

Технологическая карта блюда № 1

Наименование блюда: **Икра кабачковая (пром.произв.)**

Номер рецептуры: 101

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Икра кабачковая	64/106	60/100	6,4/10,6	6,0/1,0
Выход	-	60/100	-	6,0/10,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	0,6	Ca (мг):	16,78	K (мг):	29,3	B1	0,03	C	0,05
Жиры (г):	3,2	Mg (мг):	9,11	I (мг):	0,0009	B2	0,011		
Углеводы (г):	6,02	Fe (мг):	0,04	Se (мг):	0,00002	A	17,7		
Эн. Ценность (ккал):	65,2	P (мг):	20,8	F (мг):	0,011	D			

Технология приготовления:

Консервы протирают ветошью, открывают, перекладывают в емкость для кипячения, кипятят в течение 5-6 минут, охлаждают и порционируют.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 2

Наименование блюда: Салат из свеклы отварной

Номер рецептуры: 54-13з-2020

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей школьного возраста», Издательство, Новосибирск, 2021.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Свекла свежая	71/119	57/95	7,1/11,9	5,7/9,5
Масло растительное	4/5	4/5	0,4/0,5	0,4/0,5
Выход	-	60/100	-	6,0/10,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	1,02/1,7	Ca (мг):	43,0,6	K (мг):	96	B1	0,0011	C	5,11
Жиры (г):	3,64/6,06	Mg (мг):	4,93	I (мг):		B2	0,0001		
Углеводы (г):	5,64/9,4	Fe (мг):		Se (мг):		A	11,14		
Эн. Ценность (ккал):	50,76/84,6	P (мг):		F (мг):		D			

Технология приготовления:

Свеклу перебирают, промывают проточной водой, отваривают, очищают от кожицы, измельчают на овощерезке. При отпуске заправляют растительным маслом.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 3

Наименование блюда: **Огурец свежий с растительным маслом**

Номер рецептуры: 54-5з-2020

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей школьного возраста», Издательство, Новосибирск, 2021.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Огурцы свежие	65/105	60/100	6,5/10,5	6,0/10,0
Масло растительное	3/5	3/5	0,3/0,5	0,3/0,5
Выход	-	60/100	-	6,0/10,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):		Са (мг):	24,57	К (мг):	11,58	В1		С	0,2
Жиры (г):	2,4	Mg (мг):	1,2	I (мг):		В2	0,03		
Углеводы (г):	4,2	Fe (мг):	0,41	Se (мг):		А	24,7		
Эн. Ценность (ккал):	33,64/56	P (мг):	19,38	F (мг):	0,33	D			

Технология приготовления:

Свежие огурцы перебирают, замачивают в 10% растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут небольшими партиями с использованием дуршлагов и сеток. У огурцов отрезают кончики с частью мякоти, затем нарезают на тонкие ломтики. При отпуске заправляют растительным маслом.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 4

Наименование блюда: Горошек зеленый

Номер рецептуры: 54-20з-2020

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей школьного возраста», Издательство, Новосибирск, 2021.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Горошек зеленый консервированный	93/155	60/100	9,3/15,5	6,0/10,0
Выход	-	60/100	-	6,0/10,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	2,64	Ca (мг):	11,48	K (мг):	6,76	B1		C	2,03
Жиры (г):	0,18	Mg (мг):	3,15	I (мг):		B2	0,05		
Углеводы (г):	6,84	Fe (мг):	0,37	Se (мг):		A	51,66		
Эн. Ценность (ккал):	33,64	P (мг):	21,16	F (мг):	0,098	D			

Технология приготовления:

Зеленый горошек выкладывают из банок в подготовленную посуду и кипятят в собственном соку 3-5 минут, затем отвар сливают. Охлажденный горошек раскладывают на порции.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 5

Наименование блюда: **Кукуруза сахарная**

Номер рецептуры: 54-21з-2020

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей школьного возраста», Издательство, Новосибирск, 2021.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Кукуруза консервированная	93/155	60/100	9,3/15,5	6,0/10,0
Выход	-	60/100	-	6,0/10,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	1,32	Ca (мг):	25,2	K (мг):	11,6	B1	0,012	C	0,88
Жиры (г):	0,24	Mg (мг):	1,8	I (мг):		B2	0,003		
Углеводы (г):	6,72	Fe (мг):	0,22	Se (мг):	0,0003	A	1,2		
Эн. Ценность (ккал):	34,8	P (мг):	14,6	F (мг):	0,011	D			

Технология приготовления:

Консервированную кукурузу выкладывают из банок в подготовленную посуду и кипятят в собственном соку 3-5 минут, затем отвар сливают. Охлажденную кукурузу раскладывают на порции.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 6

Наименование блюда: **Огурец долькой**

Номер рецептуры: 54-2з-2020

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей школьного возраста», Издательство, Новосибирск, 2021.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Огурцы свежие	6,5/10,5	60/100	6,5/10,5	6,0/10,0
Выход	-	60/100	-	6,0/10,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	0,24	Са (мг):	24,57	К (мг):	11,58	В1		С	0,2
Жиры (г):		Mg (мг):	1,2	I (мг):		В2	0,03		
Углеводы (г):	4,2	Fe (мг):	0,41	Se (мг):		A	24,7		
Эн. Ценность (ккал):	34	P (мг):	19,38	F (мг):	0,33	D			

Технология приготовления:

Свежие огурцы перебирают, замачивают в 10% растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут небольшими партиями с использованием дуршлагов и сеток. У огурцов отрезают кончики с частью мякоти, затем нарезают на ломтики или дольки и раскладывают по тарелкам.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 7

Наименование блюда: **Помидор долькой**

Номер рецептуры: 54-3з-2020

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей школьного возраста», Издательство, Новосибирск, 2021.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Помидоры свежие	7,4/11,4	60/100	7,4/11,4	6,0/10,0
Выход	-	60/100	-	6,0/10,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	1,02	Ca (мг):	25,84	K (мг):	66	B1		C	3,11
Жиры (г):	3,64	Mg (мг):	4,93	I (мг):		B2			
Углеводы (г):	5,64	Fe (мг):		Se (мг):		A	1,14		
Эн. Ценность (ккал):	50,76	P (мг):		F (мг):		D			

Технология приготовления:

Свежие помидоры перебирают, замачивают в 10% растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут небольшими партиями с использованием дуршлагов и сеток. У помидор вырезают место прикрепления плодоножки, затем нарезают на дольки и раскладывают по тарелкам.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 8

Наименование блюда: **Сыр порционный**

Номер рецептуры: 54-1з-2020

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей школьного возраста», Издательство, Новосибирск, 2021.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Сыр "Российский", "Голландский"	21/31,5	20/30	2,1/3,1	2,0/3,0
Выход	-	20/30	-	2,0/3,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	4,64	Са (мг):	176	К (мг):	17,6	В1	0,008	С	0,014
Жиры (г):	5,9	Mg (мг):	7	I (мг):		В2	0,006		
Углеводы (г):		Fe (мг):	0,2	Se (мг):	0,03	A	57,6		
Эн. Ценность (ккал):	72,8	P (мг):	100	F (мг):		D	1,9		

Технология приготовления:

Сыр нарезают на крупные куски, очищают от наружного покрытия и нарезают ломтиками прямоугольной, квадратной, треугольной формы толщиной 2-3 мм.

Сыр нарезают не ранее, чем за 30-40 минут до отпуска.

Перед раздачей порционированный сыр хранят в холодильнике.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 9

Наименование блюда: **фрукты свежие**

Наименование сырья	Расход продукта на 1 изделие	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Яблоки (х/о-12%) или	112	100
Груши (х/о-10%) или	111	100
Апельсины (х/о-10%) или	111	100
Бананы (х/о-10%)	111	100
Мандарины (х/о-10%)	111	100
Выход	-	100

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	0,8	Ca (мг):	35	K (мг):	55	B1	0,006	C	33
Жиры (г):	0,2	Mg (мг):	11	I (мг):	0,003	B2	0,003		
Углеводы (г):	7,5	Fe (мг):	0,1	Se (мг):	0,0001	A	10		
Эн. Ценность (ккал):	53	P (мг):	17	F (мг):	0,015	D			

Технология приготовления:

Фрукты перед отпуском перебирают, удаляют плодоножки, сорные примеси, выдерживают в 10% растворе поваренной соли в течение 10 минут, затем тщательно промывают проточной питьевой холодной водой.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 10

Наименование блюда: **компот из фруктов консервированный**

Наименование сырья	Расход продукта на 1 изделие	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Компот консервированный (персиковый, ананасовый)	112	100
Выход	-	100

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	0,4	Ca (мг):	19	K (мг):	55	B1	0,02	C	15
Жиры (г):	0,3	Mg (мг):	12	I (мг):	0,001	B2	0,03		
Углеводы (г):	10,3	Fe (мг):	0,3	Se (мг):	0,001	A	2		
Эн. Ценность (ккал):	97	P (мг):	16	F (мг):	0,1	D	0,9		

Технология приготовления:

Компот консервированный из банок перекладывают в подготовленную посуду и порционируют в стаканы.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 11

Наименование блюда: **хлеб пшеничный**

Наименование сырья	Расход продукта на 1 изделие	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Хлеб пшеничный	-	60
Выход	-	60

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	4,42	Ca (мг):	75	K (мг):	84,6	B1	0,24	C	0,012
Жиры (г):	2,7	Mg (мг):	20,6	I (мг):		B2	0,015		
Углеводы (г):	26,1	Fe (мг):	0,16	Se (мг):	0,00002	A			
Эн. Ценность (ккал):	92	P (мг):	77,4	F (мг):		D			

Технология приготовления:

Продукт промышленного производства.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 12

Наименование блюда: **хлеб ржаной**

Наименование сырья	Расход продукта на 1 изделие	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Хлеб пшеничный	-	30
Выход	-	30

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	2,55	Ca (мг):	21,9	K (мг):	49,8	B1	0,13	C	0,012
Жиры (г):	0,99	Mg (мг):	12	I (мг):		B2	0,01		
Углеводы (г):	12,75	Fe (мг):	0,85	Se (мг):		A			
Эн. Ценность (ккал):	77,7	P (мг):	37,5	F (мг):	0,015	D			

Технология приготовления:

Продукт промышленного производства.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 13

Наименование блюда: **борщ с капустой и картофелем**

Номер рецептуры: **110**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Свекла	50	40	5,0	4,0
Капуста свежая	25	20	2,5	2,0
Картофель		20		2,0
С 01.09 по 01.11	26,7		2,67	
С 01.11 по 01.01	28,6		2,86	
С 01.01 по 01.03	30,8		3,08	
С 01.03	33,4		3,34	
Морковь	13	10	1,3	1,0
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Томатное пюре	3	3	0,3	0,3
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Сахар	3	3	0,3	0,3
Бульон или вода	200	200	20,0	20,0
Выход:	-	250	-	25000
Со сметаной	-	250/10	-	25,0/1,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	6	Ca (мг):	46,83	K (мг):	63,3	B1	0,03	C	0,22
Жиры (г):	3,75	Mg (мг):	3,87	I (мг):	0,005	B2	0,0001		
Углеводы (г):	8,75	Fe (мг):	0,15	Se (мг):	0,0001	A	12		
Эн. Ценность (ккал):	119	P (мг):	75,75	F (мг):	0,158	D	0,2		

Технология приготовления:

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

Температура подачи 75°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 14

Наименование блюда: суп картофельный с бобовыми

Номер рецептуры: 139

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Картофель				
С 01.09 по 01.11	67	50	6,7	5,0
С 01.11 по 01.01	72		7,2	
С 01.01 по 01.03	77		7,7	
С 01.03	84		8,4	
Фасоль, или горох лущеный	20	20	2,0	2,0
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Морковь	13	10	1,3	1,2
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Бульон или вода	180	180	18,0	18,0
Отварное кур. бедро	-	20	-	2,0
Выход	-	250/20	-	25,0/2,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	6	Ca (мг):	46,83	K (мг):	63,3	B1	0,03	C	0,22
Жиры (г):	3,75	Mg (мг):	3,87	I (мг):	0,005	B2	0,0001		
Углеводы (г):	8,75	Fe (мг):	0,15	Se (мг):	0,0001	A	12		
Эн. Ценность (ккал):	119	P (мг):	75,75	F (мг):	0,158	D	0,2		

Технология приготовления:

Картофель нарезают крупными кубиками, морковь мелкими кубиками, лук мелко рубят. Подготовленные фасоль (горох) кладут в бульон или воду, доводят до кипения, добавляют картофель, пассерованные морковь, лук. Добавляют нарезанное отварное куриное мясо и варят до готовности.

Температура подачи 75°С.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 15

Наименование блюда: суп из овощей с фрикадельками мясными

Номер рецептуры: 54-5с-2020

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей школьного возраста», Издательство, Новосибирск, 2021.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Картофель				
С 01.09 по 01.11	134	100	13,4	10,0
С 01.11 по 01.01	144		14,4	
С 01.01 по 01.03	154		15,4	
С 01.03	168		16,8	
Томатное пюре	2,5	2,5	0,25	0,25
Лук репчатый	16	12,5	1,6	1,25
Морковь	12,5	10	1,25	1,0
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Бульон или вода	175	175	17,5	17,5
Отварные фрикадельки (п/ф высокой степени готовности)	-	30	-	3,0
Выход	-	250/30	-	25,0/3,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	5,25	Ca (мг):	58,6	K (мг):	12,3	B1	0,007	C	0,7
Жиры (г):	6,5	Mg (мг):	15,93	I (мг):		B2	0,01		
Углеводы (г):	7,5	Fe (мг):	0,67	Se (мг):		A	32,5		
Эн. Ценность (ккал):	126	P (мг):	19,25	F (мг):		D			

Технология приготовления:

В кипящий бульон кладут картофель, нарезанный брусочками. Добавляют припущенную морковь, бланшированный и пассированный репчатый лук, томатную пасту. Варят до готовности. За 5 минут до готовности суп заправляют солью. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист. При отпуске в тарелку кладут горячие фрикадельки и наливают суп.

Дефростированные фрикадельки варят в кастрюле 15-20 минут. Готовые фрикадельки хранят в бульоне, перед отпуском еще раз доводят до кипения.

Температура подачи 75°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 16

Наименование блюда: суп сливочный с рыбой (горбушей)

Номер рецептуры: 54-16с-2020

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей школьного возраста», Издательство, Новосибирск, 2021.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Горбуша (филе)	42	37,5	4,2	3,75
Картофель				
С 01.09 по 01.11	90	67	9,0	6,7
С 01.11 по 01.01	96,5		9,65	
С 01.01 по 01.03	103		10,3	
С 01.03	112,5		11,25	
Молоко	19	19	1,9	1,9
Лук репчатый	8	6	0,8	0,6
Морковь	8	6	0,8	0,6
Масло сливочное	6	6	0,6	0,6
Бульон или вода	200	200	20,0	20,0
Выход	-	250	-	25,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	9,23	Ca (мг):	37,75	K (мг):	41,5	B1	0,013	C	0,12
Жиры (г):	7,5	Mg (мг):	18,75	I (мг):	0,04	B2	0,011		
Углеводы (г):	11,93	Fe (мг):	0,85	Se (мг):	0,015	A	110		
Эн. Ценность (ккал):	151,8	P (мг):	122	F (мг):	0,75	D	1,6		

Технология приготовления:

Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов, обмывают водой, очищают от кожи и нарезают на кусочки.

Картофель перебирают, моют, чистят, нарезают брусочками (кубиками).

Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают и шинкуют.

Морковь и лук пассеруют. Рыбное филе припускают с добавлением соли. Готовое филе вынимают.

В процеженный рыбный бульон кладут нарезанный картофель, пассерованные лук и морковь и варят. В конце варки кладут отварное филе горбуши, соль, и лавровый лист, вводят молоко и доводят до кипения.

Температура подачи 75°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 17

Наименование блюда: **рассольник Ленинградский**

Номер рецептуры: **132**

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Картофель				
С 01.09 по 01.11	100	75	10,0	7,5
С 01.11 по 01.01	107		10,7	
С 01.01 по 01.03	115		11,5	
С 01.03	125		12,5	
Крупа (перловая, или пшеничная, или рисовая, или овсяная)	5	5	0,5	0,5
Морковь	13	10	1,3	1,0
Лук репчатый	6	5	0,6	0,5
Огурцы соленые стерилизованные	27	15	2,7	1,5
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Бульон или вода	190	190	19,0	19,0
Сметана	10	10	1,0	1,0
Говядина (п/ф высокой степени готовности)	40	25	4,0	2,5
Выход	-	250/10/25	-	25,0/1,0/2,5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	6,25	Ca (мг):	62,07	K (мг):	14,22	B1	0,007	C	0,85
Жиры (г):	13	Mg (мг):	6,22	I (мг):	0,005	B2	0,12		
Углеводы (г):	15,75	Fe (мг):	0,06	Se (мг):	0,0003	A	138,25		
Эн. Ценность (ккал):	184	P (мг):	133	F (мг):	0,61	D	0,005		

Технология приготовления:

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, закладывают картофель, нарезанный брусочками, а через 5-7 минут пассерованные овощи и припущенные огурцы. За 5-10 минут до готовности вводят соль. В готовый рассольник добавляют прокипяченную сметану и прокипяченное отварное мясо говядины и кипятят. Температура подачи 75°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 18

Наименование блюда: **щи из свежей капусты с картофелем**

Номер рецептуры: **124**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Капуста свежая	63	50	6,3	5,0
Картофель				
С 01.09 по 01.11	40	30	4,0	3,0
С 01.11 по 01.01	43		4,3	
С 01.01 по 01.03	46		4,6	
С 01.03	49		4,9	
Морковь	13	10	1,3	1,0
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Бульон или вода	200	200	20,0	20,0
Выход	-	250	-	25,0
Со сметаной и говядиной (п/ф высокой степени готовности)	-	250/10/25	-	25,0/1,0/2,5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	2,25	Ca (мг):	7,72	K (мг):	16,3	B1	0,003	C	0,2
Жиры (г):	3	Mg (мг):	4,27	I (мг):	0,005	B2	0,02		
Углеводы (г):	4,75	Fe (мг):	0,56	Se (мг):		A	13,8		
Эн. Ценность (ккал):	109	P (мг):	13,75	F (мг):	0,3	D	0,015		

Технология приготовления:

В кипящий бульон или воду кладут картофель, доводят до кипения и варят до полуготовности. Затем добавляют капусту тушеную с томатным пюре и варят с момента закипания 15-20 минут, добавляют пассерованные овощи и доводят до готовности. Щи можно готовить и без томатного пюре.

Добавляют прокипяченную сметану и кипятят.

Температура подачи 75°С.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 19

Наименование блюда: суп картофельный с крупой

Номер рецептуры: 138

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Картофель				
С 01.09 по 01.11	100	75	10,0	7,5
С 01.11 по 01.01	107		10,7	
С 01.01 по 01.03	115		11,5	
С 01.03	125		12,5	
Рис	5	5	0,5	0,5
Или перловка	10	10	1,0	1,0
Морковь	13	10	1,3	1,0
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Масло сливочное	3	3	0,3	0,3
Бульон или вода	190	190	19,0	19,0
Сайра консервированная	-	25	-	2,5
Выход:	-	250/25	-	25,0/2,5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	6	Ca (мг):	21,62	K (мг):	37,5	B1	0,03	C	0,2
Жиры (г):	3	Mg (мг):	22,5	I (мг):	0,002	B2	0,02		
Углеводы (г):	4,25	Fe (мг):	0,6	Se (мг):	0,0013	A	33		
Эн. Ценность (ккал):	168,75	P (мг):	35	F (мг):	1,35	D			

Технология приготовления:

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

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, картофель, пассерованные овощи и варят до готовности. За 5-10 минут до окончания варки кладут соль. Крупу рисовую кладут в бульон одновременно с пассерованными овощами.

