

# ***ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ***

## ***блюд и кулинарных изделий для питания детей школьного возраста***

Данные технологические карты составлены в соответствии с «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 23 июля 2008 года № 45 СанПиН 2.4.5.2409 – 08.

При составлении технологических карт использовалась следующая литература:

1. Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лапшиной. – М.: Хлебпродинформ, 2004. – 639 с.
2. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания/ Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005 – 656 с
3. Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010. – 628 с.
4. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. – М.: Госторгиздат, 1955
5. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания/Составитель Л.Е.Голунова. - Издательство “ПРОФИКС” Санкт-Петербург, 2003 г.
6. Химический состав российских пищевых продуктов: Справочник / Под ред. член.-корр. МАИ, проф. И.М. Скурихина и академика РАМН, проф. В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2002 – 236 с.
7. Химический состав пищевых продуктов/ Под ред. И.М.Скурихина, М.Н.Волгарева, - М.: ВО «Агрехимиздат», 1987., Т. 1

## ***Холодные блюда Бутерброды и салаты***

Для приготовления холодных блюд в питании школьников используются свежие, квашеные и соленые овощи и гастрономические товары. Не допускаются к реализации продукты, перечисленные в приложении 7 СанПиН 2.4.5.2409-08.

При обработке овощей должны быть соблюдены следующие требования: овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток. При обработке белокочанной капусты необходимо обязательно удалить наружные листья.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Овощи урожая прошлого года (капусту, репчатый лук, корнеплоды и др.) в период после 1 марта допускается использовать только после термической обработки (п.6.29 СанПиН 2.4.5.249-08).

При кулинарной обработке овощей, для сохранения витаминов, следует соблюдать следующие правила: кожуру овощей чистят тонким слоем, очищают их непосредственно перед приготовлением, свежую зелень добавляют в готовые блюда во время раздачи.

Зелень, предназначенную для приготовления холодных закусок без последующей термической обработки, следует тщательно промывать проточной водой и выдержать в 3% растворе уксусной кислоты или 10% растворе поваренной соли в течение 10-минут с последующим ополаскиванием проточной водой и просушиванием.

Изготовление салатов и их заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Незаправленные салаты допускается хранить не более 2 часов при температуре плюс  $4\pm 2$  °С. Салаты заправляют непосредственно перед раздачей. В качестве заправки салатов следует использовать растительное масло. Хранение заправленных салатов может осуществляться не более 30 минут при температуре  $4\pm 2$  °С. Использование сметаны и майонеза для заправки салатов не допускается.

При перемешивании ингредиентов, входящих в состав салата, необходимо пользоваться кухонным инвентарем, не касаясь продукта руками.

Потребительскую упаковку консервированных продуктов перед вскрытием промывают проточной водой и протирают ветошью.

Холодные закуски, салаты должны иметь температуру подачи не ниже  $+15^{\circ}\text{C}$ .

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 1

Наименование кулинарного изделия (блюда): МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)

Номер рецептуры: 41

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания/ Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 19

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов							
	1 порция							
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Масло сливочное	5	5	10	10	15	15	20	20
<b>ВЫХОД:</b>	5		10		15		20	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
5	0,00	4,10	0,05	37,50	0,50	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	29,50
10	0,00	8,20	0,10	75,00	1,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	59,00
15	0,00	12,30	0,15	112,50	1,50	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	88,50
20	0,00	16,40	0,20	150,00	2,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	118,00

### *Технология приготовления:*

Масло сливочное нарезают кусочками прямоугольной или другой формы.

### *Требования к качеству:*

*Внешний вид:* ровные кусочки масла с гладкими краями

*Консистенция:* мягкая, не расплывшаяся

*Цвет:* соответствует виду масла, светло-желтый

*Вкус:* сладко-сливочный, без горечи

*Запах:* свежего масла

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №2

Наименование кулинарного изделия (блюда): СЫР (ПОРЦИЯМИ)

Номер рецептуры: 42

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий  
для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:  
А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К.,  
2005, с.19

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов							
	1 порция							
	Брутто г	Нетто, г	Брутто г	Нетто, г	Брутто г	Нетто, г	Брутто г	Нетто, г
Сыр неострых сортов (твердый, полутвердый, мягкий)	5,3	5	10,6	10	15,9	15	21,2	20
<b>ВЫХОД:</b>	5		10		15		20	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
5	1,16	1,48	0,00	18,20	44,00	1,75	25,00	0,05	0,00	0,04	13,00
10	2,32	2,95	0,00	36,40	88,00	3,50	50,00	0,10	0,00	0,07	26,00
15	3,48	4,43	0,00	54,60	132,0	5,25	75,00	0,15	0,01	0,11	39,00
20	4,64	5,90	0,00	72,80	176,0	7,00	100,0	0,20	0,01	0,14	52,00

### *Технология приготовления:*

Сыр зачищают от корок, нарезают на порционные куски прямоугольной или иной формы.

### *Требования к качеству:*

*Внешний вид:* сыр прямоугольной или треугольной формы

*Консистенция:* мягкая

*Цвет:* соответствует виду сыра, светло-желтый

*Вкус:* соответствует виду сыра, без горечи

*Запах:* свойственный свежему сыру

### Технологическая карта № 3

Наименование кулинарного изделия (блюда): **БУТЕРБРОД С СЫРОМ**

Номер рецептуры: № 8

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г.

#### 1. Область применения

Настоящая технологическая карта распространяется на бутерброд с сыром реализуемый в общеобразовательных учреждениях.

#### 2. Требования к сырью

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества и пр.).

#### 3. Рецепт

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	нетто, кг.
Сыр	21	20	1,6	1,5
Хлеб	30	30	3,0	3,0
Выход	50		5	

#### 4. Химический состав, витамины и микроэлементы

В 50 граммах данного блюда содержится											
Пищевые вещества г.						Минеральные вещества мг.					
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe					
16,0	1,0	70,0	250,0	50,0	250,0	2,0	Витамины				
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг.	H, мкг.	PP, мг.
0,01	0,20	0,50	-	0,50	40,0	-	-	-	5,99	10,0	5,0

Энергетическая ценность (ккал) на 50 гр. данного блюда: 335,49

#### 5. Технологический процесс

Хлеб пшеничный нарезают ломтиками толщиной 1,0-1,5 см. Сыр твердый нарезают на крупные куски, очищают от наружного покрытия и нарезают ломтиками толщиной 2-3 мм (подготовку сыра производят не ранее, чем за 30-40 мин до отпуска и хранят его в холодильнике). На ломтики хлеба укладывают подготовленный сыр.

#### 6. Требования к оформлению, реализации и хранению

Срок реализации – в течение одного часа с момента приготовления. Срок годности согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 – 1 час с момента приготовления.

##### 6.1. Органолептические показатели качества:

Внешний вид — хлеб нарезанный ломтиками, а сверху ломтик сыра

Цвет — характерный для рецептурных компонентов.

Вкус и запах — приятный запах свежих продуктов, вкус характерный для рецептурных компонентов, без посторонних привкусов и запахов.

#### Технологическая карта № 4

Наименование кулинарного изделия (блюда): **БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ**

Номер рецептуры: № 3

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г.

#### 1. Область применения

Настоящая технологическая карта распространяется на бутерброд с маслом и сыром реализуемый в общеобразовательных учреждениях.

#### 2. Требования к сырью

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества и пр.).

#### 3. Рецепттура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	нетто, кг.
Сыр	16	15	1,6	1,5
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Хлеб	30	30	3,0	3,0
Выход	50		5,0	

#### 4. Химический состав, витамины и микроэлементы

В 50 граммах данного блюда содержится											
Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.								
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe					
13,78	12,64	60,11	215,99	42,91	217,0	1,74					
Витамины											
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B 6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг	H, мкг.	PP, мг
0,15	0,17	0,44	-	0,42	34,28	-	-	0,02	5,45	8,57	4,29

Энергетическая ценность (ккал) на 50 гр. данного блюда: 394,35

#### 5. Технологический процесс

Хлеб пшеничный нарезают ломтиками толщиной 1,0-1,5 см. Сыр твердый нарезают на крупные куски, очищают от наружного покрытия и нарезают ломтиками толщиной 2-3 мм (подготовку сыра производят не ранее, чем за 30-40 мин до отпуска и хранят его в холодильнике). Ломтики хлеба равномерно намазывают маслом сливочным, укладывают на них подготовленный сыр.

#### 6. Требования к оформлению, реализации и хранению

Срок реализации – в течение одного часа с момента приготовления. Срок годности согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 – 1 час с момента приготовления.

##### 6.1. Органолептические показатели качества:

Внешний вид — хлеб нарезанный ломтиками, смазанный равномерно слоем сливочного масла, а сверху ломтик сыра. Цвет — характерный для рецептурных компонентов. Вкус и запах — приятный запах свежих продуктов, вкус характерный для рецептурных компонентов, без посторонних привкусов и запахов.

### Технологическая карта № 5

Наименование кулинарного изделия (блюда): **БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ**

Номер рецептуры: № 2

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г.

#### 1. Область применения

Настоящая технологическая карта распространяется на бутерброд с повидлом, вырабатываемый МКП «Комбинат питания здоровое детство» и реализуемый в общеобразовательных учреждениях.

#### 2. Требования к сырью

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества и пр.).

#### 3. Рецепттура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	нетто, кг.
Повидло	20,2	20,0	2,02	2,0
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Хлеб	30	30	3,0	3,0
Выход	55		5,5	

#### 4. Химический состав, витамины и микроэлементы

В 55 граммах данного блюда содержится											
Пищевые вещества г.						Минеральные вещества мг.					
Белки		Жиры		Углеводы		Ca	Mg	P	Fe		
13,78		12,64		60,11		215,99	42,91	217,0	1,74		
Витамины											
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B 6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг	H, мкг.	PP, мг
0,15	0,17	0,44	-	0,42	34,28	-	-	0,02	5,45	8,57	4,29

Энергетическая ценность (ккал) на 55 гр. данного блюда: 394,35

#### 5. Технологический процесс

Хлеб пшеничный нарезают ломтиками толщиной 1,0 -1,5 см. ломтики хлеба равномерно намазывают маслом сливочным, а затем повидлом.

#### 6. Требования к оформлению, реализации и хранению

Срок реализации – в течение одного часа с момента приготовления. Срок годности согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 – 1 час с момента приготовления.

##### 6.1. Органолептические показатели качества:

Внешний вид — хлеб нарезанный ломтиками, смазанный равномерно первым слоем сливочного масла, а затем слоем повидла.

Цвет — характерный для рецептурных компонентов.

Вкус и запах — приятный запах свежих продуктов, вкус характерный для рецептурных компонентов, без посторонних привкусов и запахов.

#### ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №6

Наименование кулинарного изделия (блюда): ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г. № 112

##### 1. Рецепт

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция готовой продукции, г		100 порций готовой продукции, кг	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Огурцы соленые	25	25	2,5	2,5
<b>Выход готовой продукции</b>		<b>25</b>		<b>2,50</b>

##### 2. Сведения о пищевой и энергетической ценности 1 порции блюда.

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Mg	Р	Fe
1,08	3,04	1,04	26,8	-	7,2	-	-	6,9	3,5	6,0	0,21

#### ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №7

Наименование кулинарного изделия (блюда): ПОМИДОР СВЕЖИЙ

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г.

##### 1. Рецепт

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция готовой продукции, г		100 порций готовой продукции, кг	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Томаты грунтовые	31,7	30,1	3,17	3,01
<b>Выход готовой продукции</b>		<b>30</b>		<b>3,00</b>

##### 2. Технология приготовления кулинарной продукции.

Вымыть, нарезать на порции.

##### 3. Правила оформления подачи блюд. Аккуратно укладывать на тарелку.

##### 4. Сведения о пищевой и энергетической ценности 1 порции блюда.

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Mg	Р	Fe
1,08	3,04	1,04	26,8	-	7,2	-	-	6,9	3,5	6,0	0,21

#### ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 8

Наименование кулинарного изделия (блюда): ЗЕЛЕНЬИЙ ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ

##### 1. Рецепт

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция готовой продукции, г		100 порций готовой продукции, кг	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Горошек зеленый консервированный натуральный	61,6	40,0	6,16	4,00
<b>Выход готовой продукции</b>		<b>40</b>		<b>4,00</b>

##### 2. Технология приготовления кулинарной продукции.

Зеленый горошек выкладывают из банок в подготовленную посуду и кипятят в собственном соку 3-5 минут, затем отвар сливают. Для воспитанников ясельных групп горошек перед подачей разминается в пюре.

### 3. Сведения о пищевой и энергетической ценности 1 порции блюда.

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Mg	Р	Fe
1,24	0,08	2,6	16,0	0,04	4,0	-	0,08	8,0	8,4	24,8	0,28

#### Технологическая карта кулинарного изделия № 9

Наименование кулинарного изделия: **бутерброды с маслом**

Номер рецептуры: 1.

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/под редакцией М. П. Могильного. - М.: ДеЛи принт. 2007 - 628 с.

Наименование продуктов.	Масса	
	брутто, г	нетто, г
<i>полуфабрикат ов</i>		
Масло сливочное, или шоколадное, или медовое	10	10
Хлеб	30	30
<i>Выход</i>		40

Химический состав, витамины, и микроэлементов на 1 порцию

Белки (г)	3,11
Жиры (г)	3,45
Углеводы (г)	7,56
Энергетическая ценность (ккал)	78

Са (мг)	0,6
Mg (мг)	4,8
Fe(мг)	0,12
С (мг)	0,09

#### Технология приготовления

Ломтик хлеба намазывают маслом.

### Технологическая карта кулинарного изделия № 10

Наименование кулинарного изделия: **Фрукты свежие.**

Номер рецептуры: 338.

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/под редакцией М. П. Могильного. - М.: ДеЛи принт. 2007 - 628 с.

<i>Наименование продуктов, полуфабрикатов</i>	<i>Масса</i>	
	<i>брутто, г</i>	<i>нетто, г</i>
Яблоки	100	100
или груши	100	100
или персики	100	100
или абрикосы	100	100
или бананы	100	100
или виноград	105	100
<i>Выход</i>		100

Химический состав, витамины, и микроэлементов на 1 порцию

Белки (г)	3
Жиры (г)	0
Углеводы (г)	47,2
Энергетическая ценность (ккал)	200

Са (мг)	16
Mg (мг)	84
Fe(мг)	1,2
C (мг)	20

Технология приготовления

Подготовленные плоды или ягоды подают на десертной тарелке или вазочке.

## ПЛОДЫ И ОВОЩИ СВЕЖИЕ

### ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №11

Наименование кулинарного изделия (блюда): ГРУША СВЕЖАЯ

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция готовой продукции, г		100 порций готовой продукции, кг	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Груша	44,4	40	4,44	4,00
<b>Выход:</b>	-	<b>40</b>	-	<b>4,00</b>

#### Технология приготовления:

Груши перебирают, промывают, удаляют семенное гнездо. Нарезают кусочком.

#### Сведения о пищевой и энергетической ценности 1 порции блюда

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Mg	Р	Fe
0,1	0,1	4,1	18,8	-	2	-	0,1	7,6	4,8	6,4	0,8

### ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №12

Наименование кулинарного изделия (блюда): ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция готовой продукции, г		100 порций готовой продукции, кг	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Яблоко	45,4	40	4,54	4,00
<b>Выход:</b>	-	<b>40</b>	-	<b>4,00</b>

#### Технология приготовления:

Яблоки перебирают, промывают, удаляют семенное гнездо. Нарезают кусочком.

#### Сведения о пищевой и энергетической ценности 1 порции блюда

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Mg	Р	Fe
0,1	0,1	4,1	18,8	-	2	-	0,1	7,6	4,8	6,4	0,8

### ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №13

Наименование кулинарного изделия (блюда): БАНАН СВЕЖИЙ

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция готовой продукции, г		100 порций готовой продукции, кг	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Банан	57,2	40	5,72	4,00
<b>Выход:</b>	-	<b>40</b>	-	<b>4,00</b>

#### Технология приготовления:

Бананы промывают, очищают. Нарезают кусочком.

#### Сведения о пищевой и энергетической ценности 1 порции блюда

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Mg	Р	Fe
0,43	-	5,86	24,8	0,03	6,75	-	-	5,4	16,8	11,2	0,4

### ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №14

Наименование кулинарного изделия (блюда): МАНДАРИН СВЕЖИЙ

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция готовой продукции, г		100 порций готовой продукции, кг	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Мандарин	67,56	50	6,76	5,00
<b>Выход:</b>	-	<b>50</b>	-	<b>5,00</b>

#### Технология приготовления:

Мандарины промывают, очищают, удаляют семена, разделяют на дольки.

## Сведения о пищевой и энергетической ценности 1 порции блюда

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Mg	Р	Fe
0,4	0,1	3,75	19	0,03	19,0	0,1	0,16	17,5	5,5	8,5	0,05

## Технологическая карта кулинарного изделия № 15

Наименование кулинарного изделия: **Овощи натуральные свежие.**

Номер рецептуры: 71.

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/под редакцией М. П. Могильного. - М.: ДеЛи принт. 2007 - 628 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса	
	брутто, г	нетто, г
Помидоры свежие	53	50
или огурцы свежие	53	50
<i>Выход</i>		50

Химический состав, витамины, и микроэлементов на 1 порцию

Белки (г)	1
Жиры (г)	0,4
Углеводы (г)	2,3
Энергетическая ценность (ккал)	21

Са (мг)	11,5
Mg (мг)	7
Fe(мг)	0,3
С (мг)	5

## Технология приготовления

Огурцы и помидоры перебирают, промывают небольшими партиями в подсоленной или подкисленной воде. У огурцов отрезают стебель с частью мякоти, затем нарезают кружочками или дольками непосредственно перед отпуском.

У помидоров вырезают место прикрепления плодоножки. Используют в целом виде.

## Требования к качеству

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

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

*Цвет:* огурцов - зеленый, помидоров - красный.

*Вкус:* огурцов или помидоров.

*Запах:* огурцов или помидоров.

## *Первые блюда*

В питании школьников приготавливаются горячие заправочные, молочные, пюреобразные и прозрачные супы. Супы можно приготавливать с различными мясными, рыбными и консервированными продуктами.

Овощи для приготовления супов сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток. При обработке белокочанной капусты необходимо обязательно удалить наружные листья.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

При кулинарной обработке овощей, для сохранения витаминов, следует соблюдать следующие правила: кожуру овощей чистят тонким слоем, очищают их непосредственно перед приготовлением; закладывают овощи только в кипящую воду, нарезав их перед варкой; свежую зелень добавляют в готовые блюда во время раздачи.

Для обеспечения сохранности витаминов в блюдах, овощи, подлежащие отвариванию в очищенном виде, чистят непосредственно перед варкой и варят в подсоленной воде (кроме свеклы).

При приготовлении супов с крупами следует помнить, что крупы не должны содержать посторонних примесей. Перед использованием крупы перебирают и промывают проточной водой.

При использовании консервированных продуктов потребительскую упаковку перед вскрытием промывают проточной водой и протирают ветошью.

При отпуске вареного мяса (птицы) к первым блюдам, порционированное мясо подвергают вторичной термической обработке – кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят в нем при температуре +75°C до раздачи не более 1 часа.

Молочные супы варят на молоке, смеси молока и воды, на сгущенном молоке (согласно таблицы норм взаимозаменяемости). Супы готовят с макаронными изделиями, крупами. Молочные супы варят: с макаронными изделиями – 10-40 мин (в зависимости от сорта), с дроблеными крупами – 10-15 мин, с недроблеными крупами (рисовая, гречневая, перловая, пшено) – 20-30 мин. Молочные супы с макаронными изделиями при длительной варке и хранении быстро густеют. Во избежание этого их следует готовить небольшими партиями с таким расчетом, чтобы реализовать их в течение 20-30 мин. Готовые супы заправляют растопленным сливочным маслом.

Температура подачи горячих супов +60...+65°C.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №16

Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/под редакцией М. П. Могильного.  
[Сборник М., 2007, № 36]

### 1. Рецепт

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция готовой продукции, г		100 порций готовой продукции, кг	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Картофель с 01.09 по 31.10	105,0	78,75	10,50	7,88
с 01.11 по 31.12	112,5		11,25	
с 01.01 по 28-29.02	121,5		12,15	
с 01.03	131,25		13,13	
Морковь до 01.01	12	9,6	1,2	0,96
с 01.01	12,75		1,28	
Лук репчатый	7,5	6,3	0,75	0,63
Укроп	1,5	1,11	0,15	0,11
Сметана 15%	6,0	6,0	0,6	0,6
Бульон мясной	180	180	18,0	18,0
Соль	0,3	0,3	0,03	0,03
<b>Выход готовой продукции</b>		<b>150</b>		<b>15,00</b>

### 2. Технология приготовления кулинарной продукции.

Очищенный картофель нарезать кубиками или брусочками. Морковь и репчатый лук мелко шинковать. В кипящий бульон положить мелко нарезанный картофель и варить при медленном кипении 7-10 минут. Добавить овощи, соль и варить до готовности. За 1-2 минуты до окончания варки добавить шинкованную зелень петрушки, сметану и прокипятить.

### 3. Правила оформления подачи блюд. Можно подавать в однопорционной посуде. Оптимальная температура блюда 75°C.

### 4. Характеристика изделия по органолептическим показателям:

- **Внешний вид** – форма нарезки овощей сохранена, часть картофеля может быть разварена;
- **Цвет** – жидкая часть прозрачна или с бесцветной мутью;
- **Вкус, запах** – свойственные отварному картофелю с ароматом овощей;
- **Консистенция** картофеля и овощей – мягкая.

### 5. Сведения о пищевой и энергетической ценности 1 порции блюда.

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Mg	Р	Fe
2,8	1,5	11,6	84,4	0,11	8,8	0,006	0,075	31,56	25,8	118,82	0,86

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 17

Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ

Номер рецептуры: 206

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий

для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:  
А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К.,  
2005, с. 87

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

#### Химический состав данного блюда

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

#### *Технология приготовления:*

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

Горох лущеный перебирают, моют, кладут в холодную воду (2-3 л на 1 кг), на 3-4 ч, затем варят в той же воде без соли при закрытой крышке до размягчения.

Затем горох кладут в кипящую воду, доводят до кипения, добавляют картофель, пассерованные морковь и лук и варят до готовности.

#### *Требования к качеству:*

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

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

*Цвет:* светло-желтый (горчичный)

*Вкус:* умеренно соленый, свойственный гороху  
*Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 18

Наименование кулинарного изделия (блюда): РАССОЛЬНИК ПЕТЕРБУРГСКИЙ

Номер рецептуры: 197

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий

для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:  
 А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К.,  
 2005, с. 83

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

Химический состав данного блюда

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

#### Технология приготовления:

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

#### Требования к качеству:

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

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

*Цвет:* жира на поверхности – желтый, овощей – натуральный

*Вкус:* умеренно соленый, с умеренной кислотностью

*Запах:* продуктов, входящих в рассольник.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №19

### Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г № 82

Наименование продукта	Норма расхода продуктов на 1 порцию массой нетто 100 г	
	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Свекла столовая свежая	20	16
Капуста белокочанная свежая	10	8
Картофель свежий продовольственный	11,5	8
Морковь столовая свежая	5	4
Лук репчатый свежий	4	4
Томат-паста	1,2	1,2
Масло сливочное	2	2
Сахар-песок	1	1
Бульон мясной	80	80
Соль	0,2	0,2
Сметана 15%	2	2
Кислота лимонная	0,04	0,04
<b>Выход:</b>	-	<b>100</b>

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, г		
Белки	Жиры	Углеводы
1,81	4,13	3,38

Минеральные вещества, мг			
Ca	Mg	P	Fe
19,09	14,08	56,93	2,06

Витамины, мг					
A	B1	B2	PP	C	E
0,01	0,04	0,07	0,51	4,24	0,11

Энергетическая ценность (ккал)
67,16

**Технология приготовления:** для приготовления блюда используют бульон, полученный при варке мяса для второго блюда. Бульон процеживают через сито. Очищенные овощи и зелень петрушки промывают в проточной воде не менее 5 минут. Подготовленную капусту белокочанную свежую шинкуют. Свеклу свежую промытую нарезают соломкой и тушат в толстостенной закрытой посуде с добавлением томат-пасты, лимонной кислоты, масла сливочного и небольшого количества бульона (15-20% к массе свеклы). Картофель свежий очищенный (полуфабрикат сульфитированный) помещают в кипящую воду, доводят до кипения и кипятят в течении 5-7 минут, отвар сливают. Подготовленный картофель нарезают брусочками. Шинкованные морковь, лук репчатый и сушеный корень петрушки припускают в масле сливочном с добавлением бульона (1/10 от рецептурной нормы) в течение 10 -15 минут. В кипящий бульон закладывают нашинкованную капусту, доводят до кипения, затем добавляют нарезанный брусочками картофель и варят 10-15 мин. Затем кладут измельченную

свеклу тушеную, припущенные морковь, лук репчатый и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль, сахар-песок.

Готовый борщ заправляют прокипяченной сметаной и вновь доводят до кипения.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 20

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Суп с макаронными изделиями.**

Номер рецептуры: № 111

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г.

### 1. Область применения

Настоящая технологическая карта распространяется на суп с макаронными изделиями, вырабатываемый и реализуемый в общеобразовательном учреждении.

### 2. Требования к сырью

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество

### 3. Рецепттура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	Нетто, кг.
Макаронные изделия	8,0	8,0	0,8	0,8
Морковь	5,0	4,0	0,5	0,4
Лук репчатый	4,8	4,0	0,48	0,4
Томатное пюре	6,0	6,0	0,6	0,6
Масло растительное	2,0	2,0	0,2	0,2
Бульон или вода	80,0	80,0	8,0	8,0
Соль	8,0	8,0	0,8	0,8
Выход	100,0		10,0	

