

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 250 День №2

Наименование изделия: **БЕФСТРОГАНОВ**

Номер рецептуры: **250**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
ГОВЯДИНА Б/К	93,6	79	9,36	7,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	28,57	24	2,86	2,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,5	0,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,4
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	23	23	2,3	2,3
СОЛЬ	1	1	0,1	0,1
<b>Выход: 100</b>				

### *Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:*

Белки, г	8,50	С, мг	0,99	Са, мг	33,51
Жиры, г	6,49			Mg, мг	19,17
Углеводы, г	5,41			Fe, мг	2,03
Энергетическая ценность, ккал	114,05				

### *Технология приготовления:*

Нарезанное широкими кусками мясо отбивают до толщины 5-8 мм и нарезают брусочками длиной 3-4 см массой по 5-7 г. Полученные кусочки кладут ровным тонким слоем на сковороду с маслом, разогретым до температуры 150-180 °С, посыпают солью и жарят, непрерывно помешивая, в течение 3—4 мин. Из пассерованной без жира муки и сметаны приготавливают соус. В соус кладут слегка пассерованный или припущенный лук, заливают им обжаренное мясо и доводят до кипения. Отпускают бефстроганов вместе с соусом и гарниром.

### *Правила оформления, подачи блюд:*

Подают мясо вместе с соусом, рядом укладывают гарнир. Оптимальная температура подачи 65 °С.

### *Характеристика изделия по органолептическим показателям:*

Внешний вид: мясо, нарезанное тонкими брусочками длиной 3-4 см, массой 5-7 г, вместе с соусом уложено горкой на тарелку. Гарнир уложен сбоку.

Консистенция: мяса - мягкая, соуса - однородная, слегка вязкая.

Цвет: мяса - светло-коричневый, соуса - сероватый с матовым оттенком (от сметаны).

Вкус: жареного мяса, умеренно соленый.

Запах: мяса с ароматом сметаны, пассерованного лука.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 83 День №4

Наименование изделия: **БОРЩ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ**

Номер рецептуры: **83**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
СВЕКЛА				
с 01.01 по 31.08	54,67	41	5,47	4,1
с 01.09 по 31.12	51,25	41	5,13	4,1
КАРТОФЕЛЬ				
с 01.01 по 28.02	76,92	50	7,69	5
с 01.03 по 31.07	83,33	50	8,33	5
с 01.08 по 31.08	62,5	50	6,25	5
с 01.09 по 31.10	66,67	50	6,67	5
с 01.11 по 31.12	71,43	50	7,14	5
МОРКОВЬ				
с 01.01 по 31.08	13,33	10	1,33	1
с 01.09 по 31.12	12,5	10	1,25	1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	1,19	1
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	7,5	7,5	0,75	0,75
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,5	0,5
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0,001	0,001
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,5	0,5
<b>БУЛЬОН МЯСНОЙ (ТЕХНОЛОГИЯ)</b>		<b>175</b>		<b>17,5</b>
ГОВЯДИНА Б/К	69,5	58,6	6,95	5,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175	17,5	17,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,5	3	0,35	0,3
МОРКОВЬ	4	3	0,4	0,3
СОЛЬ	0,9	0,9	0,09	0,09
<b>Выход: 250</b>				

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	7,88	С, мг	7,21	Ca, мг	47,31
Жиры, г	6,95			Mg, мг	40,06
Углеводы, г	14,35			Fe, мг	2,46
Энергетическая ценность, ккал	151,47				

### Технология приготовления:

Картофель нарезают брусочками, закладывают в кипящий бульон или воду и варят 10-15 мин, затем кладут подготовленную вареную свеклу, пассерованные или припущенные овощи и томатное пюре, за 5-10 мин до готовности добавляют соль, сахар.

Свеклу для борща подготавливают двумя способами.

Первый способ: свеклу, нарезанную соломкой или ломтиками, тушат в толстостенной закрытой посуде с добавлением томатного пюре, масла и небольшого количества воды (15-20% к массе свеклы). Свекла при тушении быстрее доходит до готовности, если томатное пюре добавляют в нее за 10 мин до окончания тушения.

Второй способ: неочищенную свеклу варят целиком, после варки ее очищают от кожицы. Отварную свеклу нарезают соломкой или ломтиками, кладут в борщ одновременно с пассерованными овощами и томатным пюре. Приготовление борща со свеклой, подготовленной по второму способу, проще; кроме того, окраска борща получается ярче и вкус нежнее. Этот способ рекомендуется для варки борща с картофелем.

Бульон мясной (технология)

Подготовленное мясо промывают и нарезают на 4-6 кусочков, заливают холодной водой и варят до готовности при слабом кипении. В процессе варки бульона удаляют пену.

Обработанные овощи нарезают мелкими кусочками и кладут в бульон за 30 минут до окончания варки.

За 10-15 минут до окончания варки добавляют поваренную соль.

Готовый бульон процеживают и используют для приготовления супов и соусов.

Отварное мясо подают к супам по 10-15 г на порцию

**Правила оформления, подачи блюд:**

Оптимальная температура подачи 75 °С.

**Характеристика изделия по органолептическим показателям:**

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

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

Цвет: малиново-красный, жир на поверхности - оранжевый

Вкус: кисло-сладкий, умеренно соленый

Запах: продуктов, входящих в блюдо



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 428    День №4

Наименование изделия: **БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ**

Номер рецептуры: **428**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	39	39	3,9	3,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,9	1,9	0,19	0,19
САХАР ПЕСОК	2,3	2,3	0,23	0,23
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,2	1,2	0,12	0,12
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2	0,02	0,02
ДРОЖЖИ	0,4	0,4	0,04	0,04
СОЛЬ	0,6	0,6	0,06	0,06
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20,1	20,1	2,01	2,01
<b>Выход: 50</b>				

### ***Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:***

Белки, г	4,34	С, мг	0,00	Ca, мг	9,70
Жиры, г	1,67			Mg, мг	6,37
Углеводы, г	38,90			Fe, мг	0,40
Энергетическая ценность, ккал	187,99				

### ***Технология приготовления:***

Из дрожжевого теста формируют шарики, кладут их швом вниз на смазанные жиром листы на расстоянии 10 мм один от другого и ставят в теплое место для расстойки на 40-50 мин. Выпекают в увлажненной камере 21-23 мин при температуре 170-200 °С.

#### ***Дрожжевое тесто***

В дежу вливают подогретую до температуры 35-40 °С воду (60-70% от общего количества жидкости), добавляют разведенные в воде и процеженные дрожжи, всыпают муку (35-60%) и перемешивают до получения однородной массы. Поверхность опары посыпают мукой, дежу накрывают крышкой и ставят в помещение с температурой 35-40 °С на 2,5-3 ч для брожения.

Когда опара увеличится в объеме в 2-2,5 раза и начнет опадать, к ней добавляют остальную жидкость с растворенными солью, сахаром, затем все перемешивают, всыпают оставшуюся муку и замешивают тесто. Перед окончанием замеса добавляют растопленное масло. Дежу закрывают крышкой и оставляют на 2-2,5 ч для брожения. За время брожения тесто обминают 2-3 раза.

### ***Правила оформления, подачи блюд:***

Подают на пирожковой тарелке.

### ***Характеристика изделия по органолептическим показателям:***

Внешний вид: форма - круглая, без притисков, с гладкой поверхностью

Консистенция: мякиш хорошо пропечен, пористый

Цвет: от золотистого до светло-коричневого

Вкус: свойственный свежеспецированному изделию из дрожжевого теста

Запах: приятный, свойственный свежеспецированному изделию из дрожжевого теста

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 3 День №2

Наименование изделия: **БУТЕРБРОД С СЫРОМ**

Номер рецептуры: **3**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
СЫР ТВЕРДЫЙ	15,46	15	1,55	1,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,5	0,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	3	3
<b>Выход: 50</b>				

### ***Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:***

Белки, г	4,70	С, мг	0,11	Са, мг	138,30
Жиры, г	8,40			Mg, мг	9,15
Углеводы, г	11,46			Fe, мг	0,46
Энергетическая ценность, ккал	140,24				

### ***Технология приготовления:***

Ломтик хлеба намазывают маслом, а сверху кладут кусочек сыра.

### ***Правила оформления, подачи блюд:***

Подают на пирожковой тарелке. Оптимальная температура подачи 14° С.

### ***Характеристика изделия по органолептическим показателям:***

Внешний вид: ровные ломтики хлеба, намазанные маслом, сверху - сыр прямоугольной или треугольной формы

Консистенция: мягкая

Цвет: сыра и хлеба

Вкус: сыра и хлеба

Запах: свойственный свежим продуктам

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 67 День №5

Наименование изделия: **ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ**

Номер рецептуры: **67**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
КАРТОФЕЛЬ				
с 01.01 по 28.02	33,38	21,7	3,34	2,17
с 01.03 по 31.07	36,17	21,7	3,62	2,17
с 01.08 по 31.08	27,13	21,7	2,71	2,17
с 01.09 по 31.10	28,93	21,7	2,89	2,17
с 01.11 по 31.12	31	21,7	3,1	2,17
СВЕКЛА				
с 01.01 по 31.08	20	15	2	1,5
с 01.09 по 31.12	18,75	15	1,88	1,5
МОРКОВЬ				
с 01.01 по 31.08	13,33	10	1,33	1
с 01.09 по 31.12	12,5	10	1,25	1
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	15	15	1,5	1,5
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	15	15	1,5	1,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,85	15	1,79	1,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	10	10	1	1
<b>Выход: 100</b>				

### ***Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:***

Белки, г	1,37	С, мг	9,29	Са, мг	26,84
Жиры, г	10,18			Mg, мг	17,48
Углеводы, г	7,32			Fe, мг	0,81
Энергетическая ценность, ккал	127,17				

### ***Технология приготовления:***

Вареные, очищенные картофель, свеклу, морковь, соленые огурцы нарезают ломтиками, капусту квашеную перебирают, отжимают и шинкуют. Зеленый или репчатый лук мелко нарезают.

Нарезанную свеклу заправляют частью растительного масла, предусмотренного по рецептуре, затем все овощи соединяют, заправляют оставшейся частью растительного масла и перемешивают.

Огурцы соленые можно заменить капустой квашеной и наоборот.

### ***Правила оформления, подачи блюд:***

Температура подачи 14 °С.

### ***Характеристика изделия по органолептическим показателям:***

Внешний вид: картофель, свекла, морковь, огурцы нарезаны ломтиками, рубленая квашеная капуста отжата от рассола, зеленый или репчатый лук мелко нарезан, винегрет полит растительным маслом.

Консистенция: капусты, огурцов - хрустящая; картофеля, свеклы, моркови - мягкая.

Цвет: натуральный, свойственный овощам, входящим в состав винегрета.

Вкус: острый, соответствующих овощей, умеренно соленый.

Запах: овощей, растительного масла.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 259 День №8

Наименование изделия: **ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ**

Номер рецептуры: **259**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
ГОВЯДИНА Б/К	141	118,5	14,1	11,85
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0,6	0,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	18	15	1,8	1,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,8	4,8	0,48	0,48
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,5	4,5	0,45	0,45
СОЛЬ	0,8	0,8	0,08	0,08
<b>СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ</b>		<b>100</b>		<b>10</b>
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	11	11
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0,6	0,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6	0,6	0,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,4	2	0,24	0,2
СОЛЬ	1,1	1,1	0,11	0,11
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,03	0,03	0,003	0,003
ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ	0,1	0,1	0,01	0,01
<b>Выход: 100/100</b>				

### *Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:*

Белки, г	8,89	С, мг	1,50	Са, мг	21,00
Жиры, г	9,85			Mg, мг	30,00
Углеводы, г	4,65			Fe, мг	2,00
Энергетическая ценность, ккал	142,81				

### *Технология приготовления:*

Нарезанное кубиками по 20-30 г и обжаренное мясо заливают бульоном или водой и тушат с добавлением пассерованной томатной пасты 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.

Соус белый основной

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

Пшеничную муку просеивают, высыпают в разогретое масло растительное и пассеруют при непрерывном помешивании, не допуская пригорания. Правильно пассерованная мука должна иметь слегка кремовый цвет. В пассерованную муку, охлажденную до 60-70° С, вливают четвертую часть горячей воды и вымешивают до образования однородной массы, затем постепенно добавляют оставшуюся воду. После этого в соус кладут нарезанные лук и варят 25-30 мин. В конце варки добавляют соль, перец черный, лавровый лист.

Затем соус процеживают, протирая разварившиеся овощи, и доводят до кипения.

### *Правила оформления, подачи блюд:*

Подают мясо вместе с соусом, рядом укладывают гарнир. Оптимальная температура подачи 65 °С.

### *Характеристика изделия по органолептическим показателям:*

- Внешний вид — на тарелке уложено мясо, нарезанное кубиками, с соусом, рядом — гарнир;
- цвет — мяса — светло-коричневый;
- вкус, запах — характерный для тушеного мяса с жареным луком и специями, слегка острый;
- консистенция мяса — мягкая, сочная; соуса — однородная, слегка вязкая.



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 259 День № 6

Наименование изделия: **ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ**

Номер рецептуры: **259**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
ГОВЯДИНА Б/К	149,8	126,4	14,98	12,64
КАРТОФЕЛЬ				
с 01.01 по 28.02	246,15	160	24,62	16
с 01.03 по 31.07	266,67	160	26,67	16
с 01.08 по 31.08	200	160	20	16
с 01.09 по 31.10	213,33	160	21,33	16
с 01.11 по 31.12	228,57	160	22,86	16
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	19	16	1,9	1,6
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	9,6	9,6	0,96	0,96
СОЛЬ	1,8	1,8	0,18	0,18
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,6	4,6	0,46	0,46
<b>Выход: 280</b>				

### ***Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:***

Белки, г	11,45	С, мг	14,44	Ca, мг	136,22
Жиры, г	11,70			Mg, мг	61,73
Углеводы, г	28,67			Fe, мг	2,53
Энергетическая ценность, ккал	265,78				

### ***Технология приготовления:***

Мясо нарезают по два куска на порцию, картофель и лук - дольками. Мясо и овощи обжаривают по отдельности. Обжаренное мясо и овощи кладут в посуду слоями, чтобы снизу и сверху мяса были овощи, добавляют томатное пюре, соль и бульон (продукты должны быть только покрыты жидкостью) закрывают крышкой и тушат до готовности. Отпускают жаркое вместе с бульоном и гарниром. Блюдо можно готовить без томатного пюре.

### ***Правила оформления, подачи блюд:***

Оптимальная температура подачи 65 °С.

### ***Характеристика изделия по органолептическим показателям:***

Внешний вид: мясо нарезано поперек волокон, уложено на тарелку вместе с овощами. Овощи сохранили форму нарезки.

Консистенция: мяса и овощей - нежная, мягкая, сочная.

Цвет: мяса - коричневый, овощей - темно-красный.

Вкус: без постороннего привкуса, умеренно соленый.

Запах: мяса в сочетании с ароматом овощей.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 382 День №2

Наименование изделия: **КАКАО С МОЛОКОМ**

Номер рецептуры: **382**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
КАКАО-ПОРОШОК	3,5	3,5	0,35	0,35
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	10	10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	11	11
САХАР ПЕСОК	12	12	1,2	1,2
<b>Выход: 200</b>				

### ***Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:***

Белки, г	3,63	С, мг	0,52	Са, мг	110,71
Жиры, г	2,94			Mg, мг	25,58
Углеводы, г	16,63			Fe, мг	0,77
Энергетическая ценность, ккал	108,64				

### ***Технология приготовления:***

Какао кладут в посуду, смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка (100 мл) и растирают до однородной массы, затем вливают при постоянном помешивании кипяченое горячее молоко, остальной кипятком и доводят до кипения.

### ***Правила оформления, подачи блюд:***

Оптимальная температура подачи 65 °С.

### ***Характеристика изделия по органолептическим показателям:***

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

Консистенция: жидкая

Цвет: светло-шоколадный

Вкус: сладкий, с привкусом какао и молока

Запах: свойственный какао

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 128    День №2

Наименование изделия: **КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ**

Номер рецептуры: **128**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
КАРТОФЕЛЬ				
с 01.01 по 28.02	243,69	158,4	24,37	15,84
с 01.03 по 31.07	264	158,4	26,4	15,84
с 01.08 по 31.08	198	158,4	19,8	15,84
с 01.09 по 31.10	211,2	158,4	21,12	15,84
с 01.11 по 31.12	226,29	158,4	22,63	15,84
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	27	27	2,7	2,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,4	3,4	0,34	0,34
СОЛЬ	1,3	1,3	0,13	0,13
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	126	126	12,6	12,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,5	0,5
<b>Выход: 185</b>				

### ***Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:***

Белки, г	3,19	С, мг	12,81	Са, мг	52,06
Жиры, г	7,01			Mg, мг	37,20
Углеводы, г	26,38			Fe, мг	1,50
Энергетическая ценность, ккал	181,37				

### ***Технология приготовления:***

Очищенный картофель варят в воде с солью (0,6-0,7 л воды на 1 кг картофеля, уровень воды должен быть на 1-1,5 см выше уровня овощей, соль используют из расчета 10 г на 1 л воды) до готовности, воду сливают, картофель подсушивают. Вареный горячий картофель протирают через протирочную машину. Температура протираемого картофеля должна быть не ниже 80 °С, иначе картофельное пюре будет тягучим, что резко ухудшает его вкус и внешний вид. В горячий протертый картофель, непрерывно помешивая, добавляют в два-три приема горячее кипяченое молоко и растопленное масло. Смесь взбивают до получения пышной однородной массы. Пюре порционируют, на поверхность наносят узор, поливают растопленным сливочным маслом.

### ***Правила оформления, подачи блюд:***

Оптимальная температура подачи 65° С.

### ***Характеристика изделия по органолептическим показателям:***

Внешний вид: протертая картофельная масса, аккуратно уложенная, подравненная, с нанесенным узором, полита маслом

Консистенция: густая, пышная, однородная.

Цвет: от светло-кремового до кремового или белый.

Вкус: картофельного пюре, умеренно соленый, нежный, с выраженным привкусом кипяченого молока и сливочного масла

Запах: свежеприготовленного картофельного пюре с ароматом кипяченого молока и сливочного масла

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 190 День № 8

Наименование изделия: **КАША "ДРУЖБА"**

Номер рецептуры: **190**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
КРУПА РИСОВАЯ	10	10	1	1
ПШЕНО	10	10	1	1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24	24	2,4	2,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	15	15
САХАР ПЕСОК	6	6	0,6	0,6
СОЛЬ	0,5	0,5	0,05	0,05
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,5	0,5
<b>Выход: 200</b>				

### ***Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:***

Белки, г	10,70	С, мг	2,00	Са, мг	182,03
Жиры, г	11,00			Mg, мг	34,01
Углеводы, г	35,10			Fe, мг	0,00
Энергетическая ценность, ккал	245,00				

### ***Технология приготовления:***

Крупу перебирают, промывают сначала теплой, затем горячей водой. В кипящую воду закладывают подготовленную пшеничную крупу и варят 10-15 мин, помешивая. Затем всыпают подготовленную рисовую крупу и варят 5-10 мин, потом добавляют горячее молоко, соль, сахар и варят, периодически помешивая, до готовности.

### ***Правила оформления, подачи блюд:***

В готовую кашу добавляют прокипяченное сливочное масло и все тщательно перемешивают. Оптимальная температура блюда 65° С.

### ***Характеристика изделия по органолептическим показателям:***

- Внешний вид — зерна полностью разварены;
- цвет — свойственный набору круп, без признаков подгорелой каши;
- вкус — свойственный набору круп, без признаков подгорелой каши;
- запах — свойственный набору круп, без признаков подгорелой каши;
- консистенция — нежная.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 323 День №1

Наименование изделия: КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ

Номер рецептуры: 323

Наименование сборника рецептур: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	82,8	82,8	8,28	8,28
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	138	138	13,8	13,8
СОЛЬ	1,8	1,8	0,18	0,18
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6	0,6	0,6
<b>Выход: 180</b>				

### *Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:*

Белки, г	4,32	С, мг	0,00	Са, мг	13,20
Жиры, г	5,52			Mg, мг	31,20
Углеводы, г	42,24			Fe, мг	0,72
Энергетическая ценность, ккал	235,92				

### *Технология приготовления:*

Крупы перебирают и промывают в теплой, а затем в горячей воде. Гречневую крупу промывают теплой водой 2-3 раза. Подготовленную крупу всыпают в подсоленную кипящую воду. При этом всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения, помешивая. Затем добавляют часть масла (50%), выравнивают поверхность, закрывают крышкой и распаривают кашу до готовности — около 1 ч.

### *Правила оформления, подачи блюд:*

Гарнир укладывают на подогретую тарелку горкой, поливают оставшимся растопленным и доведенным до кипения сливочным маслом. Оптимальная температура подачи 65° С.

### *Характеристика изделия по органолептическим показателям:*

- Внешний вид — зерна крупы полностью набухшие, сохранившие форму, легко отделяющиеся друг от друга, каша полита маслом;
- цвет гречневой каши — коричневый;
- вкус, запах — характерный для вареной крупы с привкусом и ароматом сливочного масла;
- консистенция — рассыпчатая, зерна мягкие.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 184 День №3

Наименование изделия: **КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ**

Номер рецептуры: **184**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	50,7	50,7	5,07	5,07
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64	64	6,4	6,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	96	96	9,6	9,6
СОЛЬ	1,1	1,1	0,11	0,11
САХАР ПЕСОК	2	2	0,2	0,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,5	0,5
<b>Выход: 200</b>				

### ***Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:***

Белки, г	10,54	С, мг	1,33	Са, мг	140,06
Жиры, г	6,20			Mg, мг	44,02
Углеводы, г	31,35			Fe, мг	2,67
Энергетическая ценность, ккал	207,40				

### ***Технология приготовления:***

Крупу варят 20-30 мин в кипящей воде, после чего лишнюю воду сливают, добавляют горячее молоко и варят кашу до готовности.

### ***Правила оформления, подачи блюд:***

Отпускают в горячем виде с растопленным и прокипяченным маслом сливочным.  
Оптимальная температура блюда 65° С.

### ***Характеристика изделия по органолептическим показателям:***

- Внешний вид — зерна крупы набухшие, полностью разварены. Каша заправлена сливочным маслом;
- цвет — свойственный виду крупы;
- вкус — умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла;
- запах — свойственный виду крупы и молока;
- консистенция — однородная, вязкая, зерна мягкие.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 184 День №7

Наименование изделия: **КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"**

Номер рецептуры: **184**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	33	33	3,3	3,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	49	49	4,9	4,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	74	74	7,4	7,4
СОЛЬ	0,8	0,8	0,08	0,08
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,15	0,15
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,5	0,5
<b>Выход: 155</b>				

### *Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:*

Белки, г	10,20	С, мг	1,00	Ca, мг	109,05
Жиры, г	10,90			Mg, мг	53,02
Углеводы, г	25,71			Fe, мг	2,00
Энергетическая ценность, ккал	188,78				

### *Технология приготовления:*

Хлопья овсяные «Геркулес» засыпают в кипящее молоко с водой и варят до готовности.

### *Правила оформления, подачи блюд:*

Отпускают в горячем виде с растопленным и прокипяченным маслом сливочным. Оптимальная температура блюда 65° С.

### *Характеристика изделия по органолептическим показателям:*

- Внешний вид — зерна крупы набухшие, полностью разварены. Каша заправлена сливочным маслом;
- цвет — свойственный виду крупы;
- вкус — умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла;
- запах — свойственный виду крупы и молока;
- консистенция — однородная, вязкая, зерна мягкие.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 184    День №2

Наименование изделия: **КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ**

Номер рецептуры: **184**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
КРУПА РИСОВАЯ	44	44	4,4	4,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	65,3	65,3	6,53	6,53
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	98,7	98,7	9,87	9,87
СОЛЬ	1,1	1,1	0,11	0,11
САХАР ПЕСОК	2	2	0,2	0,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,5	0,5
<b>Выход: 200</b>				

### *Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:*

Белки, г	5,70	С, мг	1,33	Ca, мг	126,71
Жиры, г	6,10			Mg, мг	36,01
Углеводы, г	29,70			Fe, мг	1,33
Энергетическая ценность, ккал	196,50				

### *Технология приготовления:*

Крупу варят 20-30 мин в кипящей воде, после чего лишнюю воду сливают, добавляют горячее молоко и варят кашу до готовности.

### *Правила оформления, подачи блюд:*

Отпускают в горячем виде с растопленным и прокипяченным маслом сливочным.  
Оптимальная температура блюда 65° С.

### *Характеристика изделия по органолептическим показателям:*

- Внешний вид — зерна крупы набухшие, полностью разварены. Каша заправлена сливочным маслом;
- цвет — свойственный виду крупы;
- вкус — умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла;
- запах — свойственный виду крупы и молока;
- консистенция — однородная, вязкая, зерна мягкие.



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 350 День №2

Наименование изделия: **КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД**

Номер рецептуры: **350**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
ЯГОДА СВЕЖЕМОРОЖЕННАЯ	20,41	20	2,04	2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	186	186	18,6	18,6
САХАР ПЕСОК	15	15	1,5	1,5
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	9	9	0,9	0,9
<b>Выход: 200</b>				

### ***Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:***

Белки, г	0,11	С, мг	1,20	Са, мг	13,56
Жиры, г	0,04			Mg, мг	4,45
Углеводы, г	22,07			Fe, мг	0,11
Энергетическая ценность, ккал	90,80				

### ***Технология приготовления:***

Клюкву, или бруснику, или чернику, или смородину, или вишню перебирают, удаляют плодоножки и моют; у вишни удаляют косточки. Плоды и ягоды протирают. Сок отжимают и процеживают. Мезгу заливают горячей водой (на 1 часть мезги 5-6 частей воды), проваривают при слабом кипении 10-15 мин, и процеживают. В полученный отвар добавляют сахар, доводят до кипения и при помешивании сразу вливают подготовленный крахмал, вновь доводят до кипения и добавляют отжатый сок. Крахмал предварительно разводят охлажденным отваром (на 1 часть крахмала 5 частей отвара) и процеживают.

### ***Правила оформления, подачи блюд:***

Оптимальная температура подачи 14° С.

### ***Характеристика изделия по органолептическим показателям:***

Внешний вид: кисель прозрачный, без пленки на поверхности.  
 Консистенция: однородная, средней густоты, слегка желеобразная  
 Цвет: соответствует виду ягод  
 Вкус: натурального ягодного сока, кисло-сладкий  
 Запах: свежих ягод

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 349 День №5

Наименование изделия: **КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ**

Номер рецептуры: **349**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	2	2
САХАР ПЕСОК	15	15	1,5	1,5
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,02	0,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	20	20
<b>Выход: 200</b>				

### **Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:**

Белки, г	0,00	С, мг	0,00	Са, мг	8,37
Жиры, г	0,00			Mg, мг	1,80
Углеводы, г	14,52			Fe, мг	0,00
Энергетическая ценность, ккал	58,05				

### **Технология приготовления:**

Подготовленные сухофрукты (смесью или отдельно) заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, добавляют лимонную кислоту и варят до готовности.

Компот из сухофруктов готовят накануне, для того чтобы он настоялся.

Компот отпускают охлажденными до температуры 12-15 °С по 150-200 г на порцию.

### **Правила оформления, подачи блюд:**

Оптимальная температура подачи 14° С.

### **Характеристика изделия по органолептическим показателям:**

Внешний вид: сухофрукты сохранили форму, жидкая часть прозрачная.

Консистенция: компота - жидкая, плодов - мягкая.

Цвет: коричневый.

Вкус: сладкий, с хорошо выраженным привкусом сухофруктов.

Запах: сухофруктов.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 203 День №4

Наименование изделия: **МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ**

Номер рецептуры: **203**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ</b>		<b>170</b>		<b>17</b>
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	59,5	59,5	5,95	5,95
СОЛЬ	1	1	0,1	0,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	357	357	35,7	35,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,5	0,5
<b>Выход: 175</b>				

### ***Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:***

Белки, г	4,38	С, мг	0,00	Са, мг	28,46
Жиры, г	4,76			Mg, мг	11,98
Углеводы, г	26,73			Fe, мг	1,11
Энергетическая ценность, ккал	167,01				

### ***Технология приготовления:***

Макаронные изделия (макароны, лапшу, вермишель и др.) варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 30 г соли). Макароны варят 20-30 мин, лапшу - 20-25 мин, вермишель - 10-12 мин. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывая воду, в результате чего масса их увеличивается примерно в 3 раза (в зависимости от сорта).

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

Блюда из макаронных изделий подают в горячем виде. Для приготовления запеченных блюд макаронные изделия можно варить, не откидывая, в небольшом количестве воды (на 1 кг макаронных изделий 2,2-3,0 л воды, 15 г соли).

### ***Правила оформления, подачи блюд:***

Оптимальная температура подачи 65° С.

### ***Характеристика изделия по органолептическим показателям:***

Внешний вид: макароны уложены горкой, сохраняют форму, легко отделяются друг от друга

Консистенция: мягкая, упругая, в меру плотная

Цвет: белый с кремовым оттенком

Вкус: отварных макаронных изделий и сливочного масла, умеренно соленый

Запах: отварных макаронных изделий и сливочного масла

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 211    День № 9

Наименование изделия: **МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ**

Номер рецептуры: **211**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	57,6	57,6	5,76	5,76
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	344	344	34,4	34,4
СЫР ТВЕРДЫЙ	14,4	13	1,44	1,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,5	0,5
<b>Выход: 170</b>				

### ***Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:***

Белки, г	11,60	С, мг	0,00	Са, мг	120,35
Жиры, г	15,90			Mg, мг	11,77
Углеводы, г	32,70			Fe, мг	1,05
Энергетическая ценность, ккал	264,70				

### ***Технология приготовления:***

Макаронные изделия (макаронны, лапшу, вермишель и др.) варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 30 г соли). Макароны варят 20-30 мин, лапшу - 20-25 мин, вермишель - 10-12 мин. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывая воду, в результате чего масса их увеличивается примерно в 3 раза (в зависимости от сорта).

Отварные макароны, заправленные сливочным маслом, кладут на порционную сковороду или противень, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом сливочным и запекают при температуре 250-280° С до образования поджаристой корочки на поверхности изделия.

При отпуске поливают растопленным, доведенным до кипения, маслом сливочным.

Запеченные макароны, приготовленные в противне, нарезают на порции.

### ***Правила оформления, подачи блюд:***

Порцию запеченных макарон кладут на тарелку. Готовое изделие поливают растопленным и прокипяченным маслом сливочным. Оптимальная температура подачи 65° С.

### ***Характеристика изделия по органолептическим показателям:***

- Внешний вид — поверхность изделия покрыта поджаристой корочкой, макароны сохранили форму, политы растопленным, доведенным до кипения сливочным маслом;
- цвет корочки — от золотисто-желтого до светло-коричневого; макарон — светло-кремовый с сероватым оттенком;
- вкус — вареных макарон и сыра;
- запах — сыра с ароматом и привкусом сливочного масла;
- консистенция корочки — слегка хрустящая, макарон — мягкая, упругая.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 388 День №4

Наименование изделия: **НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА**

Номер рецептуры: **388**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
ШИПОВНИК СУХОЙ	20	20	2	2
САХАР ПЕСОК	15	15	1,5	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	20	20
<b>Выход: 200</b>				

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	0,66	С, мг	48,00	Са, мг	19,17
Жиры, г	0,27			Mg, мг	4,86
Углеводы, г	23,89			Fe, мг	0,56
Энергетическая ценность, ккал	113,15				

### Технология приготовления:

Плоды шиповника промывают холодной водой, кладут в посуду из неокисляющегося материала, заливают кипятком и кипятят при закрытой крышке и слабом кипении 10 мин. Добавляют сахар. Затем оставляют для настаивания на 2-4 часа. После этого отвар процеживают и охлаждают.

### Правила оформления, подачи блюд:

Напиток подают в стакане. Температура подачи должна быть не выше 14° С и не ниже 7° С.

### Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: напиток налит в стакан

Консистенция: жидкая

Цвет: темно-красный

Вкус: кисло-сладкий, с привкусом плодов шиповника

Запах: шиповника

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 401 День №6

Наименование изделия: **ОЛАДЬИ С ДЖЕМОМ**

Номер рецептуры: **401**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0,25	0,25
ДЖЕМ	30	30	3	3
<b>ТЕСТО ДЛЯ ОЛАДИЙ</b>		<b>195,6</b>		<b>19,56</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	93,3	93,3	9,33	9,33
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,2	15 шт.	13,478
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	93,3	93,3	9,33	9,33
ДРОЖЖИ	2,8	2,8	0,28	0,28
САХАР ПЕСОК	3,3	3,3	0,33	0,33
СОЛЬ	1,8	1,8	0,18	0,18
<b>Выход: 170/30</b>				

### ***Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:***

Белки, г	10,18	С, мг	5,33	Са, мг	35,36
Жиры, г	11,72			Mg, мг	20,91
Углеводы, г	46,25			Fe, мг	1,29
Энергетическая ценность, ккал	295,20				

### ***Технология приготовления:***

Оладьи выпекают на разогретых (чугунных) сковородах, толстостенных противнях или электросковородах. Толщина готовых оладий должна быть не менее 5-6 мм. Отпускают готовые оладьи с джемом.

#### ***Тесто для оладий***

В небольшом количестве воды растворяют соль, сахар, добавляют предварительно разведенные дрожжи, смесь процеживают, соединяют с остальной водой, подогретой до температуры 35-40° С, добавляют просеянную муку, яйца и перемешивают до образования однородной массы, затем вводят растопленное масло и снова перемешивают до образования однородной массы. Замешанное тесто оставляют в теплом месте (30-40° С) на 3-4 ч. В процессе брожения тесто перемешивают (обминают).

### ***Правила оформления, подачи блюд:***

Оптимальная температура подачи 65° С.

### ***Характеристика изделия по органолептическим показателям:***

Внешний вид: две-три штуки оладий на порцию, равномерно обжаренные.

Консистенция: мягкая, упругая.

Цвет: золотистый.

Вкус: свойственный изделиям из дрожжевого теста.

Запах: жареных оладий.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 210 День №4

Наименование изделия: **ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ**

Номер рецептуры: **210**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	3 шт.	120,8	300 шт.	12,08
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	45	45	4,5	4,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,4	0,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,5	0,5
СОЛЬ	0,8	0,8	0,08	0,08
<b>Выход: 155</b>				

### ***Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:***

Белки, г	14,20	С, мг	0,24	Ca, мг	109,27
Жиры, г	17,80			Mg, мг	18,25
Углеводы, г	8,00			Fe, мг	2,80
Энергетическая ценность, ккал	227,00				

### ***Технология приготовления:***

К обработанным яйцам или меланжу добавляют молоко и соль. Смесь тщательно размешивают, выливают на смазанный маслом противень и запекают в жарочном шкафу, высотой 2,5-3 см, полностью прожаривая. Отпускают с прокипяченным сливочным маслом.

### ***Правила оформления, подачи блюд:***

Оптимальная температура подачи 65 °С.

### ***Характеристика изделия по органолептическим показателям:***

Внешний вид: поверхность омлета зарумянена, но без подгорелых мест.

Консистенция: однородная, сочная.

Цвет: золотисто-желтоватый.

Вкус: свежих жареных яиц, молока, сливочного масла.

Запах: свежих жареных яиц, сливочного масла.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 265 День №3

Наименование изделия: **ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ**

Номер рецептуры: **265**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
ГОВЯДИНА Б/К	174,7	147,5	17,47	14,75
КРУПА РИСОВАЯ	64,1	63,5	6,41	6,35
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,3	5,3	0,53	0,53
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,1	9,3	1,11	0,93
МОРКОВЬ				
с 01.01 по 31.08	19,87	14,9	1,99	1,49
с 01.09 по 31.12	18,63	14,9	1,86	1,49
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	14,9	14,9	1,49	1,49
СОЛЬ	1,6	1,6	0,16	0,16
<b>Выход: 280</b>				

### ***Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:***

Белки, г	11,77	С, мг	2,22	Са, мг	33,27
Жиры, г	11,70			Mg, мг	67,29
Углеводы, г	29,03			Fe, мг	2,30
Энергетическая ценность, ккал	268,50				

### ***Технология приготовления:***

Нарезанное кусочками по 20-30 г мясо посыпают солью, обжаривают, добавляют слегка пассерованные или припущенные с томатным пюре морковь и лук. Мясо и овощи заливают водой (80 г), доводят до кипения, всыпают перебранный и промытый рис и варят до полуготовности. Когда рис впитает всю жидкость, посуду закрывают крышкой, помещают на противень с водой и ставят в жарочный шкаф на 25—40 мин. Отпускают, равномерно распределяя мясо вместе с рисом и овощами. Плов можно готовить без томатного пюре.

### ***Правила оформления, подачи блюд:***

Оптимальная температура подачи 65 °С.

### ***Характеристика изделия по органолептическим показателям:***

Внешний вид: мясо нарезано кубиками (20-30 г), кусочки мяса целые, рис рассыпчатый.

Консистенция: мяса - мягкая, нежная, риса - мягкая.

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

Вкус: тушеного мяса, риса и пассерованных овощей, умеренно соленый.

Запах: мяса с ароматом риса и овощей.



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 96 День №9

Наименование изделия: **РАССОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ**

Номер рецептуры: **96**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
КАРТОФЕЛЬ				
с 01.01 по 28.02	115,38	75	11,54	7,5
с 01.03 по 31.07	125	75	12,5	7,5
с 01.08 по 31.08	93,75	75	9,38	7,5
с 01.09 по 31.10	100	75	10	7,5
с 01.11 по 31.12	107,14	75	10,71	7,5
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	5,05	5	0,51	0,5
МОРКОВЬ				
с 01.01 по 31.08	13,33	10	1,33	1
с 01.09 по 31.12	12,5	10	1,25	1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,95	5	0,6	0,5
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	15	15	1,5	1,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,5	0,5
<b>БУЛЬОН МЯСНОЙ (ТЕХНОЛОГИЯ)</b>		<b>187,5</b>		<b>18,75</b>
ГОВЯДИНА Б/К	73,8	62,2	7,38	6,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	186	186	18,6	18,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,8	3,2	0,38	0,32
МОРКОВЬ	4,3	3,2	0,43	0,32
СОЛЬ	0,9	0,9	0,09	0,09
<b>Выход: 250</b>				

### ***Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:***

Белки, г	6,61	С, мг	6,89	Са, мг	35,27
Жиры, г	6,97			Mg, мг	37,66
Углеводы, г	16,89			Fe, мг	2,43
Энергетическая ценность, ккал	156,73				

### ***Технология приготовления:***

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

Бульон мясной (технология)

Подготовленное мясо промывают и нарезают на 4-6 кусочков, заливают холодной водой и варят до готовности при слабом кипении. В процессе варки бульона удаляют пену.

Обработанные овощи нарезают мелкими кусочками и кладут в бульон за 30 минут до окончания варки.

За 10-15 минут до окончания варки добавляют поваренную соль.

Готовый бульон процеживают и используют для приготовления супов и соусов.

Отварное мясо подают к супам по 10-15 г на порцию.

### ***Правила оформления, подачи блюд:***

Оптимальная температура подачи 75° С.

### ***Характеристика изделия по органолептическим показателям:***

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

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

Цвет: жира на поверхности - желтый, овощей - натуральный

Вкус: умеренно соленый, с умеренной кислотностью

Запах: продуктов, входящих в рассольник

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 267 День №5

Наименование изделия: **РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ**

Номер рецептуры: **267**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
РЫБА ФИЛЕ	157,8	110,4	15,78	11,04
КАРТОФЕЛЬ				
с 01.01 по 28.02	143,54	93,3	14,35	9,33
с 01.03 по 31.07	155,5	93,3	15,55	9,33
с 01.08 по 31.08	116,63	93,3	11,66	9,33
с 01.09 по 31.10	124,4	93,3	12,44	9,33
с 01.11 по 31.12	133,29	93,3	13,33	9,33
КАБАЧКИ	31,1	23,3	3,11	2,33
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,8	12,4	1,48	1,24
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	64,2	51,3	6,42	5,13
МОРКОВЬ				
с 01.01 по 31.08	37,33	28	3,73	2,8
с 01.09 по 31.12	35	28	3,5	2,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,27 шт.	10,6	27 шт.	1,06
СОЛЬ	1,8	1,8	0,18	0,18
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,5	0,5
<b>Выход: 280</b>				

### ***Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:***

Белки, г	12,40	С, мг	19,56	Са, мг	81,10
Жиры, г	7,52			Mg, мг	71,05
Углеводы, г	21,00			Fe, мг	2,54
Энергетическая ценность, ккал	202,08				

### ***Технология приготовления:***

Филе рыбы нарезают на порционные куски толщиной 1,5—2 см. Подготовленные порционные куски кладут на противень или в гастроемкость, сверху - овощи, нарезанные короткой соломкой и перемешанные с яйцами, маслом растительным. Запекают в жарочном шкафу 15-20 мин при температуре 160-180 °С

### ***Правила оформления, подачи блюд:***

Оптимальная температура подачи 65° С.

### ***Характеристика изделия по органолептическим показателям:***

Внешний вид: овощи имеют слегка запеченную корочку, уложены горкой  
 Консистенция: овощей запеченных - упругая, рыбы - мягкая, сочная  
 Цвет: свойственный овощному набору, корочки - золотистый, рыбы - серый  
 Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо, умеренно соленый  
 Запах: продуктов, входящих в блюдо

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 47 День №6

Наименование изделия: **САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ**

Номер рецептуры: **47**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	86	86	8,6	8,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	1,19	1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,5	0,5
<b>Выход: 100</b>				

### ***Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:***

Белки, г	1,69	С, мг	26,80	Са, мг	44,38
Жиры, г	5,11			Mg, мг	15,16
Углеводы, г	3,40			Fe, мг	0,62
Энергетическая ценность, ккал	68,83				

### ***Технология приготовления:***

Квашеную капусту перебирают, крупные части измельчают, затем добавляют шинкованный репчатый или зеленый лук и заправляют растительным маслом.

### ***Правила оформления, подачи блюд:***

Оптимальная температура подачи 14° С.

### ***Характеристика изделия по органолептическим показателям:***

Внешний вид: салат уложен горкой. Поверхность блестит от растительного масла, лук зеленый мелко нашинкован, лук репчатый - полукольцами.

Консистенция: хрустящая, сочная.

Цвет: белый со слегка темноватым оттенком.

Вкус: квашеной капусты, приятно-кисловатый. Умеренно соленый.

Запах: свойственный квашеной капусте в смеси с растительным маслом.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 24 День №3

Наименование изделия: **САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ**

Номер рецептуры: **24**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	48,49	48	4,85	4,8
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	43,75	35	4,38	3,5
ПЕРЕЦ ЗЕЛЕНый СЛАДКИЙ	14,29	12	1,43	1,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6	0,6	0,6
<b>Выход: 100</b>				

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	0,97	С, мг	39,50	Са, мг	15,73
Жиры, г	6,14			Mg, мг	15,34
Углеводы, г	3,29			Fe, мг	0,89
Энергетическая ценность, ккал	73,48				

### Технология приготовления:

Подготовленные помидоры, перец и очищенные огурцы режут тонкими ломтиками. Помидоры, перец и огурцы укладывают вперемешку. Перед отпуском салат поливают растительным маслом.

### Правила оформления, подачи блюд:

Оптимальная температура подачи 14° С.

### Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: помидоры, перец и огурцы нарезаны тонкими ломтиками. Овощи уложены в салатник и заправлены растительным маслом.

Консистенция: помидоров, огурцов - упругая, сочная.

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

Вкус: свойственный овощам в сочетании с растительным маслом, умеренно соленый.

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

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 102 День №5

Наименование изделия: **СУП ГОРОХОВЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ С ГРЕНКАМИ**

Номер рецептуры: **102**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
КАРТОФЕЛЬ				
с 01.01 по 28.02	76,92	50	7,69	5
с 01.03 по 31.07	83,33	50	8,33	5
с 01.08 по 31.08	62,5	50	6,25	5
с 01.09 по 31.10	66,67	50	6,67	5
с 01.11 по 31.12	71,43	50	7,14	5
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	20	20	2	2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	1,19	1
МОРКОВЬ				
с 01.01 по 31.08	16,67	12,5	1,67	1,25
с 01.09 по 31.12	15,63	12,5	1,56	1,25
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,5	0,5
<b>БУЛЬОН МЯСНОЙ (ТЕХНОЛОГИЯ)</b>		<b>175</b>		<b>17,5</b>
ГОВЯДИНА Б/К	69,5	58,6	6,95	5,86
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175	17,5	17,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,5	3	0,35	0,3
МОРКОВЬ	4	3	0,4	0,3
СОЛЬ	0,9	0,9	0,09	0,09
<b>ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА</b>		<b>15</b>		<b>1,5</b>
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	28,5	24	2,85	2,4
<b>Выход: 250/15</b>				

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	7,03	С, мг	4,83	Са, мг	50,37
Жиры, г	6,60			Mg, мг	48,21
Углеводы, г	21,16			Fe, мг	2,57
Энергетическая ценность, ккал	172,16				

### Технология приготовления:

Картофель нарезают крупными кубиками, морковь и петрушку - мелкими кубиками, лук мелко рубят. Подготовленный горох кладут в бульон или воду, доводят до кипения, добавляют картофель, слегка пассерованные или припущенные морковь и лук и варят до готовности.

Бульон мясной (технология)

Подготовленное мясо промывают и нарезают на 4-6 кусочков, заливают холодной водой и варят до готовности при слабом кипении. В процессе варки бульона удаляют пену.

Обработанные овощи нарезают мелкими кусочками и кладут в бульон за 30 минут до окончания варки.

За 10-15 минут до окончания варки добавляют поваренную соль.

Готовый бульон процеживают и используют для приготовления супов и соусов.

Отварное мясо подают к супам по 10-15 г на порцию.

Гренки из пшеничного хлеба

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

### Правила оформления, подачи блюд:

Оптимальная температура подачи 75° С.

### Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: в жидкой части супа - картофель, нарезанный кубиками или дольками

Консистенция: картофель и бобовые - мягкие; горох лущеный - пюреобразный, соблюдается соотношение жидкой и плотной частей супа

Цвет: светло-желтый (горчичный) - супа горохового

Вкус: умеренно соленый, свойственный гороху

Запах: продуктов, входящих в суп

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 103 День №10

Наименование изделия: **СУП ОВОЩНОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ**

Номер рецептуры: **103**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	44	35	4,4	3,5
КАРТОФЕЛЬ				
с 01.01 по 28.02	83,08	54	8,31	5,4
с 01.03 по 31.07	90	54	9	5,4
с 01.08 по 31.08	67,5	54	6,75	5,4
с 01.09 по 31.10	72	54	7,2	5,4
с 01.11 по 31.12	77,14	54	7,71	5,4
МОРКОВЬ				
с 01.01 по 31.08	18,67	14	1,87	1,4
с 01.09 по 31.12	17,5	14	1,75	1,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	1,2	1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,5	0,5
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНСЕРВЫ	7	6	0,7	0,6
<b>БУЛЬОН МЯСНОЙ (ТЕХНОЛОГИЯ)</b>		<b>190</b>		<b>19</b>
ГОВЯДИНА Б/К	75,4	63,7	7,54	6,37
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	19	19
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,8	3,2	0,38	0,32
МОРКОВЬ	4,27	3,2	0,427	0,32
СОЛЬ	1	1	0,1	0,1
<b>Выход: 250</b>				

### **Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:**

Белки, г	6,50	С, мг	14,00	Са, мг	46,00
Жиры, г	5,30			Mg, мг	28,00
Углеводы, г	12,10			Fe, мг	1,30
Энергетическая ценность, ккал	122,10				

### **Технология приготовления:**

Капусту белокочанную нарезают соломкой, закладывают в кипящую воду, доводят до кипения, добавляют картофель, нарезанный брусочками, и варят. Морковь, нарезанную соломкой, и лук репчатый, нарезанный полукольцами, пассеруют. За 10-15 мин до окончания варки кладут горох, пассерованные овощи.

