ ре- цептуры	Наименование блюда	Масса, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	А	С	Са	Р	Mg	Fe
558 2005	Салат из свежих моркови и зелен. горошка	60	0,84	4,85	3,38	60,91	0,024		3,35	18,09	24,04	12,59	0,45
187 2005 ✓ +	Суп из свежей капусты с карт. и говядиной	250/15	6,05	5,46	18,57	113,25	0,072		18,54	45,3	82,58	51,89	1,53
252 2011 +	Рыба запечённая в белом соусе	100/100	20,56	15,16	4,96	230,2	0,075	6,1	1,24	9,32	168,5	13,4	0,51
681 2005 ✓ +	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,53	9,82	22,25	188,6	0,37	0,06	12	150,6	218,85	52,7	2,6
	Сок (нектар) фруктовый пром. произ-ва	200	1,0	0,03	24	94							
1035 2005 ✓	Чурек	40	3,84	0,47	23,65	114,17	0,067		10	8	28	42	0,002
	ИТОГО:		33,36	35,79	96,81	801,13							

Технологическая карта

Наименование кулинарного изделия (блюда): Сок натуральный промышленного производства

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Сок яблочный	200	200
ВЫХОД:	200 ✓	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки г	Жиры г	Угле- воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
1,00	0,00	23,46	94,25	16,04	20,12	1,01	0,40	0,03	4,01	0,01

Технология приготовления:

Сок, выпускаемый промышленностью, разливают в стаканы порциями по 200 мл непосредственно перед отпуском. Требования к качеству Внешний вид: сок налит в стакан Консистенция: жидкая Цвет: соответствует соку Вкус: соответствует соку Запах: соответствует соку

технологическая карта № 81

Наименование кулинарного изделия (блюда): КАША ГРЕЧНИВАЯ РАССЫПЧАТАЯ

Номер рецептуры: 681

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	1 порция					
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа гречневая	40,4	40,4	48,5	48,5	60,6	60,6
Масло сливочное	3,5	3,5	4,2	4,2	5,3	5,3
ВЫХОД:	100		120		150	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
100	4,97	3,74	23,89	153,63	8,65	2,63	0,12	0,06	0,00
120	5,96	4,49	28,67	184,36	10,38	3,15	0,14	0,07	0,00
150	7,46	5,61	35,83	230,44	12,98	3,94	0,18	0,09	0,00

Технология приготовления:

Крупу засыпают в кипящую воду, добавляют соль и варят, периодически помешивая до тех пор, пока каша не загустеет. Посуду плотно закрывают крышкой и оставляют на плите с умеренным нагревом для упревания каши до готовности. При отпуске кашу поливают растопленным прокипяченным сливочным маслом.

Требования к качеству:

Рассыпчатая каша представляет собой рассыпчатую массу. Зерна крупы мягкие, но не разварившиеся. Вкус в меру соленый, с ароматом сливочного масла.

10 ДЕНЬ

Комплексный обед

№ ре- центуры	Наименование блюда	Масса, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В ₁	А	С	Са	Р	Mg	Fe
51 2005	Салат из свежкл с курагой и с изюмом	60	1,08	3,0	15	91,32	0,028	0,84	4,51	29,57	0,28	16,54	1,12
187 2005	Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	1,75	4,89	8,44	84,75			18,46	43,33	47,63	22,25	0,8
608 2005	Шницель из говядины	80	12,22	9,24	12,56	183,5	0,08	23	0,12	35	133,1	25,7	1,2
694 2005	Пюре из картофеля	150	3,06	7,8	20,45	137,15	0,14	25,5	18,14	36,98	86,6	27,75	1,01
874 2005	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,2	0,0	32,6	132,8				18	4,29		0,6
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8							
1035 2005	Цурек	30	2,88	0,35	17,74	85,63				7,47	26,08	4,97	0,38
	ИТОГО:		22,51	25,52	113,47	749,95							
	ВСЕГО 10 ДНЕЙ					7783,72							
	ИТОГО на 1-го учащегося					778,37 ккал							

Технологическая карта кулинарного блюда №

Наименование кулинарного изделия (блюда): **ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ**

Номер рецептуры: 694

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 319

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

*масса кипяченого молока. При отсутствии молока можно увеличить норму закладки жира на 10 г.

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
150	3,06	4,80	20,45	137,25	36,98	27,75	86,60	1,01	0,14	18,17	25,50
180	3,67	5,76	24,53	164,70	44,37	33,30	103,91	1,21	0,16	21,80	30,60
200	4,08	6,40	27,26	183,00	49,30	37,00	115,46	1,34	0,18	24,22	34,00

Технология приготовления:

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

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

Требования к качеству:

Внешний вид: протертая картофельная масса

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

Цвет: белый с кремовым оттенком без темных включений.

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

Запах: свежеприготовленного картофельного пюре, кипяченого молока и сливочного масла

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № ____

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

Номер рецептуры: 608

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 276

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	1 порция					
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина (котлетное мясо)	40,7	37	65	59	81,4	74
Хлеб пшеничный	9	9	14	14	18	18
Молоко или вода	12	12	19	19	24	24
Сухари	5	5	8	8	10	10
<i>Масса полуфабриката</i>	-	65	-	99	-	130
Масло растительное	3	3	5	5	6	6
ВЫХОД:	50		80		100	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
50	7,78	5,78	7,85	114,38	21,88	16,06	83,19	0,75	0,05	0,08	14,38
80	12,44	9,24	12,56	183,00	35,00	25,70	133,10	1,20	0,08	0,12	23,00
100	15,55	11,55	15,70	228,75	43,75	32,13	166,38	1,50	0,10	0,15	28,75

Технология приготовления:

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

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

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

Требования к качеству:

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

Консистенция: сочная, пышная, однородная

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

Вкус: в меру соленый, мясной

Запах: свойственный входящим в рецептуру продуктам

Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № _____

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

Номер рецептуры: 187

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий

для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:
А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.:
А.С.К., 2005, с.79

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

Химический состав данного блюда

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

Технология приготовления:

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

При приготовлении щей из ранней капусты ее закладывают после картофеля.

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

Требования к качеству:

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

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

Цвет: бульона — желтый, жир на поверхности — оранжевый, овощей — натуральный

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

Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам

Технологическая карта №**Наименование изделия:** Салат из свеклы с курагой и изюмом**Номер рецептуры** 32 / 01-2000⁷**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Свекла	960	750 ¹
Курага	56	100 ²
Изюм	62	100 ³
Растительное масло	60	60
<i>Выход</i>	-	1000

¹Масса отварной и очищенной свеклы^{2,3}Масса проваренных кураги и изюма

Химический состав данного блюда на 1000 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
15,59	0,00	61,17	135,36	1154,00	77,24	0,30	0,46	416,7	14,15

Технология приготовления

Отварную очищенную свеклу нарезают мелкой соломкой, добавляют проваренные, мелко нарезанные курагу и изюм, перемешивают и заправляют растительным маслом. Салат укладывают горкой.

Выход порции определяется возрастной группой.

Требования к качеству

Внешний вид: свекла нарезана соломкой, продукты равномерно перемешаны, салат уложен горкой

Консистенция: мягкая, сочная

Цвет: темно-малиновый

Вкус: свойственный свекле, кураге, изюму

Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам