



Утверждаю  
Директор МБОУ «Полибинская СОШ»  
Т.А. Коршунова

**Сборник  
Технологических карт.  
Приготовления блюд в  
МБОУ «Полибинская СОШ»  
Бугурусланского района**

## 1. Каши, молочные супы

### Технологическая карта кулинарного блюда № 1

**Наименование изделия:** Каша пшенная

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

**Наименования сборника рецептур:** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа пшено	38	38	50	50
Молоко	120	120	160	160
Масло сливочное	4	4	5	5
Сахар	4	4	5	5
<b>ВЫХОД:</b>	<b>150</b>		<b>200</b>	

#### Химический состав данного блюда

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Мг	Fe	P	В1	С	А	Е
150	4,02	6,6	53,6	235,71	11,36	1,93	0,52	9,7	0,13	0,41	0,12	0,32
200	5,63	8,8	72,4	314,28	19,22	2,306	1,18	11,7	0,17	0,54	0,17	0,48

#### Технология приготовления:

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

#### Требования к качеству блюда:

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

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

*Цвет:* свойственный соответствующему виду крупы.

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

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

## Технологическая карта кулинарного блюда № 2

**Наименование изделия:** Каша геркулесовая.

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

**Наименования сборника рецептур:** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

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

### Химический состав данного блюда

Выход, г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	Fe	P	B1	C	A	E
150	6,12	7,38	35,60	198	130	12,3	1,24	95	0,15	0,37	0,08	0,01
200	8,16	9,84	47,8	264	142,3	14,6	1,66	113	0,20	0,50	0,11	0,03

### Технология приготовления:

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

При отпуске кашу заправляют растопленным маслом.

### Требования к качеству блюда:

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

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

*Цвет:* свойственный соответствующему виду крупы.

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

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

### Технологическая карта кулинарного блюда № 3

**Наименование изделия:** Каша манная

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

**Наименования сборника рецептур:** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа манная	33	33	44	44
Молоко	123	123	164	164
Масло сливочное	3	3	4	4
Сахар	3	3	4	4
<b>ВЫХОД:</b>	<b>150</b>		<b>200</b>	

#### Химический состав данного блюда

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.веществ а, мг				Витамины, мг			
	Белки г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал	Са	Мg	Fe	Р	В <sub>1</sub>	С	А	Е
150	2,27	1,23	16,23	197,11	57,8	23,8	0,24	27	0,04	0,16	0,03	0,32
200	2,65	1,87	20,5	267,85	59,2	30,24	0,45	36	0,06	0,22	0,05	0,46

#### Технология приготовления:

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

#### Требования к качеству блюда:

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

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

*Цвет:* белый или светло-кремовый.

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

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

## Технологическая карта кулинарного блюда № 4

**Наименование изделия:** Каша ассорти «Дружба»

**Номер рецептуры:** 297

**Наименования сборника рецептур:** : Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа рисовая	19	19	25	25
Крупа пшеничная	19	19	25	25
Молоко	120	120	160	160
Масло сливочное	4	4	5	5
Сахар	3	3	4	4
<b>ВЫХОД:</b>	<b>150</b>		<b>200</b>	

### Химический состав данного блюда

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Мg	Fe	P	В1	С	А	Е
150	4,65	6,45	36,8	213,50	92,3	29,30	0,09	6,93	0,07	0,15	0,03	0,02
200	6,20	8,60	42,7	284,30	122,98	32,49	0,11	7,23	0,10	0,19	0,05	0,07

### Технология приготовления:

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

При подаче каша заправляется растопленным сливочным маслом.

### Требования к качеству блюда:

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

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

*Цвет:* свойственный соответствующему виду крупы.

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

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

## Технологическая карта кулинарного блюда № 5

**Наименование изделия:** Каша рисовая

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

**Наименования сборника рецептур:** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1			
	порция			
	Брутто, г	Нетто , г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа рисовая	33	33	44	44
Молоко	123	123	164	164
Масло сливочное	3	3	4	4
Сахар	3	3	4	4
<b>ВЫХОД:</b>	<b>150</b>		<b>200</b>	

### Химический состав данного блюда

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Мg	Fe	Р	В <sub>1</sub>	С	А	Е
150	5,82	7,50	64,5	235,60	14,600	31,200	0,46	51,00	0,06	0,44	0,03	0,47
200	7,70	10,00	68,9	308,60	19,500	43,06	0,62	96,00	0,08	0,86	0,05	0,83

### Технология приготовления:

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

При подаче каша заправляется растопленным сливочным маслом.