Бульон мясной (технология)

Подготовленное мясо промывают и нарезают на 4-6 кусочков, заливают холодной водой и варят до готовности при слабом кипении. В процессе варки бульона удаляют пену.

Обработанные овощи нарезают мелкими кусочками и кладут в бульон за 30 минут до окончания варки.

За 10-15 минут до окончания варки добавляют поваренную соль.

Готовый бульон процеживают и используют для приготовления супов и соусов.

Отварное мясо подают к супам по 10-15 г на порцию.

### **Правила оформления, подачи блюд:**

Оптимальная температура подачи 75° С.

### **Характеристика изделия по органолептическим показателям:**

- Внешний вид — на поверхности жидкой части блески масла. Форма нарезки картофеля и овощей соответствует технологии приготовления. Набор компонентов и их соотношение соответствуют рецептуре;
- цвет овощей — натуральный, жира на поверхности — желтый;
- вкус, запах — характерный для смеси используемых овощей, с ароматом и привкусом пассерованных корней, специй, умеренно соленый;
- консистенция капусты — хрустящая; картофеля, овощей, горошка — мягкие, не переварены; соотношение плотной и жидкой частей соответствует рецептуре.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 112 День №3

Наименование изделия: **СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ**

Номер рецептуры: **112**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	12,5	12,5	1,25	1,25
КАРТОФЕЛЬ				
с 01.01 по 28.02	76,92	50	7,69	5
с 01.03 по 31.07	83,33	50	8,33	5
с 01.08 по 31.08	62,5	50	6,25	5
с 01.09 по 31.10	66,67	50	6,67	5
с 01.11 по 31.12	71,43	50	7,14	5
МОРКОВЬ				
с 01.01 по 31.08	13,33	10	1,33	1
с 01.09 по 31.12	12,5	10	1,25	1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,91	10	1,19	1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0,25	0,25
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,5	2,5	0,25	0,25
<b>БУЛЬОН КУРИНЫЙ (ТЕХНОЛОГИЯ)</b>		<b>212,5</b>		<b>21,25</b>
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	102,3	71,8	10,23	7,18
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	214	214	21,4	21,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,3	3,6	0,43	0,36
МОРКОВЬ	4,8	3,6	0,48	0,36
СОЛЬ	1,1	1,1	0,11	0,11
<b>Выход: 250</b>				

### ***Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:***

Белки, г	6,41	С, мг	5,59	Са, мг	39,75
Жиры, г	5,59			Mg, мг	33,30
Углеводы, г	18,70			Fe, мг	2,06
Энергетическая ценность, ккал	150,75				

### ***Технология приготовления:***

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

В кипящий бульон или воду кладут макароны и варят 10-15 мин, затем добавляют картофель и пассерованные овощи и варят до готовности. Лапшу кладут в суп одновременно с картофелем, а вермишель и фигурные изделия - за 15-20 мин до готовности супа.

Бульон куриный (технология)

Для приготовления бульона используют птицу тушкой или мясо филе. Мясо перед варкой промывают.

Тушку курицы нарезают на 2 или 4 части. Филе нарезают на 4-6 кусочков. заливают холодной водой и варят до готовности при слабом кипении. В процессе варки бульона удаляют пену.

Обработанные овощи нарезают мелкими кусочками и кладут в бульон вместе с мясом птицы.

За 10-15 минут до окончания варки добавляют поваренную соль.

Готовый бульон процеживают и используют для приготовления супов и соусов.

Отварное мясо птицы отделяют от кожи и нарезают кусочками, подают к супам по 10-15 г на порцию.

### ***Правила оформления, подачи блюд:***

Оптимальная температура подачи 75° С.

### ***Характеристика изделия по органолептическим показателям:***

Внешний вид: овощи и макаронные изделия сохранили форму.

Консистенция: картофель и овощи - мягкие; макаронные изделия хорошо набухшие, мягкие.

Цвет: бульона - золотистый, жира на поверхности - светло-оранжевый.

Вкус: овощей, макаронных изделий, умеренно соленый.

Запах: овощей и макаронных изделий.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 104 День №1

Наименование изделия: **СУП С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ**

Номер рецептуры: **104**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
КАРТОФЕЛЬ				
с 01.01 по 28.02	153,85	100	15,39	10
с 01.03 по 31.07	166,67	100	16,67	10
с 01.08 по 31.08	125	100	12,5	10
с 01.09 по 31.10	133,33	100	13,33	10
с 01.11 по 31.12	142,86	100	14,29	10
МОРКОВЬ				
с 01.01 по 31.08	13,33	10	1,33	1
с 01.09 по 31.12	12,5	10	1,25	1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	1,19	1
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,5	2,5	0,25	0,25
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0,25	0,25
СОЛЬ	0,6	0,6	0,06	0,06
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	175	175	17,5	17,5
<b>ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ</b>		<b>35</b>		<b>3,5</b>
ГОВЯДИНА Б/К	47,3	39,9	4,73	3,99
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,2	3,5	0,42	0,35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,5	3,5	0,35	0,35
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,8	7 шт.	6,087
СОЛЬ	0,3	0,3	0,03	0,03
<b>Выход: 250</b>				

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	5,60
Жиры, г	6,36
Углеводы, г	17,87
Энергетическая ценность, ккал	151,12

С, мг	9,00
-------	------

Са, мг	32,46
Mg, мг	35,99
Fe, мг	2,12

### Технология приготовления:

В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, добавляют нарезанные кубиками слегка пассерованные или припущенные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют прогретое томатное пюре, соль. Фрикадельки припускают отдельно в небольшом количестве бульона или воды до готовности и кладут в суп при отпуске. Бульон после припускания фрикаделек добавляют в суп. Можно готовить суп без томатного пюре.

#### Фрикадельки мясные

Мясо пропускают через мясорубку 2-3 раза, соединяют с сырым мелко нарезанным луком, сырыми яйцами, водой, солью и хорошо размешивают. Сформованные шарики массой 8-10 г припускают в бульоне до готовности. Хранят фрикадельки до отпуска на мармите в бульоне.

### Правила оформления, подачи блюд:

Оптимальная температура подачи 75° С.

### Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: картофель и овощи нарезаны кубиками, сохранили форму нарезки (не разрезаны и не помяты). Фрикадельки одинакового размера.

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

Цвет: бульона - золотистый, жира на поверхности - светло-оранжевый.

Вкус: картофеля и овощей, умеренно соленый.

Запах: мясных продуктов, овощей.



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 219 День №1

Наименование изделия: **СЫРНИКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ**

Номер рецептуры: **219**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	150	150	15	15
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	21	21	2,1	2,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0 шт.	0	0 шт.	0
СОЛЬ	1,5	1,5	0,15	0,15
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,5	0,5
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	30	30	3	3
<b>Выход: 150/30</b>				

### *Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:*

Белки, г	15,49	С, мг	0,42	Са, мг	300,36
Жиры, г	14,79			Mg, мг	40,10
Углеводы, г	35,76			Fe, мг	0,76
Энергетическая ценность, ккал	315,11				

### *Технология приготовления:*

В протертый творог добавляют 2/3 муки, яйца, сахар, соль.

Массу хорошо перемешивают, придают ей форму батончика толщиной 5-6 см, нарезают поперек, ломтики панируют в муке, формируют в виде круглых биточков толщиной 1,5 см, обжаривают с обеих сторон, после чего ставят в жарочный шкаф на 5-7 мин.

Отпускают сырники с молоком сгущенным.

### *Правила оформления, подачи блюд:*

Оптимальная температура подачи 65° С.