Температура подачи 75°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 20

Наименование блюда: суп крестьянский с крупой

Номер рецептуры: 134

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Капуста свежая	38	30	3,8	3,0
Картофель				
С 01.09 по 01.11	33	25	10,0	7,5
С 01.11 по 01.01	36		10,7	
С 01.01 по 01.03	38		11,5	
С 01.03	42		12,5	
Рис или перловая крупа	10	10	1,0	1,0
Морковь	13	10	1,3	1,0
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Масло растительное	3	3	0,3	0,3
Бульон или вода	220	220	2,2	2,2
Выход:	-	250	-	25,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	4,75	Ca (мг):	72,15	K (мг):	75,6	B1		C	0,75
Жиры (г):	4,75	Mg (мг):	8,45	I (мг):	0,016	B2	0,021		
Углеводы (г):	11,5	Fe (мг):	0,32	Se (мг):	0,0003	A	5,75		
Эн. Ценность (ккал):	156,5	P (мг):	173,8	F (мг):	1,12	D			

Технология приготовления:

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

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, картофель, пассерованные овощи и варят до готовности. За 5-10 минут до окончания варки кладут соль. Крупу рисовую кладут в бульон одновременно с пассерованными овощами.

Температура подачи 75°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 21

Наименование блюда: **борщ с картофелем (свекольник)**

Номер рецептуры: **114**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Свекла	51	40	5,1	4,0
Картофель с 01.09 по 01.11	67	50	6,7	5,0
с 01.11 по 01.01	71,5		7,15	
с 01.01 по 01.03	77		7,7	
с 01.03	83,5		8,35	
Морковь	13	10	1,3	1,0
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Томат-паста	3	3	0,3	0,3
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Бульон мясной или вода	180	180	18,0	18,0
Выход:	-	250	-	25,0
Со сметаной	-	250/10	-	25,0/1,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	3,75	Ca (мг):	29,2	K (мг):	34,8	B1		C	1,57
Жиры (г):	3,25	Mg (мг):	8,22	I (мг):	0,002	B2	0,1		
Углеводы (г):	45	Fe (мг):	0,05	Se (мг):	0,0015	A	195,3		
Эн. Ценность (ккал):	138	P (мг):	115,8	F (мг):	0,027	D			

Технология приготовления:

Картофель нарезают брусочками, закладывают в кипящий бульон или воду и варят 10-15 минут, затем кладут подготовленную вареную свеклу, пассерованные на сливочном масле овощи и томатное пюре, за 5-10 минут до готовности добавляют соль, сахар, специи, прокипяченную сметану.

Температура подачи 75°С.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 22

Наименование блюда: суп из овощей

Номер рецептуры: 135

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Капуста б/к свежая	25	20	2,5	2,0
Картофель				
с 01.09 по 01.11	67	50	6,7	5,0
с 01.11 по 01.01	71,5		7,15	
с 01.01 по 01.03	77		7,7	
с 01.03	83,5		8,35	
Морковь	13	10	1,3	1,0
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Горошек зеленый конс.	12	8	1,2	0,8
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Бульон мясной или вода	190	190	19,0	19,0
Выход:	-	250	-	25,0
Со сметаной и отварным куриным бедром	-	250/10/25	-	25,0/1,0/2,5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	4,25	Ca (мг):	61,25	K (мг):	28	B1	0,02	C	5
Жиры (г):	4,0	Mg (мг):	7	I (мг):	0,002	B2	0,075		
Углеводы (г):	10,5	Fe (мг):	0,55	Se (мг):	0,002	A	250		
Эн. Ценность (ккал):	91,75	P (мг):	77	F (мг):	0,19	D	1,2		

Технология приготовления:

Мелко нашинкованные лук, морковь пассеруют на сливочном масле. В кипящий бульон или воду кладут нашинкованную белокочанную капусту, дольки картофеля. За 10-15 мин до окончания варки супа добавляют пассерованные овощи, горошек зеленый, соль, отварную курицу. Суп можно отпускать с прокипяченной сметаной.

Температура подачи 75°С.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 23

Наименование блюда: **печень (говяжья) по-строгановски**

Номер рецептуры: **431**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Печень говяжья	89/133	74/111	8,9/13,3	8,4/11,1
Масло растительное	6/9	6/9	0,6/0,9	0,6/0,9
Масса готовой печени	-	50/75	-	5,0/7,5
Соус сметанный	-	50	-	5,0
Томатное пюре	5/7,5	5/7,5	0,5/7,5	0,5/7,5
Выход:	-	50/50 75/50	-	5,0/5,0 7,5/5,0

Химический состав на 1 порцию

Белки (г):	6	Ca (мг):	45,2	K (мг):	67	B1	0,1	C	
Жиры (г):	13	Mg (мг):	7,6	I (мг):	0,005	B2	0,6		
Углеводы (г):	4,4	Fe (мг):	2,6	Se (мг):	0,0001	A	200		
Эн. Ценность (ккал):	221,18	P (мг):	22,6	F (мг):	0,665	D	0,6		

Технология приготовления:

Подготовленную печень нарезают брусочками длиной 3-4см массой 5-7г, посыпают солью, кладут ровным слоем на разогретую сковороду с маслом и обжаривают при помешивании 3-4 мин. Затем заливают соусом сметанным, добавляют томатное пюре, размешивают и кипятят. Отпускают вместе с соусом, гарнир укладывается сбоку. Температура подачи 65°С.

Технолог:

Михайлик Н.Н.

Технологическая карта блюда № 24

Наименование блюда: **рыба, тушенная в томате с овощами из полуфабриката высокой степени готовности рыбное филе с кожей без костей**

Номер рецептуры: **374**

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Филе рыбы горбуша (минтай)	130 (169)	91 (93)	13,0 (16,9)	9,1 (9,3)
Вода	19	19	1,9	1,9
Морковь	19	18	1,9	1,8
Лук репчатый	6	5	0,6	0,5
Томатное пюре	4,5	4,5	0,45	0,45
Масло растительное	3,5	3,5	0,35	0,35
Масса тушеной рыбы	-	75	-	7,5
Масса соуса и овощей	-	50	-	50
Выход:	-	75/50	-	7,5/5,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	12	Ca (мг):	45	K (мг):	57,5	B1	0,07	C	2,5
Жиры (г):	10,63	Mg (мг):	12,13	I (мг):	0,007	B2	0,125		
Углеводы (г):	10,62	Fe (мг):	1,12	Se (мг):	0,0001	A	125		
Эн. Ценность (ккал):	153,4	P (мг):	165,4	F (мг):	0,48	D	1,22		

Технология приготовления:

При поступлении в доготовочный цех замороженных полуфабрикатов высокой степени готовности производится дефростация полуфабрикатов при комнатной температуре на специальных стеллажах или на производственных столах.

Филе укладывают в посуду в два слоя, чередуя со слоями нашинкованных овощей, заливают бульоном или водой, добавляют масло растительное, томатное пюре, лимонную кислоту, 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.

Температура подачи 65°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 25

Наименование блюда: гуляш из говядины из полуфабриката высокой степени готовности

Номер рецептуры: 437

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Полуфабрикат высокой степени готовности гуляш (говядина)	-	79	-	7,9
Масло топленое	4	4	0,4	0,4
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Томатное пюре	3	3	0,3	0,3
Мука пшеничная	3	3	0,3	0,3
Масса тушеного мяса	-	50	-	5,0
Масса соуса	-	50	-	5,0
Выход	-	50/50	-	5,0/5,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	10,1	Ca (мг):	9,88	K (мг):	13	B1	0,041	C	1,23
Жиры (г):	14,3	Mg (мг):	4,82	I (мг):	0,0046	B2	0,091		
Углеводы (г):	1,9	Fe (мг):	1,684	Se (мг):		A			
Эн. Ценность (ккал):	160,7	P (мг):	117,7	F (мг):	0,58	D	3,4		

Технология приготовления:

Полуфабрикат высокой степени готовности гуляш обжаривают, заливают бульоном или водой и тушат с добавлением пассерованного томатного пюре в закрытой посуде около часа. На бульоне, оставшемся после тушения, готовят соус, добавляя в него пассерованный лук, соль, заливают им мясо и тушат еще 25-30 минут. За 5-10 минут до готовности кладут лавровый лист. Гуляш можно готовить со сметаной 10-15г на порцию. Температура подачи 65°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 26

Наименование блюда: **куриное филе, тушеное с капустой**

Номер рецептуры: **440**

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Полуфабрикат высокой степени готовности филе куриное	-	78	-	7,8
Капуста б/к свежая	215	171	21,5	17,1
Масло сливочное или топленое	5	5	0,5	0,5
Морковь	4	3	0,4	0,3
Лук репчатый	7,5	6	0,75	0,6
Томатное пюре	9	9	0,9	0,9
Мука пшеничная	1,5	1,5	0,15	0,15
Лавровый лист	0,01	0,01	0,001	0,001
Масса тушеного мяса	-	50	-	5,0
Масса тушеной капусты	-	150	-	15,0
Выход	-	200	-	20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	10,2	Ca (мг):	175,9	K (мг):	170	B1	0,011	C	10,8
Жиры (г):	5,8	Mg (мг):	51,8	I (мг):	0,0007	B2	0,018		
Углеводы (г):	11,8	Fe (мг):	0,756	Se (мг):	0,0007	A	83,2		
Эн. Ценность (ккал):	242	P (мг):	113,8	F (мг):	0,026	D			

Технология приготовления:

Полуфабрикат высокой степени готовности гуляш (говядину) обжаривают, заливают бульоном (30г) или водой и тушат 20-25 минут. Затем добавляют тушеную капусту и тушат до готовности.

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем до 30см, добавляют бульон или воду (20-30% к массе сырой капусты), лимонную кислоту, сливочное масло, пассированное томатное пюре и тушат до полуготовности в течение 10 минут при периодическом помешивании. Затем добавляют пассированные, нарезанные соломкой морковь, лук, лавровый лист, и тушат до готовности 20 минут. За пять минут до конца тушения капусту заправляют мучной пассировкой, сахаром, солью и вновь доводят до кипения.

Если свежая капуста горчит, ее перед тушением ошпаривают в течение 3-5 минут.

Температура подачи 75°С.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 27

Наименование блюда: **жаркое по-домашнему**

Номер рецептуры: **436**

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Полуфабрикат высокой степени готовности гуляш из говядины	-	79	-	7,9
Картофель				
С 01.09 по 01.11	161	120	16,0	
С 01.11 по 01.01	173		17,3	
С 01.01 по 01.03	185		18,5	
С 01.03	202		20,2	
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Масло растительное	4	4	0,4	0,4
Томатное пюре	2	2	0,2	0,2
Масса тушеного мяса	-	50	-	5,0
Масса готовых овощей	-	150	-	15,0
Выход:	-	200	-	20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	13	Ca (мг):	102	K (мг):	146	B1	0,016	C	
Жиры (г):	8	Mg (мг):	14	I (мг):		B2	0,2		
Углеводы (г):	52,2	Fe (мг):	1,8	Se (мг):		A	20		
Эн. Ценность (ккал):	276	P (мг):	88	F (мг):		D	6,2		

Технология приготовления:

Картофель и лук нарезают – дольками, затем мясо и овощи обжаривают по отдельности.

Полуфабрикат высокой степени готовности гуляш, поступающий на пищеблок, подвергают дефростации на производственных столах при комнатной температуре не более 1 часа, обжаривают на масле, разогретом до температуры 160-180°C, затем 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. За 5-10 минут до окончания тушения кладут лавровый лист. Отпускают жаркое вместе с бульоном и гарниром. Блюдо можно готовить без томатного пюре.

Температура подачи 65°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 28

Наименование блюда: рыба, припущенная в молоке

Номер рецептуры: 373

Наименование сборника рецептур: Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Рыба- филе(горбуша или минтай) (полуфабрикат высокой степени готовности)	-	126	-	12,6
Молоко	30	30	3,0	3,0
Лук репчатый	24	20	2,4	2,0
Масло растительное	8	8	0,8	0,8
Выход	-	100	-	10,0

Химический состав на 1 порцию

Белки (г):	12,9	Ca (мг):	25,88	K (мг):	22	B1	0,052	C	0,03
Жиры (г):	6,9	Mg (мг):	10,75	I (мг):	0,076	B2	0,086		
Углеводы (г):	3,8	Fe (мг):	0,518	Se (мг):	0,02	A	22,8		
Эн. Ценность (ккал):	128,3	P (мг):	101,3	F (мг):	0,31	D	4,45		

Технология приготовления:

Замороженный полуфабрикат высокой степени готовности рыбное филе с кожей без костей, поступающий в доготовочный цех, подвергают дефростации на производственных столах при комнатной температуре не более 1 часа.

Порционные куски рыбы кладут в посуду в один ряд, подливают молоко, солят, добавляют лук репчатый, лавровый лист и припускают 15-20 минут.

Отпускают с гарниром.

Температура подачи 65°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 29

Наименование блюда: рыба припущенная

Номер рецептуры: 373

Наименование сборника рецептур: Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Рыба- филе(горбуша или минтай) (полуфабрикат высокой степени готовности)	-	126	-	12,6
Лук репчатый	12	8	1,2	0,8
Выход	-	100	-	10,0

Химический состав на 1 порцию

Белки (г):	10,9	Ca (мг):	28,87	K (мг):	20,4	B1	0,011	C	
Жиры (г):	7,6	Mg (мг):	15,29	I (мг):	0,066	B2	0,015		
Углеводы (г):	0,3	Fe (мг):	0,6	Se (мг):	0,019	A	40		
Эн. Ценность (ккал):	164,6	P (мг):	73,9	F (мг):	1,53	D	1,45		

Технология приготовления:

Замороженный полуфабрикат высокой степени готовности рыбное филе с кожей без костей, поступающий в доготовочный цех, подвергают дефростации на производственных столах при комнатной температуре не более 1 часа.

Порционные куски рыбы кладут в посуду в один ряд, подливают воду, солят, добавляют лук репчатый, лавровый лист и припускают 15-20 минут.

Отпускают с гарниром.

Температура подачи 65°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 30

Наименование блюда: **тефтели из говядины с рисом из полуфабриката высокой степени готовности**

Номер рецептуры: **463**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Полуфабрикат высокой степени готовности тефтели мясные с рисом	-	130	-	130
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Выход	-	100	-	100

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	6,8	Ca (мг):	27,8	K (мг):	27,8	B1		C	0,6
Жиры (г):	7	Mg (мг):	9,7	I (мг):	0,045	B2	0,1		
Углеводы (г):	10,1	Fe (мг):	1,6	Se (мг):		A	100		
Эн. Ценность (ккал):	158,5	P (мг):	17,1	F (мг):	0,36	D	0,1		

Технология приготовления:

При поступлении в доготовочный цех замороженных полуфабрикатов высокой степени готовности производится дефростация полуфабрикатов при комнатной температуре на специальных стеллажах или на производственных столах.

Охлажденные полуфабрикаты запекают в духовом шкафу на противнях с маслом без предварительного обжаривания при температуре 250-280°C в течение 20-25 минут, затем перекладывают в неглубокую посуду в 1-2 ряда, заливают соусом с добавлением воды (10-20г на порцию) и тушат 8-10 мин.

Отпускают тефтели с соусом и гарниром.

Соусы- томатный, молочный, сметанный.

Температура подачи 65°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 31

Наименование блюда: **котлеты из курицы из полуфабрикатов высокой степени готовности**

Номер рецептуры: **498**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
п/ф высокой степени готовности котлеты куриные	-	130	-	13,0
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Выход	-	100	-	10,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	12,6	Ca (мг):	80,17	K (мг):	63,5	B1	0,11	C	0,07
Жиры (г):	14,1	Mg (мг):	9,49	I (мг):	0,0022	B2	0,016		
Углеводы (г):	7,5	Fe (мг):	1,5	Se (мг):	0,01	A	22,7		
Эн. Ценность (ккал):	208,3	P (мг):	44,1	F (мг):	0,009	D	1,92		

Технология приготовления:

При поступлении в доготовочный цех замороженных полуфабрикатов высокой степени готовности производится дефростация полуфабрикатов при комнатной температуре на специальных стеллажах или на производственных столах не более 1 часа.

Охлажденные полуфабрикаты запекают в духовом шкафу на противнях с маслом без предварительного обжаривания при температуре 250-280°C в течение 20-25 минут.

При отпуске изделий их гарнируют и поливают прокипяченным сливочным маслом или соусом молочным, сметанным, томатным.

Температура подачи 65°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 32

Наименование блюда: **котлеты, биточки из говядины, шницели из печени говяжьей из полуфабрикатов высокой степени готовности**

Номер рецептуры: **451**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
п/ф высокой степени готовности котлеты (биточки или шницели)	-	130	-	13,0
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Выход	-	100	-	10,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	14,6	Ca (мг):	36,09	K (мг):	33,6	B1	0,009	C	0,73
Жиры (г):	6,8	Mg (мг):	7,74	I (мг):	0,0012	B2	0,0146		
Углеводы (г):	3,1	Fe (мг):	0,98	Se (мг):	0,01	A	29,6		
Эн. Ценность (ккал):	129,6	P (мг):	41,2	F (мг):	0,074	D	1,81		

Технология приготовления:

При поступлении в доготовочный цех замороженных полуфабрикатов высокой степени готовности производится дефростация полуфабрикатов при комнатной температуре на специальных стеллажах или на производственных столах не более 1 часа.

Охлажденные полуфабрикаты запекают в духовом шкафу на противнях с маслом без предварительного обжаривания при температуре 250-280°C в течение 20-25 минут.

При отпуске изделий их гарнируют и поливают прокипяченным сливочным маслом или соусом молочным, сметанным, томатным.

Температура подачи 65°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 33

Наименование блюда: **птица отварная**

Номер рецептуры: **487**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Бедро куриное охлажденное (полуфабрикат высокой степени готовности)	-	76,5/115/153	-	7,65/11,5/15,3
Выход:	-	50/75/100	-	5,0/7,5/10,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	5,9	Ca (мг):	31,5	K (мг):	58	B1	0,02	C	
Жиры (г):	15,2	Mg (мг):	8	I (мг):		B2	0,13		
Углеводы (г):	0,81	Fe (мг):	1,62	Se (мг):		A			
Эн. Ценность (ккал):	120	P (мг):	143,1	F (мг):		D			

Технология приготовления:

Обработанные куриные бедрышки кладут в кипящую воду и варят до готовности при слабом кипении, периодически удаляя пену. В конце варки добавляют соль. Отварные куриное бедро рубят на порции, укладывают на противень, заливают бульоном и кипятят 5-7 минут.

Хранят в бульоне при температуре 75°C до раздачи не более 1 часа.

Температура подачи 75°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 34

Наименование блюда: Азу из говядины (полуфабрикат высокой степени готовности)

Номер рецептуры: 438

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Полуфабрикат высокой степени готовности гуляш из говядины	-	79	-	7,9
Масло растительное	8	8	0,8	0,8
Томатное пюре	7	7	0,7	0,7
Лук репчатый	14	12	1,4	1,2
Мука пшеничная	2	2	0,2	0,2
Огурцы конс. стерилиз.	20	12	2,0	1,2
Картофель				
С 01.09 по 01.11	129	96	12,9	9,6
С 01.11 по 01.01	138		13,8	
С 01.01 по 01.03	148		14,8	
С 01.03	161		16,1	
Выход:	-	150/50	-	150/50

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	10,6	Са (мг):	34	К (мг):	154	В1	0,014	С	
Жиры (г):	8	Mg (мг):	14	I (мг):		В2	0,18		
Углеводы (г):	80,4	Fe (мг):	2,4	Se (мг):		А	24		
Эн. Ценность (ккал):	306	P (мг):	68	F (мг):		Д			

Технология приготовления:

Полуфабрикат высокой степени готовности гуляш, поступающий на пищеблок, подвергают дефростации на производственных столах при комнатной температуре не более 1 часа. Затем обжаривают на растительном масле, заливают горячим бульоном или водой, добавляют пассерованное томатное пюре и тушат почти до готовности в закрытой посуде при слабом кипении. На оставшемся бульоне приготавливают соус, в который кладут консервированные огурцы, нарезанные соломкой, пассерованный лук, соль. Полученным соусом заливают мясо, добавляют картофель и тушат еще 15-20 мин.