### Требования к качеству блюда:

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

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

**Цвет:** свойственный соответствующему виду крупы.

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

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

## Технологическая карта кулинарного блюда № 6

**Наименование изделия:** Суп молочный вермишелевый

**Номер рецептуры:** № 160

**Наименования сборника рецептур :** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

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

### Химический состав данного блюда

Пищевые вещества					Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Са	Мg	Fe	P	В1	С	А	Е
200	4,40	3,92	10,4	278,32	12,68	24,6	0,25	15,2	0,06	0,05	0,04	0,02
250	5,50	4,90	12,3	331,20	14,72	27,9	0,38	16,1	0,08	0,06	0,05	0,03

### Технология приготовления:

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

При отпуске заправляют маслом.

### Требования к качеству блюда:

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

Консистенция: макаронных изделий – мягкая.

Цвет: супа – молочно-белый, сливочного масла – желтый.

Вкус: молока и сливочного масла, умеренно сладкий.

Запах: характерный для продуктов, входящих в суп.

## 1. Хлеб, сдобные булочные изделия

### Технологическая карта кулинарного блюда № 7

Наименование изделия: Хлеб ржаной

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Хлеб ржаной	40	40	60	60
<b>ВЫХОД:</b>	<b>40</b>		<b>60</b>	

Химический состав данного блюда г.

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Мg	Fe	Р	В1	С	А	Е
40	2,6	0,48	1,05	72,4	14	10	0,31	67,2	0,07	0,00	0,00	0,05
60	3,96	0,72	1,38	108,6	21	12	0,63	75,4	0,11	0,00	0,00	0,05

#### Технология приготовления

Хлеб нарезают куском

#### Требования к качеству

*Внешний вид:* ровные ломтики хлеба,

*Консистенция:* хлеба- мягкая,

*Цвет:* соответствует виду хлеба

*Вкус:* соответствует виду хлеба

*Запах:* свежего хлеба

## Технологическая карта кулинарного блюда № 8

**Наименования изделия: Хлеб пшеничный**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Хлеб пшеничный	40	40	50	50
<b>ВЫХОД:</b>	<b>40</b>		<b>50</b>	

Химический состав данного блюда г.

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Мg	Fe	P	В1	С	А	Е
40	2,4	0,8	16,7	85,7	0,01	13,2	1,01	34,8	0,13	0,0	0,0	0,34
50	3,07	1,07	20,9	107,2	0,01	14,1	1,05	35,1	0,13	0,0	0,0	0,34

### Технология приготовления

Хлеб нарезают куском

### Требования к качеству

*Внешний вид:* ровные ломтики хлеба,

*Консистенция:* хлеба - мягкая,

*Цвет:* соответствует виду хлеба

*Вкус:* соответствует виду хлеба

*Запах:* свежего хлеба

## Технологическая карта кулинарного блюда № 9

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

Номер рецептуры: 1

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто , г	Нетто, г		
Хлеб пшеничный	40	40		
Масло сливочное	10	10		
<b>ВЫХОД:</b>	<b>50</b>			

Химический состав данного блюда

В ы х о д г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг			Витамины, мг			
	Бе л к и г	Ж и р ы , г	Уг ле- вод ы, г	Энерг . ценно сть, ккал	Са	М g	Fe	В 1	С	А	Е
40/1 0	2,03	8 , 6	0,44	129,1	52, 2	8, 9	0,65	0, 0 5	0, 0 0	0,0 5	0, 0 5

### Технология приготовления:

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

### Требования к качеству:

Бутерброд аккуратно оформлен, вкус и запах сливочного масла.

## Технологическая карта кулинарного блюда № 10

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

Номер рецептуры: **2**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто , г	Нетто, г		
Хлеб пшеничный	40	40		
Сыр	10	10		
<b>ВЫХОД:</b>	<b>50</b>			

Химический состав данного блюда

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.вещество, мг				Витамины, мг			
	Белки г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал	Са	Мg	Fe	P	В1	С	А	Е
40/10	2,34	5,6	16,92	131,6	201	142	0,46	806	0,4	0,3	0,07	0,51

### Технология приготовления:

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

### Требования к качеству:

Бутерброд аккуратно оформлен, вкус и запах сыра.

## Технологическая карта кулинарного изделия № 11

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

Номер рецептуры: № 3.

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

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса	
	брутто, г	нетто, г
Сыр	10	10
Масло сливочное	10	10
Хлеб	40	40
<i>Выход</i>		<b>60</b>

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

В ы- ход , г	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал/100г	Ca	Mg	Fe	P	B <sub>1</sub>	C	A	E
40/10/10	7,8	8,9	18,5	164,9	207,3	10,2	1,05	67,8	0,05	0,03	0,12	0,3

### Технология приготовления:

Ломтик хлеба намазывают маслом, а сверху кладут кусочек сыра.