### 4. Химический состав, витамины и микроэлементы

В 100 граммах данного блюда содержится											
Пищевые вещества г.						Минеральные вещества мг.					
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe					
0,13	0,01	0,75	33,00	2,86	5,65	0,31	Витамины				
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B 6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг	H, мкг.	PP, мг
0,46	0	0	-	0,01	0,90	-	0,74	-	0,04	0,04	0,06

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 3,0

### 5. Технологический процесс

В кипящий бульон или воду закладывают подготовленные макаронные изделия, доводят до кипения, затем добавляют пассированные овощи, томат и варят до готовности. За 5 – 10 минут до окончания варки добавляют соль. При приготовлении супа с вермишелью в кипящий бульон или воду кладут пассированные овощи и варят 5-8 минут, затем добавляют вермишель и варят суп до готовности. Можно готовить с мясными продуктами и птицей.

### 6. Требования к оформлению, реализации и хранению

Горячие супы отпускают при температуре 75 градусов, они могут находиться на мармите или плите не более 2-3 часов. Хранение свыше 2-3 часов не допускается, согласно СанПиН 2.4.5.2409-08.

#### 6.1. Органолептические показатели качества:

Внешний вид — консистенция жидкая. Цвет — цвет соответствует рецептурным компонентам. Вкус и запах — приятный аромат свежеприготовленного супа с макаронными изделиями, вкус характерный для рецептурного компонента, без посторонних привкусов и запахов.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 22

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

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г. № 88

### 1. Область применения

Настоящая технологическая карта распространяется на щи из свежей капусты с картофелем, вырабатываемый и реализуемый в общеобразовательном учреждении.

### 2. Требования к сырью

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество

### 3. Рецепттура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	Нетто, кг.
Капуста свежая	25,0	20,0	2,5	2,0
Картофель	16,0	12,0	1,6	1,2
Морковь	5,0	4,0	0,5	0,4
Петрушка (корень)	1,3	1,0	0,13	0,10
Лук репчатый	4,8	4,0	0,48	0,4
Томатное пюре	1,0	1,0	0,1	0,1
Масло растительное	2,0	2,0	0,2	0,2
Бульон или вода	80,0	80,0	8,0	8,0
Соль	8,0	8,0	0,8	0,8
Выход	100,0		10,0	

### 4. Химический состав, витамины и микроэлементы

В 100 граммах данного блюда содержится												
Пищевые вещества г.						Минеральные вещества мг.						
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe						
0,40	0,07	3,02	30,07	5,88	13,69	0,39	Витамины					
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B 6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг.	H, мкг.	PP, мг.	
0,39	0,01	0,01	-	0,05	2,14	-	3,80	-	0,04	0,05	0,24	

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 136,4

### 5. Технологический процесс

Капусту нарезают шашками. Картофель дольками. В кипящий бульон или воду закладывают подготовленную капусту, доводят до кипения, потом добавляют картофель, пассированные овощи и варят до готовности. За 5 – 10 минут до окончания варки добавляют пассированное томатное пюре, соль. При приготовлении щей из ранней капусты, её закладывают после картофеля.

### 6. Требования к оформлению, реализации и хранению

Горячие супы отпускают при температуре 75 градусов, они могут находиться на мармите или плите не более 2-3 часов. Хранение свыше 2-3 часов не допускается, согласно СанПиН 2.4.5.2409-08.

### 6.1. Органолептические показатели качества:

Внешний вид — консистенция жидкая. Цвет — цвет соответствует рецептурным компонентам. Вкус и запах — приятный аромат свежеприготовленных щей из свежей капусты с картофелем, вкус характерный для рецептурного компонента, без посторонних привкусов и запахов.

#### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 23

Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ  
С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ

Номер рецептуры: 209

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель молодой до 1 сент.	100	80	1252	100
***с 1 сентября по 31 октября	106,7	80	133,3	100
***с 1 ноября до 31 декабря	114,3	80	142,8	100
***с 1 января по 28-29 февраля	123,1	80	153,8	100
***с 1 марта	133,3	80	166,7	100
Морковь до 1 января	10	8	12,5	10
***с 1 января	10,7	8	13,3	10
Лук репчатый	9,6	8	12	10
Томатное пюре	2	2	2,5	2,5
Масло растительное	2	2	2,5	2,5
Вода	150	150	187,5	187,5
<b>На фрикадельки:</b>				
Говядина (котлетное мясо) б/к	18,8	17,1	23,7	21,5
Лук репчатый	1,8	0,2	2,3	0,25
Вода	0,2	0,2	0,25	0,25
Яйцо	1,25	1,2	1,6	1,55
<b>ВЫХОД:</b>	200/20		250/25	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
200/20	5,83	4,56	13,59	118,80	25,52	32,01	103,97	1,29	0,12	9,87	3,96
250/25	7,29	5,70	16,99	148,50	31,90	40,01	129,96	1,61	0,15	12,34	4,95

#### Технология приготовления:

В кипящую воду кладут картофель, нарезанный кубиками, брусочками или дольками, доводят до кипения, добавляют нарезанные ломтиками или брусочками пассированные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют пассированное томатное пюре, специи, соль.