За 5-10 мин до готовности кладут лавровый лист. Для удобства порционирования картофель можно тушить отдельно. Отпускают азу вместе с соусом и гарниром. Температура подачи 65°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 35

Наименование блюда: Плов с говядиной (полуфабрикат высокой степени готовности)

Номер рецептуры: 443

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Полуфабрикат высокой степени готовности гуляш из говядины	-	79	-	7,9
Крупа рисовая	51	51	5,1	5,1
Масло растительное	6	6	0,6	0,6
Лук репчатый	10	8	1,0	0,8
Морковь	13	10	1,3	1,0
Томатное пюре	11	11	1,1	1,1
Выход:	-	150/50	-	150/50

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	14,96	Ca (мг):	65	K (мг):	48	B1	0,03	C	10
Жиры (г):	16,55	Mg (мг):	38	I (мг):	0,002	B2	0,02		
Углеводы (г):	19,8	Fe (мг):	2,8	Se (мг):	0,004	A	5		
Эн. Ценность (ккал):	290,38	P (мг):	124	F (мг):	0,08	D			

Технология приготовления:

Полуфабрикат высокой степени готовности гуляш, поступающий на пищеблок, подвергают дефростации на производственных столах при комнатной температуре не более 1 часа. Затем посыпают солью и обжаривают на растительном масле, добавляют пассерованные с томатным пюре морковь и лук. Мясо и овощи заливают горячим бульоном или водой (213г), доводят до кипения и всыпают перебранный промытый рис и варят до полуготовности. После того как рис впитает всю жидкость, посуду закрывают крышкой и продолжают тушить 25-40мин. Отпускают плов, равномерно распределяя мясо вместе с рисом и овощами. Плов можно готовить без томатного пюре, соответственно увеличив норму закладки овощей. Температура подачи 65°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 36

Наименование блюда: каша молочная «Дружба»

Номер рецептуры: 311

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа рисовая	26/32,5	26/32,5	2,6/3,25	
Крупа пшеничная	23/29	23/29	2,3/2,9	
Молоко	100/125	100/125	10,0/12,5	
Вода	66/82,5	66/82,5	6,6/8,25	
Соль	2/2,5	2/2,5	0,2/0,25	
Сахар	6/7,5	6/7,5	0,6/0,75	
Масло сливочное	10/10	10/10	1,0/1,0	
Выход	-	200/10		20,0/1,0
		250/10		25,0/1,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	6,2	Ca (мг):	100,6	K (мг):	53,9	B1	0,01	C	0,014
Жиры (г):	6,6	Mg (мг):	12,86	I (мг):	0,014	B2	0,023		
Углеводы (г):	47	Fe (мг):	0,58	Se (мг):	0,0002	A	20,8		
Эн. Ценность (ккал):	250,2	P (мг):	40,2	F (мг):	0,62	D	0,25		

Технология приготовления:

Подготовленную крупу сначала варят 10-15 минут в кипящей воде, после чего добавляют горячее молоко и варят кашу до готовности.

Отпускают кашу в горячем виде с прокипяченным сливочным маслом или сахаром.

Температура подачи 65°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 37

Наименование блюда: **Каша жидкая молочная кукурузная**

Номер рецептуры: 54-1к-2020

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей школьного возраста», Издательство, Новосибирск, 2021.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа кукурузная	40/50	40/50	4,0/5,0	4,0/5,0
Молоко	100/125	100/125	10,0/12,5	10,0/12,5
Сахар	3/3,7	3/3,7	0,3/0,37	0,3/0,37
Масло сливочное	10/10	10/10	0,1/0,1	0,1/0,1
Вода	68/85	68/85	6,8/8,5	6,8/8,5
Выход	-	200/250	-	20,0/25,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	7	Ca (мг):	93,7	K (мг):	35,4	B1		C	
Жиры (г):	9,2	Mg (мг):	18,98	I (мг):	0,015	B2	0,16		
Углеводы (г):	16,4	Fe (мг):	0,896	Se (мг):	0,00014	A	19		
Эн. Ценность (ккал):	238	P (мг):	73,8	F (мг):	0,34	D	0,15		

Технология приготовления:

Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду.

Крупу засыпают в кипящую воду и варят кашу при слабом кипении, помешивая, через 20-30 минут, добавляют горячее молоко, соль, сахар.

При подаче добавляют прокипяченное сливочное масло.

Температура подачи 65°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 38

Наименование блюда: **картофель отварной**

Номер рецептуры: **518**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Картофель	172/206	128/154	17,2/20,6	12,8/15,4
с 1.09-31.10.=25%	172/206	-	17,2/20,6	-
с 1.11.-31.12.=30%	184/220	-	18,4/22,0	-
с 1.01.-29.02.=35%	197/236	-	19,7/23,6	-
с 1.03.=40%	214/256	-	21,4/25,6	-
Масло сливочное	5/6	5/6	0,5/0,6	0,5/0,6
Выход	-	150/180	-	15,0/18,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	3,1	Ca (мг):	39	K (мг):	124	B1	0,012	C	1,02
Жиры (г):	6	Mg (мг):	28	I (мг):	0,028	B2	0,0011		
Углеводы (г):	39,7	Fe (мг):		Se (мг):	0,0008	A	32,1		
Эн. Ценность (ккал):	145,38	P (мг):	84	F (мг):		D			

Технология приготовления:

Очищенный картофель заливают кипящей, подсоленной водой и варят до готовности. Отвар сливают. В горячий картофель добавляют прокипяченное сливочное масло и перемешивают.

Температура подачи 65°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 39

Наименование блюда: **капуста тушеная**

Номер рецептуры: **534**

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Капуста б/к свежая	215/258	172/206	21,5/25,8	17,2/20,6
Масло сливочное или растительное	5/6	5/6	0,5/0,6	0,5/0,6
Морковь	3,75/4,5	3/3,6	0,375/0,45	0,375/0,45
Лук репчатый	7,5/9	6/7	0,75/0,9	0,6/0,7
Томатное пюре	9/11	9/11	0,9/1,1	0,9/1,1
Мука пшеничная	1,5/1,8	1,5/1,8	0,0015/0,0018	0,0015/0,0018
Лавровый лист	0,01	0,01	0,001	0,001
Выход	-	150/180	-	150/180

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	3,9	Ca (мг):	92,25	K (мг):	29,7	B1		C	3,15
Жиры (г):	8,7	Mg (мг):	18,1	I (мг):	0,006	B2	0,09		
Углеводы (г):	14,7	Fe (мг):	0,5	Se (мг):	0,0001	A	400		
Эн. Ценность (ккал):	128,95	P (мг):	74,25	F (мг):	0,24	D			

Технология приготовления:

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем до 30см, добавляют бульон или воду (20-30% к массе сырой капусты), лимонную кислоту, сливочное масло, пассированное томатное пюре и тушат до полуготовности в течение 10 минут при периодическом помешивании. Затем добавляют пассированные, нарезанные соломкой морковь, лук, лавровый лист, и тушат до готовности 20 минут. За пять минут до конца тушения капусту заправляют мучной пассировкой, сахаром, солью и вновь доводят до кипения.

Если свежая капуста горчит, ее перед тушением ошпаривают в течение 3-5 минут.

Температура подачи 75°С.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта № 40

Наименование блюда (изделия): каша гречневая вязкая

Номер рецептуры: 186

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Крупа гречневая	33/40	33/40	3,3/4,0	3,3/4,0
Вода	123/148	123/148	12,3/14,8	12,3/14,8
Соль	1,5/1,8	1,5/1,8	0,15/0,18	0,15/0,18
Масло сливочное	5/6	5/6	0,5/0,6	0,5/0,6
Выход	-	150/180	-	15,0/18,0

Химический состав на 1 порцию

Белки (г):	5,25	Ca (мг):	24,25	K (мг):	98,2	B1	0,01	C	
Жиры (г):	6,9	Mg (мг):	25	I (мг):	0,02	B2	0,12		
Углеводы (г):	35,9	Fe (мг):	1,05	Se (мг):	0,004	A	27,45		
Эн. Ценность (ккал):	238,8	P (мг):	180	F (мг):	0,5	D			

Технология приготовления:

Гречку перебирают, засыпают в кипящую подсоленную воду, всплывшие пустые зерна удаляют и варят до загустения, помешивая. Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают крышкой и доводят до готовности в течение 1-1,5 часа. Затем вливают прокипяченное масло сливочное.

Температура подачи 65°C.

Требования к качеству:

Зерна крупы полностью набухшие, хорошо проварены, сохранили форму, легко отделяются друг от друга, каша заправлена маслом, без посторонних привкусов и запахов.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта № 41

Наименование блюда (изделия): **каша рисовая вязкая**

Номер рецептуры: **302**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Крупа рисовая	33/40	33/40	3,3/4,0	3,3/4,0
Вода	123/148	123/148	12,3/14,8	12,3/14,8
Соль	1,5/1,8	1,5/1,8	0,15/0,18	0,15/0,18
Масло сливочное	5/6	5/6	0,5/0,6	0,5/0,6
Выход	-	150/180	-	15,0/18,0

Химический состав на 1 порцию

Белки (г):	0,6	Ca (мг):	6	K (мг):	0,75	B1		C	
Жиры (г):	5,4	Mg (мг):	3,25	I (мг):		B2			
Углеводы (г):	36,45	Fe (мг):	0,02	Se (мг):		A	26,6		
Эн. Ценность (ккал):	208,7	P (мг):	2	F (мг):		D			

Технология приготовления:

Рис перебирают, засыпают в кипящую подсоленную воду и варят до загустения, помешивая. Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают крышкой и доводят до готовности. Затем вливают прокипяченное масло сливочное. Температура подачи 65°C.