### Требования к качеству блюда:

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

## 2. Горячие напитки, соки

### Технологическая карта кулинарного блюда № 12

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.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

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

#### Химический состав данного блюда

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Мg	Fe	P	В1	С	А	Щ
200 г.	8,9	3,06	26	58	11,6	6,5	0,34	41	0,00	6,00	0,00	0,00

#### 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:* сладкий, чуть терпкий

*Запах:* соответственный чаю

## Технологическая карта кулинарного блюда № 13

**Наименование изделия:** Кисель

**Номер рецептуры:** 648

**Наименования сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Концентрат киселя	24	24
Сахар	10	10
Вода	190	190
<b>Выход</b>	<b>200г</b>	

### Химический состав данного блюда

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Мg	Fe	P	В1	С	А	Е
200	0,00	0,00	15,3	49,60	3,2	2,00	0,00	15,8	0,02	5,6	0,03	0,00

### Технология приготовления:

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

### Требования к качеству блюда:

Внешний вид: однородная прозрачная масса, без пленки на поверхности.

Консистенция: однородная, средней густоты, слегка желеобразная.

Цвет: соответствует плодам.

Вкус: сладкий с кисловатым привкусом.

Запах: характерный для плодового экстракта.

## Технологическая карта кулинарного блюда № 14

**Наименование изделия:** Кофейный напиток с молоком

**Номер рецептуры:** 692

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

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

### Химический состав данного блюда

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Ca	Mg	Fe	P	B <sub>1</sub>	C	A	E
200 г.	2,24	2,10	25,03	118,80	69,20	6,00	0,35	168,00	0,02	0,45	0,08	0,05

### Технология приготовления

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

### Требования к качеству

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

*Консистенция:* жидкая.

*Цвет:* светло коричневый.

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

*Запах:* аромат кофейного напитка и кипяченого молока.

### Технологическая карта кулинарного блюда № 15

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Компот из смеси сухофруктов**

Номер рецептуры: 639

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Смесь сухофруктов	20	50*
Вода	192	192
Сахар	20	20
<b>ВЫХОД:</b>	<b>200</b>	

\*Масса вареных сухофруктов

#### Химический состав данного блюда

В ы х о д г .	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Бе л к и г	Жи р ы , г	Уг ле- вод ы, г	Энерг . ценнос ть , ккал	С а	М г	Fe	Р	В 1	С	А	Е
2 0 0 г.	10,0 0	0,06	35,2	1 1 0	2 8 , 7	19, 6	0,9 6	5 2, 6	0 , 1 2	9, 3 5	0, 1 2	1, 6 8

#### Технология приготовления:

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

Компот варят заранее, чтобы он настоялся.

#### Требования к качеству:

**Внешний вид:** плоды или ягоды не переваренные, уложенные в стакан и залиты полученным при варке компота прозрачным отваром

**Консистенция:** отвара – жидкая, с наличием хорошо проваренных фруктов

**Цвет:** от светло-коричневого до темно-коричневого, в зависимости от набора сухофруктов

*Вкус:* приятный, сладкий или кисло-сладкий, соответствует виду плодов или ягод  
*Запах:* аромат использованных плодов и ягод

## Технологическая карта кулинарного блюда № 16

Наименование 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.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Какао-порошок	4	4
Сахар	20	20
Молоко	100	100
Вода	100	100
<b>ВЫХОД:</b>	<b>200</b>	

### Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	Fe	P	B1	C	A	E
200 г.	4,62	4,02	43,8	177,56	158,70	15,2	0,67	126,00	0,5	2,06	0,01	0,17

### Технология приготовления:

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

### Требования к качеству:

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

*Консистенция:* жидкая

*Цвет:* светло-шоколадный

*Вкус:* сладкий, с выраженным привкусом какао и кипяченого молока

*Запах:* аромат какао и кипяченого молока

## Технологическая карта кулинарного блюда № 17

**Наименование изделия:** Сок фруктовый

**Номер рецептуры** 399

**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
	Сок фруктовый	200
<i>Выход</i>	-	<b>200</b>

Химический состав данного блюда на 200 г. ( яблочный)

Выход, г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Мg	Fe	Р	В1	С	А	Е
200	1,00	0,20	20,20	92,00	14,00	18,00	0,80	17,00	0,20	4,00	0,00	0,20

### Технология приготовления

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

### Требования к качеству *Внешний*

**вид:** сок налит в стакан

**Консистенция:** жидкая

**Цвет:** соответствует соку

**Вкус:** соответствует соку

**Запах:** соответствует соку

## Технологическая карта кулинарного блюда № 18

**Наименование изделия:** Напиток апельсиновый

**Номер рецептуры** 699

**Наименование сборника рецептур:** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / под ред. В.Т. Лапшиной – М.: Хлебпродинформ, 2004. – 483 с.