### *Характеристика изделия по органолептическим показателям:*

Внешний вид: изделия правильной кругло-приплюснутой формы; поверхность без трещин, равномерно запечены; политы молоком сгущенным

Консистенция: мягкая, умеренно плотная, пышная

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

Вкус: сладкий, свойственный творогу, без излишней кислотности, умеренно соленый

Запах: продуктов, входящих в блюдо

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 280 День №4

Наименование изделия: **ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ**

Номер рецептуры: **280**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
ГОВЯДИНА Б/К	90	76	9	7,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16	1,6	1,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22	22	2,2	2,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8	0,95	0,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	10	10	1	1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,5	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40	40	4	4
СОЛЬ	0,8	0,8	0,08	0,08
<b>СОУС СМЕТАННЫЙ</b>		<b>50</b>		<b>5</b>
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,5	12,5	1,25	1,25
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,8	3,8	0,38	0,38
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5	3,75	3,75
СОЛЬ	0,4	0,4	0,04	0,04
<b>Выход: 100/50</b>				

### ***Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:***

Белки, г	6,63	С, мг	0,34	Са, мг	30,00
Жиры, г	7,80			Mg, мг	21,04
Углеводы, г	12,01			Fe, мг	2,47
Энергетическая ценность, ккал	144,76				

### ***Технология приготовления:***

Котлетную массу с добавлением сырого репчатого лука разделяют в виде шариков массой 10-12 г, затем панируют в муке, обжаривают, перекладывают в неглубокую посуду в 1-2 ряда, заливают соусом с добавлением воды (10-20 г на порцию) и тушат 5-10 мин до готовности. Отпускают фрикадельки с соусом, в котором они тушились, и гарниром.

Мясные рубленые изделия рекомендуется жарить непосредственно перед отпуском.

#### **Соус сметанный**

Просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу до слегка кремового цвета, не допуская пригорания. В подготовленную муку, охлажденную до 60-70 °С выливают 1/4 часть горячей воды или отвара и вымешивают. Для приготовления соуса сметанного в горячий белый соус кладут прокипяченную сметану, соль и кипятят 3-5 мин, процеживают и снова доводят до кипения.

### ***Правила оформления, подачи блюд:***

Оптимальная температура подачи 65° С.

### ***Характеристика изделия по органолептическим показателям:***

Внешний вид: фрикадельки в виде шариков с равномерной (без трещин) мягкой корочкой, пропитаны соусом, сбоку уложен гарнир.

Консистенция: фрикаделек - в меру плотная, сочная, однородная.

Цвет: фрикаделек - коричневый, соуса - кремовый.

Вкус: тушеного мяса в соусе, умеренно соленый.

Запах: тушеного мяса и соуса.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 377

Наименование изделия: **ЧАЙ С ЛИМОНОМ**

Номер рецептуры: **377**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
<b>ЧАЙ-ЗАВАРКА</b>		<b>50</b>		<b>5</b>
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,06	0,06
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	5,4	5,4
САХАР ПЕСОК	10	10	1	1
ЛИМОН	16,67	10	1,67	1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	14	14
<b>Выход: 200/10</b>				

### *Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:*

Белки, г	0,21	С, мг	1,62	Са, мг	14,31
Жиры, г	0,01			Mg, мг	5,21
Углеводы, г	10,21			Fe, мг	0,53
Энергетическая ценность, ккал	43,45				

### *Технология приготовления:*

Предварительно промытый теплой водой лимон ошпаривают кипятком в течение 1-2 мин.

Лимон нарезают тонкими кружочками и кладут в стакан приготовленного чая с сахаром непосредственно перед отпуском.

Чай-заварка

Чайник ополаскивают кипятком, кладут в него чай по норме на определенное количество порций и заливают его свежеприготовленным кипятком на 1/3 объема чайника. Настаивают 5-10 мин. и доливают кипятком.

### *Правила оформления, подачи блюд:*

Оптимальная температура подачи 65 °С.

### *Характеристика изделия по органолептическим показателям:*

Внешний вид: жидкость золотисто-коричневого цвета, налита в стакан, где плавает кружочек лимона

Консистенция: жидкая

Цвет: золотисто-коричневый

Вкус: сладкий, с привкусом лимона

Запах: свойственный чаю и лимону

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 378 День №1

Наименование изделия: **ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ**

Номер рецептуры: **378**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
<b>ЧАЙ-ЗАВАРКА</b>		<b>50</b>		<b>5</b>
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,05	0,05
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	5,4	5,4
САХАР ПЕСОК	15	15	1,5	1,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50	50	5	5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	10	10
<b>Выход: 200</b>				

### *Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:*

Белки, г	1,51	С, мг	0,28	Са, мг	59,74
Жиры, г	1,21			Mg, мг	8,97
Углеводы, г	17,05			Fe, мг	0,41
Энергетическая ценность, ккал	85,44				

### *Технология приготовления:*

К приготовленному чаю с сахаром добавляют горячее кипяченое молоко.

Чай-заварка

Чайник ополаскивают кипятком, кладут в него чай по норме на определенное количество порций и заливают его свежеприготовленным кипятком на 1/3 объема чайника. Настаивают 5-10 мин. и доливают кипятком.

### *Правила оформления, подачи блюд:*

Оптимальная температура подачи 65 °С.

### *Характеристика изделия по органолептическим показателям:*

Внешний вид: жидкость серовато-белого цвета, налита в стакан.

Консистенция: жидкая.

Цвет: серовато-белый.

Вкус: сладкий, с привкусом молока.

Запах: свойственный молоку и чаю.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 88 День № 2

Наименование изделия: **ЩИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ**

Номер рецептуры: **88**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	62,5	50	6,25	5
КАРТОФЕЛЬ				
с 01.01 по 28.02	46,15	30	4,62	3
с 01.03 по 31.07	50	30	5	3
с 01.08 по 31.08	37,5	30	3,75	3
с 01.09 по 31.10	40	30	4	3
с 01.11 по 31.12	42,86	30	4,29	3
МОРКОВЬ				
с 01.01 по 31.08	13,33	10	1,33	1
с 01.09 по 31.12	12,5	10	1,25	1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	1,19	1
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,5	2,5	0,25	0,25
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,5	0,5
<b>БУЛЬОН МЯСНОЙ (ТЕХНОЛОГИЯ)</b>		<b>200</b>		<b>20</b>
ГОВЯДИНА Б/К	79,4	67	7,94	6,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	20	20
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4	3,4	0,4	0,34
МОРКОВЬ	4,53	3,4	0,453	0,34
СОЛЬ	1	1	0,1	0,1
<b>Выход: 250</b>				

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	6,00	С, мг	12,47	Са, мг	51,18
Жиры, г	7,46			Mg, мг	34,51
Углеводы, г	9,27			Fe, мг	2,49
Энергетическая ценность, ккал	128,22				

### Технология приготовления:

Капусту нарезают шашками, картофель дольками.

В кипящий бульон или воду закладывают капусту, доводят до кипения, затем кладут картофель, добавляют слегка пассерованные или припущенные морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки в щи добавляют прогретое томатное пюре. При приготовлении щей из ранней капусты ее закладывают после картофеля.

Бульон мясной (технология)

Подготовленное мясо промывают и нарезают на 4-6 кусочков, заливают холодной водой и варят до готовности при слабом кипении. В процессе варки бульона удаляют пену.

Обработанные овощи нарезают мелкими кусочками и кладут в бульон за 30 минут до окончания варки.

За 10-15 минут до окончания варки добавляют поваренную соль.

Готовый бульон процеживают и используют для приготовления супов и соусов.

Отварное мясо подают к супам по 10-15 г на порцию.

### Правила оформления, подачи блюд:

Оптимальная температура подачи 75° С.

### Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: капуста нарезана шашками, морковь, лук, картофель - дольками.

Консистенция: капуста упругая, овощи мягкие.

Цвет: желто-оранжевый, жира на поверхности - оранжевый; овощей - натуральный.

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

Запах: свойственный овощам, капусты.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 209 День №3

Наименование изделия: **ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ**

Номер рецептуры: **209**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25	100 шт.	4,03
<b>Выход: 40</b>				

### **Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:**

Белки, г	4,96	С, мг	0,00	Са, мг	19,93
Жиры, г	4,49			Mg, мг	4,35
Углеводы, г	0,27			Fe, мг	0,91
Энергетическая ценность, ккал	61,29				

### **Технология приготовления:**

Яйца погружают в кипящую подсоленную воду и варят вкрутую 8-10 мин с момента закипания. Для облегчения очистки от скорлупы яйца сразу же после варки погружают в холодную воду.

### **Правила оформления, подачи блюд:**

Оптимальная температура подачи 20 °С.

### **Характеристика изделия по органолептическим показателям:**

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

Консистенция: умеренно плотная

Цвет: белок - белый, желток - желтый

Вкус: свежего вареного яйца, приятный

Запах: свойственный свежесваренным яйцам