Требования к качеству:

Зерна крупы полностью набухшие, хорошо проварены, сохранили форму, легко отделяются друг от друга, каша заправлена маслом, без посторонних привкусов и запахов.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта № 42

Наименование блюда (изделия): **каша пшеничная (или пшенная) вязкая**

Номер рецептуры: **302**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Крупа пшеничная	33/40	33/40	3,3/4,0	3,3/4,0
Вода	123/148	123/148	12,3/14,8	12,3/14,8
Соль	1,5/1,8	1,5/1,8	0,15/0,18	0,15/0,18
Масло сливочное	5/6	5/6	0,5/0,6	0,5/0,6
Выход	-	150/180	-	15,0/18,0

Химический состав на 1 порцию

Белки (г):	2,95	Ca (мг):	60	K (мг):	45	B1		C	
Жиры (г):	0,57	Mg (мг):	6	I (мг):		B2			
Углеводы (г):	26,53	Fe (мг):	0,6	Se (мг):		A			
Эн. Ценность (ккал):	134,85	P (мг):	91,5	F (мг):		D			

Технология приготовления:

Пшеничную крупу перебирают, (пшено промывают сначала в теплой воде, затем обдают кипятком и сливают воду), засыпают в кипящую подсоленную воду и варят до загустения, помешивая. Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают крышкой и доводят до готовности. Затем вливают прокипяченное масло сливочное. Температура подачи 65°C.

Требования к качеству:

Зерна крупы полностью набухшие, хорошо проварены, сохранили форму, легко отделяются друг от друга, каша заправлена маслом, без посторонних привкусов и запахов.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 43

Наименование блюда: **картофель тушеный**

Номер рецептуры: 216

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Картофель	171/205	127,5/153	17,1/20,5	12,75/15,3
Морковь	19,5/23	15/18	1,95/2,3	1,5/1,8
Лук репчатый	28,5/34	24/29	2,85/3,4	2,4/2,9
Томатное пюре	9/11	9/11	0,9/1,1	0,9/1,1
Масло сливочное	12	12	1,2	1,2
Лавровый лист	0,001	0,001	0,0001	0,0001
Выход	-	150/180	-	150/180

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	1,8	Ca (мг):	0,32	K (мг):	95	B1		C	0,75
Жиры (г):	7,35	Mg (мг):	12,65	I (мг):	0,0045	B2	0,064		
Углеводы (г):	12,75	Fe (мг):	0,84	Se (мг):		A	134,4		
Эн. Ценность (ккал):	122,25	P (мг):	89,5	F (мг):	0,89	D			

Технология приготовления:

Нарезанные кубиками картофель, морковь слегка обжаривают. Затем картофель соединяют с морковью, добавляют мелко нарезанный репчатый лук, пассерованное томатное пюре, заливают бульоном (0,2-0,3л на 1кг овощей) и тушат до готовности. В конце тушения добавляют лавровый лист.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 44

Наименование блюда: рагу из овощей

Номер рецептуры: 77

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порция	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Картофель	-	48/58	-	6,4
с 1.09-31.10.=25%	64,5/77	-	8,6	-
с 1.11.-31.12.=30%	69/83	-	9,15	-
с 1.01.-29.02.=35%	74/89	-	9,9	-
с 1.03.=40%	80/96	-	10,7	-
Морковь	30/36	24/29	4,0	3,2
Капуста б/к	69/83	54/65	9,2	7,2
Лук репчатый	14/17	12/14	1,9	1,6
Масло сливочное или растительное	6/7	6/7	0,8	0,8
Соус сметанный	45/54	45/54	6,0	6,0
Отвар или бульон	34/41	34/41	4,5	4,5
Выход	-	150/180	-	20,0

Химический состав на 1 порцию

Белки (г):	1,8	Ca (мг):	0,32	K (мг):	95	B1		C	1,75
Жиры (г):	7,35	Mg (мг):	12,65	I (мг):	0,0045	B2	0,064		
Углеводы (г):	12,75	Fe (мг):	0,84	Se (мг):		A	134,4		
Эн. Ценность (ккал):	142,25	P (мг):	89,5	F (мг):	0,099	D			

Технология приготовления:

Капусту нарезают шашками, припускают. Остальные овощи нарезают кубиками 1×1 см или дольками длиной не более 2-2,5 см. в подготовленную посуду закладывают припущенную морковь, бланшированный пассерованный лук, обжаренный картофель, заливают сметанным соусом и тушат 15-20 минут, добавляют соль.

При отпуске рагу выкладывают в виде горки, поливают маслом сливочным прокипяченным. В рагу можно добавлять в конце приготовления чеснок.

При отсутствии того или иного вида овощей, указанных в рецептуре, можно готовить блюдо из остальных овощей, увеличив их закладку.

Температура подачи 65°С.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 45

Наименование блюда: **соус сметанный**

Номер рецептуры: **600**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Сметана	13	13	1,3	1,3
Мука пшеничная	4	4	0,4	0,4
Бульон или вода	38	38	3,8	3,8
Выход:	-	50	-	5,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	1,2	Ca (мг):	13,08	K (мг):		B1		C	0,04
Жиры (г):	5,1	Mg (мг):	3,96	I (мг):		B2	0,064		
Углеводы (г):	2,5	Fe (мг):	0,16	Se (мг):		A	134,4		
Эн. Ценность (ккал):	61,0	P (мг):	4,0	F (мг):		D			

Технология приготовления:

Муку пассеруют при непрерывном помешивании, не допуская пригорания, до слегка кремового цвета. В пассерованную муку, охлажденную до 60-70°C, вливают четвертую часть горячего бульона и вымешивают до образования однородной массы, затем постепенно добавляют оставшийся бульон.

В горячий соус белый кладут прокипяченную сметану, соль, варят 3-5 минут, процеживают и доводят до кипения.

Температура подачи 65°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 46

Наименование блюда: **макаронные изделия отварные**

Номер рецептуры: **54-1г-2020**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей школьного возраста», Издательство, Новосибирск, 2021.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Макаронные изделия высшего сорта	51/61	51/61	5,1/6,1	5,1/6,1
Масло сливочное	5/6	5/6	0,5/0,6	0,5/0,6
Вода	306/367	306/367	30,6/36,7	30,6/36,7
Выход	-	150/180	-	15,0/18,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	1,4	Ca (мг):	10,5	K (мг):	37,5	B1		C	
Жиры (г):	0,6	Mg (мг):	9	I (мг):		B2	0,015		
Углеводы (г):	24	Fe (мг):	0,3	Se (мг):		A			
Эн. Ценность (ккал):	147	P (мг):	36	F (мг):		D			

Технология приготовления:

Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды 25-30 минут (вермишель 10-12 минут), проверяют на готовность - на разрезе не должно быть прослоек не проваренной муки. Готовые макаронные изделия откидывают, дают стечь отвару, проливают кипятком, заправляют прокипяченным сливочным маслом.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 47

Наименование блюда: **макаронные изделия отварные с овощами**

Номер рецептуры: **54-1г-2020**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей школьного возраста», Издательство, Новосибирск, 2021.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Макаронные изделия высшего сорта	36,8/44	36,8/44	3,68/4,4	3,68/4,4
Зеленый горошек конс.	9,4/11	8,3/10	0,94/1,1	0,83/1,0
Томатное пюре	9/11	9/11	0,9/1,1	0,9/1,1
Морковь	23,7/28	21/25	2,37/2,8	2,1/2,5
Масло сливочное	9/11	9/11	0,9/1,1	0,9/1,1
Вода	220,5/265	220,5/265	22,0/26,5	22,0/26,5
Выход	-	150/180	-	15,0/18,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	1	Ca (мг):	18	K (мг):	33	B1		C	2,01
Жиры (г):	6,9	Mg (мг):	18	I (мг):		B2	0,03		
Углеводы (г):	26,5	Fe (мг):	0,09	Se (мг):		A	104,2		
Эн. Ценность (ккал):	187,7	P (мг):	50	F (мг):		D			

Технология приготовления:

Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины тонкой соломкой, пассеруют с добавлением небольшого количества воды, сливочного масла и томатного пюре 5-7 минут.

Консервированный зеленый горошек доводят до кипения в собственном отваре и откидывают. Макароны варят в большом количестве кипящей подсоленной воды 25-30 минут (вермишель 10-12 минут), проверяют на готовность - на разрезе не должно быть прослойки не проваренной муки. Готовые макаронные изделия откидывают, дают стечь отвару, выкладывают на противень слоем 3-4см, добавляют к ним зеленый горошек, морковь с томатным пюре, заправляют прокипяченным сливочным маслом, перемешивают и прогревают в жарочном шкафу при температуре 160 градусов 5-7 минут.

Температура подачи 65°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 48

Наименование блюда: **яйцо вареное**

Номер рецептуры: **337**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Яйца	1 шт.	40	100 шт.	4,0
Выход	-	40	-	4,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	5,12	Ca (мг):	22,22	K (мг):	0,035	B1	0,003	C	
Жиры (г):	4,64	Mg (мг):	4,84	I (мг):	0,008	B2	0,18		
Углеводы (г):	0,28	Fe (мг):	1	Se (мг):	0,013	A	75		
Эн. Ценность (ккал):	63,5	P (мг):	77,56	F (мг):	0,22	D	5		

Технология приготовления:

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

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 49

Наименование блюда: запеканка из творога

Номер рецептуры: 366

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,кг	нетто,кг	брутто,кг	нетто,кг
Творог 5%	141	139,5	14,1	13,95
Крупа манная	10,5	10,5	1,05	1,05
Сахар	10,5	10,5	1,05	1,05
Изюм	10	10	1,0	1,0
Яйца	1/9шт	6	11шт	0,6
Масло сливочное	6	6	0,6	0,6
Сухари	6	6	0,6	0,6
Сметана	6	6	0,6	0,6
Молоко сгущенное	-	30	-	3,0
Выход:	-	150/30	-	15,0/3,0

Химический состав на 1 порцию

Белки (г):	15,2	Ca (мг):	220,5	K (мг):	22	B1	0,0008	C	0,73
Жиры (г):	9,65	Mg (мг):	19,4	I (мг):	0,0008	B2	0,3		
Углеводы (г):	33,45	Fe (мг):	0,94	Se (мг):	0,01	A	93,9		
Эн. Ценность (ккал):	256	P (мг):	140	F (мг):	0,059	D	1,85		

Технология приготовления:

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

Подготовленную массу выкладывают слоем не более 3см на смазанные маслом сливочным и посыпанные сухарями противень или форму. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной, запекают в жарочном шкафу 25-30 минут при температуре 250-280°С до образования на поверхности румяной корочки.