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

Химический состав данного блюда на 200 г.

Выход г.	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Мг	Fe	Р	В1	С	А	Е
200	0,14	0,04	42,3	97,58	5,71	1,02	0,05	1,00	0,00	3,069	0,00	0,02

### Технология приготовления

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

### Требования к качеству

**Внешний вид:** напиток налит в стакан

**Консистенция:** жидкая

**Цвет:** желтый

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

**Запах:** лимона или апельсина

### 3. Салаты

#### Технологическая карта кулинарного блюда № 19

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

Номер рецептуры: № 42

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, гр.	нетто, гр.
Капуста свежая	80	55	117	91
Лук репчатый	11	8	16	13
Яблоко	15	9	21	15
Сахар	2	2	3	3
Масло растительное	4	4	5	5
Выход	60		100	

#### Химический состав данного блюда

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Мg	Fe	P	В1	С	А	Е
60	1	3,1	9,6	54	10,2	12	0,25	65,2	0,00	16,2	0,01	0,34
100	1,67	5,17	10,7	86,4	12,5	15	0,37	102,3	0,00	18,8	0,02	0,43

#### Технология приготовления:

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

#### Требования к качеству:

Внешний вид — эстетично оформленный, повышающий аппетит.

Цвет — цвет соответствует рецептурным компонентам.

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

## Технологическая карта кулинарного блюда № 20

**Наименование изделия:** Салат из тертой моркови с яблоком

**Номер рецептуры:** 49

**Наименования сборника рецептур:** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

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

### Химический состав данного блюда

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	С	М	Fe	P	В1	С	А	Е
60	0,57	4,3	15,2	65,4	2,2,4	2,3,6,1	0,6,6	3,8,5	0,0,3	7,2	0,0,2	0,5,2
100	0,71	7,17	17,8	76,5	3,7,3,4	2,6,7,8	1,7,1	4,1,6	0,1,3	9,6	0,0,5	0,7,1

### Технология приготовления:

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

### Требования к качеству блюда:

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

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: оранжевый.

Вкус: свойственный моркови с сахаром.

Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 21

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

Номер рецептуры: 71

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель	25	18	36	28 <sup>1</sup>
Свекла	18	15	25	22
Морковь	10	7	15	12
Огурцы соленые <sup>2</sup>	14	9	19	15
Лук репчатый	14	9	19	15
Масло растительное	6	6	10	10
<b>ВЫХОД:</b>	<b>60</b>		<b>100</b>	

<sup>1</sup> Масса отварных очищенных овощей

<sup>2</sup> С использованием огурцов консервированных без уксуса

<sup>3</sup> Масса бланшированного репчатого лука

### Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	ценнос ть,	Са	Mg	Fe	P	B <sub>1</sub>	C	A	E
<b>С луком репчатым</b>												
60	1,2	10,68	12,6	68,76	2,56	11,9	0,21	12,3,2	0,01	8,83	0,03	0,05
100	1,65	12,54	15,1	114,61	2,83	15,2	0,52	13,5,2	0,03	9,64	0,05	0,08

### Технология приготовления:

Отварные очищенные картофель, свеклу, морковь, очищенные соленые огурцы нарезают мелкими ломтиками. Репчатый лук нарезают полукольцами. Подготовленные овощи соединяют, добавляют растительное масло, перемешивают..

В винегрет можно добавлять от 5 до 10 г. припущенного зеленого горошка за счет соответственного уменьшения соленых огурцов.

### Требования к качеству:

**Внешний вид:** овощи нарезаны мелкими ломтиками, равномерно перемешаны и заправлены растительным маслом.

**Консистенция:** мягкая, сочная

**Цвет:** продуктов, входящих в состав блюда

**Вкус:** продуктов, входящих в состав блюда

**Запах:** продуктов, входящих в состав блюд

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 22

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

Номер рецептуры: № 40

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

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

### Химический состав, витамины и микроэлементы

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	Fe	P	B <sub>1</sub>	C	A	E
60	0,9	2,7	26,3	52,29	20,71	9,6	0,54	102	0,01	3,78	0,23	2,78
100	1,50	4,50	27,8	88,3	34,20	18,00	0,86	136,00	0,03	6,3	0,50	4,5

### Технологический процесс

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

Изготовление салата и его заправка осуществляется непосредственно перед раздачей.

### Требования к качеству:

Внешний вид — эстетично оформленный, повышающий аппетит.

Цвет — цвет соответствует рецептурным компонентам.

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

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА кулинарного изделия (блюдо) №222/1**

Рецептура № 22222.0 I

Литература: СГОР № 2010

0 порций

Исходные продукты	Вес материала	Нормы расхода	Расход сырья	Расход энергии
Орехи	0.09 г	0.05 г	9.1 ккал	5 ккал
<b>Выход</b>				<b>0.00 г</b>

В 100 граммах готового блюда содержится:

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.				Витамины мг.				
Жиры	Углеводы	Белки	Сахар	Минералы	Фосфор	Кальций	А	В1	В2	Р	С
0.8	0.1	1.6	2.3	1.4	2.4	0.6	0.02	0.03	0.02	0.1	5
Энергетическая ценность (ккал) - 12											

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 23

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

Номер рецептуры: 43

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Капуста белокочанная свежая	67	52	106	86
Морковь	9	7	15	12
Сахар	3	3	5	5
Масло растительное	3	3	5	5
<b>ВЫХОД:</b>	<b>60</b>		<b>100</b>	

### Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, кДж	Ca	Mg	Fe	P	B <sub>1</sub>	C	A	E
60	1,2	2,7	5,5	51,0	54,3	7,4	0,16	86	0,01	3,25	0,00	1,00
100	2,0	4,5	9,1	85,0	57,2	6,90	0,41	144,00	0,01	4,35	0,00	1,2

### Технология приготовления:

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

### Требования к качеству:

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

**Консистенция:** хрустящая, не жесткая, сочная

**Цвет:** свойственный входящим в блюдо продуктам

**Вкус:** свойственный входящим в блюдо продуктам

**Запах:** свежей белокочанной капусты, моркови с ароматом растительного масла

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 24

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

Номер рецептуры: 51

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Свекла	75	59	118	98 <sup>1</sup>
Масло растительное	4	4	6	6
<b>ВЫХОД:</b>	<b>60</b>		<b>100</b>	

<sup>1</sup> Масса отварной очищенной свеклы

### Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	клетчатка, г	Ca	Mg	Fe	P	B <sub>1</sub>	C	A	E
60	0,85	3,65	8,36	56,34	21,09	18,6	0,5	6,52	0,05	5,7	0,01	0,23
100	1,42	6,09	10,2	93,9	35,15	33,9	0,6	7,8	0,07	9,5	0,02	0,41

### Технология приготовления:

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

### Требования к качеству:

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

*Консистенция:* мягкая, сочная

*Цвет:* темно-малиновый

*Вкус:* свойственный свекле и растительному маслу

*Запах:* свеклы и растительного масла

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА производства и использования (6000) Fe24/1

Примеры № 41.01

Источники: Справочник. 1982, № 50

Наименование продукта	Витаминный состав		Витаминный состав по ГОСТу	
	Вит. А мг.	Вит. С мг.	Вит. А мг.	Вит. С мг.
Икра	0.063	0.06	5.3	5
Вит. В1				0.006

В 100 г продукта содержится следующие вещества:

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг				Макроэлементы				
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe	A	Bi	Zn	PP	C
2	9	8.6	41	35	67	7	0.92	0.02	0.04	0	7
Значения в мг/100 г (zn) - 122											

Нормы потребления веществ в сутки: витамин В1 - 1,2 мг.

## 4. Супы, борщи

### Технологическая карта кулинарного блюда № 25

Наименование изделия: Суп рыбный

Номер рецептуры: № 142

Наименования сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

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

#### Химический состав данного блюда

Пищевые вещества					Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
Выход, г.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Мг	Fe	P	В1	С	А	Е
200	6,88	9,23	14,32	192,29	47,6	2,6	1,02	1,86	0,08	7,8	0,6	1,8
250	8,60	11,36	19,6	223,8	51,3	2,68	1,34	1,95	0,10	9,1	0,9	2,4

#### Технология приготовления:

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

#### Требования к качеству блюда:

Консистенция крупы и картофеля мягкая.

Цвет: светло-оранжевый.

Вкус и запах: свойственные рыбным консервам.