Подают запеканку горячей со сгущенным молоком.

Температура подачи 65°С.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 50

Наименование блюда: **компот из свежих яблок**

Номер рецептуры: **631**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Яблоки	45	40	4,5	4,0
Сахар	-	15	-	1,5
Вода	-	172	-	17,2
Выход	-	200	-	20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	0,2	Ca (мг):	10,8	K (мг):	5,2	B1		C	5,6
Жиры (г):	0,2	Mg (мг):	5,8	I (мг):	0,001	B2			
Углеводы (г):	30,6	Fe (мг):	0,6	Se (мг):		A	18		
Эн. Ценность (ккал):	118,2	P (мг):	0,8	F (мг):	0,052	D	1,3		

Технология приготовления:

Яблоки с удаленным семенным гнездом нарезают дольками. В горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, проваривают 10-12 минут и процеживают. В подготовленный сироп погружают плоды и варят при слабом кипении не более 6-8 минут.

Температура подачи 12-14°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 51

Наименование блюда: кисель из кураги

Номер рецептуры: 643

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Курага	20	20	2,0	2,0
Сахар	20	20	2,0	2,0
Крахмал картофельный	9	9	0,9	0,9
Вода	220	220	22,0	22,0
Выход	-	200	-	20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	0,6	Ca (мг):	25,2	K (мг):		B1	0,006	C	10,4
Жиры (г):		Mg (мг):	19,4	I (мг):		B2	0,02		
Углеводы (г):	29	Fe (мг):	0,6	Se (мг):		A	10		
Эн. Ценность (ккал):	111,2	P (мг):	39,6	F (мг):		D			

Технология приготовления:

Курагу промывают, заливают горячей водой и варят до готовности, вводят сахар, доводят до кипения, вводят подготовленный крахмал и вновь доводят до кипения.

Температура подачи 12-14°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 52

Наименование блюда: чай с лимоном

Номер рецептуры: 686

Наименование сборника рецептов: «Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений», Пермь, 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Чай - заварка	50	50	5,0	5,0
Вода	150	150	15,0	15,0
Сахар	15	1,5	1,5	1,5
Лимон	11	10	1,1	1,0
Выход	-	200/10	-	20,0/1,0

Химический состав на 1 порцию

Белки (г):	0,3	Ca (мг):	6,9	K (мг):	10,2	B1		C	0,116
Жиры (г):		Mg (мг):	4,6	I (мг):		B2	0,001		
Углеводы (г):	6,7	Fe (мг):	0,08	Se (мг):		A	0,38		
Эн. Ценность (ккал):	27,9	P (мг):	8,5	F (мг):		D			

Технология приготовления:

В стакан наливают заварку чая, кладут сахар, обработанный ломтик лимона, заливают кипящей водой.

Температура подачи 75°C.

Требования к качеству:

Аромат и вкус напитка характерный для сорта чая, имеет привкус лимона. Прозрачный.

Цвет коричневый.

Если чай не прозрачен и тускло-коричневого цвета, значит, он неправильно заварен.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 53

Наименование блюда: **чай-заварка**

Номер рецептуры: **684**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Чай в/с и 1-го сорта	1	1	0,100	0,100
Вода	54	54	5,400	5,400
Выход	-	50	-	5,000

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	Са (мг):	К (мг):	В1	С	
Жиры (г):	Mg (мг):	I (мг):	В2		
Углеводы (г):	Fe (мг):	Se (мг):	А		
Эн. Ценность (ккал):	P (мг):	F (мг):	D		

Технология приготовления:

Чай заваривают в фарфоровом чайнике. Чайник ополаскивают горячей водой, насыпают чай на определенное количество порций, заливают кипятком примерно на 1/3 объема чайника, настаивают 5-10 минут, накрыв салфеткой, после чего доливают кипятком. Температура подачи 75°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 54

Наименование блюда: **чай с молоком**

Номер рецептуры: **630**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Чай-заварка № 627, мл	-	50	-	5,0
Сахар	-	15	-	1,5
Молоко	-	50	-	5,0
Вода	-	100	-	10,0
Выход:	-	150/50/22,5	-	-

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	1,0	Ca (мг):	45,12	K (мг):	80,34	B1	0,012	C	0,3
Жиры (г):	1,0	Mg (мг):	12,5	I (мг):	0,002	B2	0,056		
Углеводы (г):	1,4	Fe (мг):	1,34	Se (мг):	0,0005	A	16,6		
Эн. Ценность (ккал):	58,4	P (мг):	37,2	F (мг):		D	0,01		

Технология приготовления:

В посуду насыпать чай и сахар на определенное количество порций, залить кипятком на то же количество порций и настаивать 5 минут. Процедить, добавить горячее кипяченое молоко, после чего разлить по стаканам.

На порцию чая (200мл) расходуют 50мл заварки, что равноценно 1г сухого чая.

Температура подачи 75°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 55

Наименование блюда: **кофейный напиток на молоке**

Номер рецептуры: **689**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Кофейный напиток «Здоровье», «Экстра»	-	6	-	6,0
Молоко	-	50	-	5,0
Сахар	-	15	-	1,5
Вода	-	168	-	16,8
Выход	-	200	-	20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы

Белки (г):	2,6	Ca (мг):	222	K (мг):	68	B1	0,06	C	1,04
Жиры (г):	3,8	Mg (мг):	11,4	I (мг):		B2	0,26		
Углеводы (г):	22,4	Fe (мг):	0,2	Se (мг):		A	26,58		
Эн. Ценность (ккал):	112,4	P (мг):	14	F (мг):		D	1,2		

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 кипяченое молоко и вновь доводят до кипения.

Температура подачи 75°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 56

Наименование блюда: **Какао с молоком**

Номер рецептуры: **642**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Какао-порошок	-	4	-	0,4
Молоко	-	100	-	10,0
Вода	-	110	-	11,0
Сахар-песок	-	15	-	1,5
Выход	-	200	-	20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	4,6	Ca (мг):	143	K (мг):	20	B1	0,04	C	0,68
Жиры (г):	4,4	Mg (мг):	14,3	I (мг):	0,001	B2	0,17		
Углеводы (г):	12,5	Fe (мг):	1,1	Se (мг):	0,00023	A	17,25		
Эн. Ценность (ккал):	107,2	P (мг):	80	F (мг):		D	1,6		

Технология приготовления:

Какао-порошок смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка (100 мл) и растирают в однородную массу, затем при непрерывном помешивании вливают горячее кипяченое молоко, остальной кипятком и доводят до кипения.

Температура подачи 75°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 57

Наименование блюда: чай с сахаром

Номер рецептуры: 685

Наименование сборника рецептур: «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений», Пермь, 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Чай - заварка	50	50	5,0	5,0
Вода	150	150	15,0	15,0
Сахар	15	1,5	1,5	1,5
Выход	-	200/10	-	20,0/1,0

Химический состав на 1 порцию

Белки (г):	0,2	Ca (мг):	4,5	K (мг):	0,8	B1		C	0,04
Жиры (г):		Mg (мг):	0,8	I (мг):		B2	0,01		
Углеводы (г):	6,5	Fe (мг):	0,7	Se (мг):		A	0,3		
Эн. Ценность (ккал):	26,8	P (мг):	7,2	F (мг):		D			

Технология приготовления:

В стакан наливают заварку чая, кладут сахар, обработанный ломтик лимона, заливают кипящей водой.

Температура подачи 75°C.

Требования к качеству:

Аромат и вкус напитка характерный для сорта чая, имеет привкус лимона. Прозрачный. Цвет коричневый.

Если чай не прозрачен и тускло-коричневого цвета, значит, он неправильно заварен.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 58

Наименование блюда: **бифидок, биойогурт, йогурт, «Снежок» (промышленного производства)**

Номер рецептуры: **698**

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Йогурт или биойогурт	207	200	20,7	20,0
Снежок или бифидок	207	200	20,7	20,0
Выход:	-	200	-	20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	6,4	Ca (мг):	208	K (мг):	80	B1	0,06	C	1,2
Жиры (г):	5	Mg (мг):	18	I (мг):	0,02	B2	0,3		
Углеводы (г):	22	Fe (мг):	0,2	Se (мг):	0,004	A	44		
Эн. Ценность (ккал):	158	P (мг):	142	F (мг):	0,2	D	1		

Технология приготовления:

Йогурт, бифидок или «Снежок» разливают по стаканам.

Йогурт, биойогурт или «Снежок», поступающий на предприятия общественного питания, в таре емкостью 0,2 литра отпускают в этой же посуде предварительно промыв проточной водой и обработав ветошью.

Температура подачи 14°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 59

Наименование блюда: **сок натуральный (промышленного производства)**

Номер рецептуры: **707**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Сок яблочный, или абрикосовый, или грушевый, или вишневый, или апельсиновый, или персиковый или другой	200	200	20,0	20,0
Выход:	-	200	-	20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	1	Ca (мг):	14	K (мг):	40	B1	0,002	C	10
Жиры (г):	0,2	Mg (мг):	8	I (мг):	0,002	B2	0,001		
Углеводы (г):	20,2	Fe (мг):	1,8	Se (мг):		A			
Эн. Ценность (ккал):	92	P (мг):	14	F (мг):		D			

Технология приготовления:

Продукт промышленного производства в упаковке, промывают проточной водой, протирают ветошью и разливают по стаканам.

Температура подачи 14°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 60

Наименование блюда: **молоко кипяченое**

Номер рецептуры: **697**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Молоко цельное 3,5%	211	200	21,1	20,0
Выход	-	200	-	20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	5,8	Ca (мг):	240	K (мг):	180	B1	0,08	C	2,6
Жиры (г):	6,4	Mg (мг):	28	I (мг):	0,018	B2	0,3		
Углеводы (г):	9,4	Fe (мг):	0,2	Se (мг):	0,004	A	44		
Эн. Ценность (ккал):	120	P (мг):	180	F (мг):	0,4	D	0,1		

Технология приготовления:

Молоко поступившее на пищеблок выливают из упаковки в кастрюлю, кипятят, остужают, подают разлив по стаканам.