## Технологическая карта кулинарного блюда № 26

**Наименование изделия:** Суп крестьянский с крупой

**Номер рецептуры:** № 138

**Наименования сборника рецептур:** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

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

### Химический состав данного блюда:

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

### Технология приготовления:

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

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

### Требования к качеству блюда:

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

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

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

Вкус: картофеля и припущенных овощей, умеренно соленый

Запах: продуктов, входящих в суп

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 27**  
 Наименование кулинарного изделия (блюда): **Суп картофельный с макаронными изделиями на костном бульоне**

Номер рецептуры: 140

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

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

**Химический состав данного блюда**

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал энерг. ценность	Ca	Mg	Fe	P	B <sub>1</sub>	C	A	E
200	6,61	3,56	12,46	128,04	52,3	21,60	2,13	97,00	0,09	1,13	0,05	1,81
250	7,13	4,45	15,50	160,05	56,4	27,00	2,76	102,60	0,12	1,46	0,07	2,27

**Технология приготовления:**

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

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

**Требования к качеству:**

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

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

*Цвет:* супа – золотистый

*Вкус:* умеренно соленый, свойственный картофелю и овощам

*Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 28

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

Номер рецептуры: 139

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель молодой	54	40	67	50
Горох	16	16	20	20
Морковь	11	8	13	10
Лук репчатый	10	8	12	10
Масло растительное	4	4	5	5
Бульон костный	144	144	180	180
<b>ВЫХОД:</b>		<b>200</b>	<b>205</b>	<b>200</b>

### Химический состав данного блюда

В - х о д, г	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Mg	Fe	P	B <sub>1</sub>	C	A	E
200	9,38	5,87	12,3	173,48	75,6	32,74	1,29	10,23	0,14	5,78	0,02	2,45
250	11,7	7,32	17,8	216,86	79,8	40,92	1,97	15,22	0,17	7,23	0,03	3,06

### **Технология приготовления:**

Картофель нарезают крупными кубиками, морковь – мелкими кубиками, лук мелко рубят.

Подготовленный горох кладут в бульон, 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 в виде разваренных зерен

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

**Цвет:** светло-желтый

**Вкус:** умеренно соленый, свойственный гороху

**Запах:** свойственный входящим в блюдо продуктам

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 29

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

Номер рецептуры: 110

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

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

### Химический состав данного блюда

В ы х о д, г	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энер- гетиче- ская цен- ность, ккал	Ca	Mg	Fe	P	B <sub>1</sub>	C	A	E
200	7,44	5,82	9,54	124,84	43,07	31,07	1,19	103,5	0,07	9,11	0,11	1,9
250	9,30	7,27	11,92	132,4	52,6	38,84	1,34	115,8	0,12	1,13	0,14	2,37

### Технология приготовления:

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

### Требования к качеству:

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

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

*Цвет:* малиново-красный, жир на поверхности - оранжевый

*Вкус:* кисло-сладкий, умеренно соленый

*Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 30

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

Номер рецептуры: 132

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

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

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

Вход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	Fe	P	B <sub>1</sub>	C	A	E
200	12,6	25,6	11,9	125,5	23,7	20,72	0,86	89,5	0,08	6,25	0,01	0,12
250	15,3	28,9	14,87	156,8	29,7	25,9	1,32	161,4	0,1	7,82	0,02	0,12

### Технология приготовления

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

### Требования к качеству:

**Внешний вид:** в жидкой части рассольника огурцы без кожицы и семян, нарезаны ромбиками или соломкой, картофель – брусочками.

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

**Цвет:** желтый, овощей -натуральный.

*Вкус:* умеренно соленый, с умеренной кислотностью.  
*Запах:* огуречного рассола; приятный - овощной.

## Технологическая карта кулинарного блюда № 31

**Наименование изделия:** Бульон мясокостный

**Номер рецептуры:** 106

**Наименования сборника рецептур:** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

**Выход 200 г**

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

### Технология приготовления:

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

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

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

### Требования к качеству:

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

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

### Требования к качеству:

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

## 5.

**Мясные, рыбные блюда****Технологическая карта кулинарного блюда № 32****Наименование изделия: Жаркое по-домашнему****Номер рецептуры: 436****Наименования сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

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

**Химический состав данного блюда:**

Выход, г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Мg	Fe	P	В <sub>1</sub>	С	А	Е
80/150	7,33	12,3	14,91	284,6	13,12	17,4	1,64	223	0,08	5,38	0,18	0,64
100/200	9,78	14,1	19,88	326,2	17,5	35,2	2,19	278	0,11	7,7	0,22	0,88

**Технология приготовления:**

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

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

Отпускают вместе с бульоном и гарниром.

**Требования к качеству блюда:**

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

Консистенция: мяса – сочная, мягкая; овощей – мягкая.

Цвет: мяса – серый, свойственный овощам и соусу.

Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо.

Запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо.

## Технологическая карта кулинарного блюда № 33

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

Номер рецептуры: 489

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто , г	Брутто, г	Нетто, г
Куры	120	95	154	120
Картофель	64	40	77	54
Морковь	10	7	12	9
Лук репчатый	11	8	13	10
Капуста	16	11	20	15
Томатная паста	4	4	6	6
Масло растительное	3	3	4	4
Мука пшеничная	1	1	2	2
<b>ВЫХОД:</b>	<b>80/1 50</b>		<b>100/2 00</b>	

### Химический состав данного блюда

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Са	Мg	Fe	Р	В <sub>1</sub>	С	А	Е
80/150	6,81	12,36	17,1	272,01	24,44	20,5	1,21	2,831	0,09	9,69	0,04	0,038
100/200	9,08	14,56	20,3	296,5	32,59	22,03	1,068	3,015	0,01	12,35	0,007	0,051

### Технология приготовления:

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

Отпускают рагу вместе с бульоном и гарниром.

### Требования к качеству:

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

## Технологическая карта кулинарного блюда № 34

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

Номер рецептуры: 437

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина	89	64	108	80
Масло растительное	3	3	4	4
Лук репчатый	10	8	12	10
Томатная паста	6	6	8	8
Мука пшеничная	2	2	3	3
<b>ВЫХОД:</b>	<b>80</b>		<b>100</b>	

Химический состав данного блюда

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Мg	Fe	P	В1	С	А	Е
80	6,03	12,54	4,62	125	7,82	37,8	1,93	1,79	0,05	0,42	0,05	0,00
100	7,54	13,87	6,24	156,9	9,78	43,5	2,08	2,80	0,09	0,72	0,07	0,00

### Технология приготовления:

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

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

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.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 35

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

Номер рецептуры: № **413**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто , г	Брутто , г	Нетто , г
Сосиски или сардельки	81,6	80	102	100
<b>ВЫХОД:</b>	<b>80</b>		<b>100</b>	

### Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг					Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал/энерг. ценность	Ca	Mg	Fe	B <sub>1</sub>	P	C	A	E
80	5,23	6,48	11,5	139,21	12,44	10,00	0,93	0,07	143,00	0,99	0,00	0,00
100	6,54	8,11	12,4	174,02	15,55	10,00	1,41	0,09	159,00	1,24	0,00	0,00

### Технология приготовления:

Искусственную оболочку с сосисок предварительно снимают, затем кладут в кипящую подсоленную воду, доводят до кипения и варят при слабом кипении 3-5 минут. При отпуске гарнируют и поливают соусом .

Гарниры – каши рассыпчатые, каши вязкие, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром, капуста тушеная.

### Требования к качеству:

*Внешний вид:* свежeproгретые целые колбасные изделия

*Консистенция:* колбасные изделия упругие, плотные, сочные

*Цвет:* светло-розовый

*Вкус:* в меру соленый, мясной

*Запах:* колбасных изделий

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 36

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Тефтели мясные**

Номер рецептуры: 462

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

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

### Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал/энерг. ценность	Ca	Mg	Fe	P	B <sub>1</sub>	C	A	E
80 г.	8,8	13,06	9,66	191,33	12,6	15,03	0,41	189	0,02	0,36	0,09	1,53
100 г.	10,42	15,23	12,08	201,6	13,4	17,02	0,62	225	0,07	0,45	0,1	1,78

### Технология приготовления:

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

Отпускают с соусом, в котором тушились тефтели.

### Требования к качеству:

**Внешний вид:** тефтели в виде шариков без трещин, пропитаны соусом

**Консистенция:** сочная, в меру плотная

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

**Вкус:** в меру соленый, свойственный тушеному в соусе мясу

**Запах:** свойственный входящим в рецептуру продуктам

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 37

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

Номер рецептуры: 492

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

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

### Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	Fe	P	B <sub>1</sub>	C	A	E
150	14,5	13,86	25,09	285	71,2	43,2	1,24	64,7	0,18	0,28	0,08	1,69
200	17,8	18,48	33,46	380	80,9	56,8	1,82	69,3	0,2	0,52	0,1	2,34

### Технология приготовления:

Птицу рубят на куски, обжаривают с двух сторон до образования корочки, посыпают солью, кладут в посуду, добавляют пассированные, мелко нарезанные морковь и лук, томатную пасту, 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 изделия (блюда) № 38