Температура подачи 14°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 61

Наименование блюда: **напиток лимонный**

Номер рецептуры: **699**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Лимоны	16	16	4,5	4,0
Сахар	-	15	-	1,5
Вода	-	175	-	17,2
Выход	-	200	-	20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):		Ca (мг):	9,28	K (мг):	12,24	B1	0,002	C	2,92
Жиры (г):		Mg (мг):	2,88	I (мг):		B2	0,002		
Углеводы (г):	12,4	Fe (мг):	0,08	Se (мг):		A	0,2		
Эн. Ценность (ккал):	51	P (мг):	1,6	F (мг):	0,72	D			

Технология приготовления:

Цедру, снятую с лимона, мелко нарезают, заливают горячей водой, кипятят в течение 5 мин, затем оставляют на 3-4ч для настаивания. После процеживания в отвар добавляют сахар, лимонный сок, кипятят и охлаждают.

Температура подачи 14°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 62

Наименование блюда: **компот из сухофруктов, из кураги, из кураги и чернослива**

Номер рецептуры: **638**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Яблоки	15	56	1,5	5,6
Или груши	30	45	3,0	4,5
Или курага	20	37	2,0	3,7
Или чернослив	25	37	2,5	3,7
Или урюк	25	46	2,5	4,5
Или изюм	20	32	2,0	3,2
Сахар	20	20	2,0	2,0
Лимонная кислота	0,2	0,2	0,02	0,02
Вода	203	203	20,3	20,3
Выход	-	200	-	20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	0,6	Ca (мг):	25,2	K (мг):		B1		C	10,4
Жиры (г):		Mg (мг):	19,4	I (мг):		B2	0,02		
Углеводы (г):	29	Fe (мг):	0,6	Se (мг):		A	10		
Эн. Ценность (ккал):	111,2	P (мг):	39,6	F (мг):		D			

Технология приготовления:

Подготовленные сушеные плоды или ягоды заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, добавляют кислоту лимонную и варят до готовности.

Груши сушеные в зависимости от величины и вида варят 1-2ч, яблоки – 20-30 минут, чернослив, урюк, курагу – 10-20 минут, изюм – 5-10 минут.

Температура подачи 14°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 63

Наименование блюда: **Блинчики с джемом**

Номер рецептуры: **726**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Мука пшеничная	42	42	4,2	4,2
Сахар	2,5	2,5	2,5	2,5
Вода или молоко	104	104	-	10,4
Соль	1	1	-	0,01
Яйцо	0,2 гр	0,2	20 шт.	20
Масса теста	-	154	-	15,4
Масло растительное	3,8	3,8	0,38	0,38
Выход: Со сгущенным молоком Или джемом	-	100/15	-	10,0/1,5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	6,6	Ca (мг):	140,64	K (мг):	12,3	B1	0,083	C	0,58
Жиры (г):	8,6	Mg (мг):	27,48	I (мг):	0,007	B2	0,214		
Углеводы (г):	33,1	Fe (мг):	0,6	Se (мг):	0,005	A	28,8		
Эн. Ценность (ккал):	324,7	P (мг):	104,8	F (мг):	0,25	D	0,14		

Технология приготовления:

Яйца, соль, сахар размешивают, добавляют холодное молоко (50% нормы), всыпают муку и взбивают до получения однородной массы, постепенно добавляя оставшееся молоко. Готовое жидкое тесто процеживают.

Блинчики выпекают с обеих сторон на нагретых чугунных сковородах, смазанных маслом; толщина блинов должна быть не менее 3 мм.

Перед подачей поливают прокипяченным сливочным маслом или джемом, или сгущенным молоком.

Температура подачи 65°C.

Технолог:

Михайлик Н.Н.

Технологическая карта блюда № 64

Наименование блюда: **оладьи с джемом**

Номер рецептуры: **733**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Тесто для оладий рец.№ 732	-	90	-	9000
Масло сливочное, или	4,5	4,5	450	450
Масло растительное	3	3	300	300
Масса готовых оладий	-	75	-	7500
Масло сливочное, или	5	5	500	500
Сметана, или	10	10	1000	1000
Джем, или повидло, или мед, или варенье, или	10,6	10	1060	1000
Сахар	10	10	1000	1000
Выход: с маслом	-	80	-	-
со сметаной	-	85	-	-
с джемом	-	85	-	-
с сахаром	-	85	-	-

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	6,6	Ca (мг):	140,6	K (мг):	212,3	B1	0,083	C	0,58
Жиры (г):	8,6	Mg (мг):	17,48	I (мг):	0,007	B2	0,214		
Углеводы (г):	33,1	Fe (мг):	0,6	Se (мг):	0,005	A	28,8		
Эн. Ценность (ккал):	335,7	P (мг):	144,8	F (мг):	0,25	D	0,14		

Технология приготовления:

Оладьи выпекают на разогретых сковородах (чугунных) сковородах, толстостенных противнях или электросковородах так же, как блины. Толщина готовых оладий должна быть не менее 5-6мм.

Отпускают оладьи со сливочным прокипяченным маслом, прокипяченной сметаной, джемом, повидлом, медом, вареньем (промышленного производства), сахаром по 2 штуки на порцию.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 65

Наименование блюда: **омлет натуральный**

Номер рецептуры: **340**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, кг
Яйца	2,5шт	85,5	250шт	8,55
Молоко	43	43	4,3	4,3
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Масса готового омлета	-	150	-	15,0
Масло сливочное	10	10	1,0	1,0
Выход	-	150/10	-	15,0/1,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	14,3	Ca (мг):	141,7	K (мг):	45,7	B1	0,1	C	0,3
Жиры (г):	20,6	Mg (мг):	11,6	I (мг):	0,003	B2	0,6		
Углеводы (г):	2,85	Fe (мг):	1,45	Se (мг):	0,0001	A	250		
Эн. Ценность (ккал):	222,9	P (мг):	191,9	F (мг):	0,081	D	4		

Технология приготовления:

Подготовленные, в соответствии с санитарными правилами, яйца разбивают, в яичную смесь добавляют молоко, соль, размешивают и слегка взбивают до образования пены. Затем выливают в разогретую посуду, смазанную маслом слоем 2,5-3,0 см и запекают в жарочном шкафу при температуре 180-200⁰С 8-10 мин до образования легкой румяной корочки.

При подаче поливают прокипяченным маслом сливочным.

Яйца необходимо разбивать в отдельную посуду по 2-3 шт. и соединять с общей массой.

Температура подачи 65°С.

Технолог:

Михайлик Н.Н.

Технологическая карта блюда № 66

Наименование блюда: пудинг из творога с яблоком

Номер рецептуры: 54-4г-2020

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей школьного возраста», Издательство, Новосибирск, 2021.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, кг
Яблоко	39/52	34,5/46	3,9/5,2	3,45/4,6
Сухари панировочные или мука	6/8	6/8	0,6/0,8	0,6/0,8
Яйцо куриное	16,5/22	15/20	1,65/2,2	1,5/2,0
Сахар	6/8	6/8	0,6/0,8	0,6/0,8
Сметана	6/8	6/8	0,6/0,8	0,6/0,8
Творог 5%	102/136	102/136	10,2/13,6	10,2/13,6
Масло сливочное	6/8	6/8	0,6/0,8	0,6/0,8
Выход	-	150/30 200/40	-	15,0/3,0 20,0/4,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	14,3	Ca (мг):	K (мг):	B1	C
Жиры (г):	20,6	Mg (мг):	I (мг):	B2	
Углеводы (г):	2,85	Fe (мг):	Se (мг):	A	
Эн. Ценность (ккал):	222,9	P (мг):	F (мг):	D	

Технология приготовления:

Яйцо обрабатывают. Растирают с сахаром.

Яблоки моют проточной водой, очищают от кожуры и сердцевин, мелко нарезают.

В творог добавляют растертые с сахаром яйца, ванилин, размягченное сливочное масло, соль. Массу тщательно перемешивают и выкладывают на смазанный маслом и присыпанный сухарями (мукой) противень, смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу 25-35 минут при температуре 220-250 градусов Цельсия. Готовое блюдо выдерживают 5-10 минут и нарезают на порционные куски.

Яйца необходимо разбивать в отдельную посуду по 2-3 шт. и соединять с общей массой.

Температура подачи 65°C.

Технолог:

Михайлик Н.Н.

Технологическая карта блюда № 67

Наименование блюда: вафли (пряники)

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Вафли (или пряники)	-	30	-	3,0
Выход	-	30	-	3,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	1,17	Ca (мг):	2,4	K (мг):	14,4	B1	0,015	C	
Жиры (г):	9,18	Mg (мг):	1,8	I (мг):		B2	0,006		
Углеводы (г):	18,75	Fe (мг):	0,18	Se (мг):		A	2,1		
Эн. Ценность (ккал):	162,6	P (мг):	12,6	F (мг):		D			

Технология приготовления:

Продукт промышленного производства.

Поставщик ООО «Продсервис»

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 68

Наименование блюда: печенье сахарное или песочное

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Печенье	-	30	-	3,0
Выход	-	30	-	3,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	1,86	Ca (мг):	11,1	K (мг):	42,6	B1	0,021	C	
Жиры (г):	5,43	Mg (мг):	9,9	I (мг):		B2	0,07		
Углеводы (г):	19,77	Fe (мг):	0,77	Se (мг):		A	1,5		
Эн. Ценность (ккал):	135	P (мг):	41,4	F (мг):		D			

Технология приготовления:

Продукт промышленного производства.

Поставщик ООО "Продсервис"

Технолог:

Н.Н. Михайлик

Технологическая карта блюда № 69

Наименование блюда: ватрушка с творогом (пром.произв.)

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Ватрушка с творогом	-	100	-	10,0
Выход	-	100	-	10,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	2,5	Ca (мг):	75,0	K (мг):	96,0	B1	0,08	C	
Жиры (г):	10,0	Mg (мг):	6,0	I (мг):		B2	0,14		
Углеводы (г):	34,0	Fe (мг):	0,8	Se (мг):		A	32,0		
Эн. Ценность (ккал):	210,0	P (мг):	112,0	F (мг):		D	1,89		

Технология приготовления:

Продукт промышленного производства.

Поставщик ЗАО "Зиминский хлебозавод"

Технолог:

Н.Н. Михайлик