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

Номер рецептуры: 374

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

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

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал	Ca	Mg	Fe	P	B <sub>1</sub>	C	A	E
80	11,48	4,02	4,63	103,35	64,5	3,6	0,68	210	0,12	3,24	0,21	2,76
100	14,35	5,03	6,02	146,2	76,2	3,54	0,85	263	0,15	4,05	0,28	3,86

### Технология приготовления:

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

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

### Требования к качеству:

**Внешний вид:** неоднородная масса с запахом рыбы и тушеных овощей

**Консистенция:** нежная, мягкая

**Цвет:** от светло-красного до темно-красного

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

*Запах:* продуктов, входящих в блюдо

## 6. Гарниры, каши рассыпчатые

### Технологическая карта кулинарного блюда № 39

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Рис отварной**

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.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Рис	53	53	71	71
Масло сливочное	8	8	10	10
Вода	112	112	150	150
<b>ВЫХОД:</b>	<b>150</b>		<b>200</b>	

### Химический состав данного блюда

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг			Р	Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Мg	Fe		В <sub>1</sub>	С	А	Е
150	2,38	5,6	1,24	162,3	5,13	24,7	0,33	150	0,01	0,00	0,02	0,089
200	4,76	7,85	2,35	224,6	6,84	36,04	0,66	300	0,03	0,00	0,05	0,116

### Технологический процесс:

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

### Органолептические показатели качества:

Внешний вид — рис не разварен, консистенция не слипшаяся.

Цвет — характерный для рецептурных компонентов.

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

## Технологическая карта кулинарного блюда № 40

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.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1			
	порция			
	Брутто, г	Нетто , г	Брутто, г	Нетто, г
Макаронные изделия	54	54	72	72
Масло сливочное	5	5	6	6
<b>ВЫХОД:</b>	<b>150</b>		<b>200</b>	

### Химический состав данного блюда

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.веществ а, мг				Витамины, мг			
	Белки г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Мg	Fe	P	В1	С	А	Е
150	5,35	0,55	25,6	157,40	5,00	13,00	0,81	1,16	0,50	0,00	0,02	0,06
200	7,14	0,74	25,6	209,90	2,00	27,00	1,04	1,89	0,70	0,00	0,04	1,03

### Технологический процесс

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

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

### Требования к качеству

Внешний вид — вермишель не разварена, консистенция не слипшаяся.

Цвет — характерный для рецептурных компонентов.

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

### Технологическая карта кулинарного блюда № 41

Наименование изделия: **Каша рассыпчатая гречневая**

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

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто , г	Брутто, г	Нетто, г
Гречка	71	71	95	95
Масло сливочное	6	6	8	8
Вода	105	105	140	140
<b>ВЫХОД:</b>	<b>150</b>		<b>200</b>	

#### Химический состав данного блюда

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Мg	Fe	P	В1	С	А	Е
150	3,23	5,22	34,74	223,2	21,2	14,2	0,86	14,5	0,18	1,2	0,01	0,54
200	4,41	6,96	46,32	245,1	22,5	16,6	1,02	19,8	0,24	1,7	0,04	0,82

#### ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

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

#### ТРЕБОВАНИЯ К КАЧЕСТВУ:

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

Не допускается запах и вкус подгоревшей каши.

## 7. Свежие плоды

### Технологическая карта кулинарного блюда № 42

**Наименование изделия:** Плоды свежие

**Номер рецептуры** 368

**Наименование сборника рецептур:** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2011. – 584 с.

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

Химический состав данного блюда на 100 г. (яблоко)

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	Fe	P	B <sub>1</sub>	C	A	E
100	0,4	0,4	10,3	44	16	9	0,3	11	0,03	10	0,00	0,00

Химический состав данного блюда на 100 г. (апельсин)

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	Fe	P	B <sub>1</sub>	C	A
100	0,9	0,2	8,1	38,76	34	13	0,3	35	0,04	25	0,00

#### **Технология приготовления**

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

Выход порции может быть изменен.

#### **Требования к качеству**

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

**Консистенция:** соответствует виду плодов или ягод

**Цвет:** соответствует виду плодов или ягод

**Вкус:** соответствует виду плодов или ягод

**Запах:** соответствует виду плодов или ягод

## Технологическая карта кулинарного блюда № 43

**Наименование изделия:** Томатный соус

**Номер рецептуры:** 587

**Наименования сборника рецептов:** : Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

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

### Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Fe	В1	В2	С
0,49	3,6	4,1	51,45	0,1	0,2	0,1	0,3	0,6

### Технология приготовления:

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

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

### Требования к качеству блюда:

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

Консистенция: вязкая, эластичная, нежная

Цвет: красный

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