Фрикадельки припускают отдельно в небольшом количестве бульона или воды до готовности и кладут в суп при отпуске. Бульон после припускания фрикаделек добавляют в суп. Суп можно готовить без томатного пюре.

Фрикадельки: 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 на мармите в бульоне.

#### Требования к качеству:

*Внешний вид:* в жидкой части супа распределены картофель и овощи, сохранившие форму нарезки. Фрикадельки одинакового размера

*Консистенция:* овощи и картофель мягкие, фрикадельки – упругие, сочные

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

Вкус: умеренно соленый, свойственный фрикаделькам, картофелю и овощам

Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам

### Технологическая карта № 24

Наименование кулинарного изделия (блюда): **КЛЕЦКИ**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г. № 109

#### 1. Область применения

Настоящая технологическая карта распространяется на клецки реализуемые в общеобразовательных учреждениях.

#### 2. Требования к сырью

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество

#### 3. Рецепт

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	Нетто, кг.
Мука пшеничная	30,8	30,8	3,08	3,08
Масло сливочное	3,5	3,5	0,35	0,35
Яйцо	2 и 1/5 шт.	88,0	220 шт.	8,8
Вода или молоко	48,3	48,3	4,83	4,83
Соль	9,0	9,0	0,9	0,9
Масса теста	-	90,0	-	9,0
Выход	100,0		10,0	

#### 4. Химический состав, витамины и микроэлементы

В 100 граммах блюда в рецептуре с водой. Энерг. ценность (ккал): 58,27											
Пищевые вещества г.						Минеральные вещества мг.					
Белки	Жиры	Углеводы	Са	Mg	P	Fe					
1,72	5,65	0,13	55,14	1,99	26,65	0,71					
Витамины											
А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	В5, мг.	В 6, мг.	В9, мкг.	В12, мкг.	С, мг.	Д, мкг.	Е, мг	Н, мкг.	РР, мг
0,09	0	0,05	-	0,01	0,93	0,06	-	0,30	0,37	2,70	0,02
В 100 граммах блюда в рецептуре с молоком. Энерг. ценность (ккал): 98,18											
Пищевые вещества г.						Минеральные вещества мг.					
Белки	Жиры	Углеводы	Са	Mg	P	Fe					
3,72	7,85	3,36	137,70	11,63	88,57	0,78					
Витамины											
А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	В5, мг.	В 6, мг.	В9, мкг.	В12, мкг.	С, мг.	Д, мкг.	Е, мг	Н, мкг.	РР, мг

0,10	0,03	0,19	-	0,04	4,37	0,34	0,89	0,33	0,43	4,90	0,09
------	------	------	---	------	------	------	------	------	------	------	------

### 5. Технологический процесс

В воду или молоко кладут масло сливочное, соль и доводят до кипения. Помешивая всыпают муку и заваривают тесто, которое не переставая помешивать, прогревают в течении 5-10 минут. Затем массу охлаждают до температуры 60-70 градусов. Добавляют в 3-4 приема сырые яйца и перемешивают. Далее тесто закатывают в виде жгута и нарезают на кусочки массой 10 -15 гр. Для варки клецек на 1 кг используют 5 литров жидкости. Варят при слабом огне в течении 5-7 минут.

### 6. Требования к оформлению, реализации и хранению

Температура подачи: не ниже 65°C. Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления. Хранение свыше 3 часов не допускается, согласно СанПиН 2.4.5.2409-08. Подогрев остывших ниже температуры раздачи готовых горячих блюд не допускается.

#### 6.1. Органолептические показатели качества:

Внешний вид — изделие проваренное, оформленное.

Цвет — цвет соответствует рецептурным компонентам.

Вкус и запах — приятный вкус и аромат свежеприготовленных клецек без постороннего вкуса и запаха.

### Технологическая карта № 25

Наименование кулинарного изделия (блюда): **СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ.**

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г. № 108

#### 1. Область применения

Настоящая технологическая карта распространяется на суп картофельный с клецками реализуемый в общеобразовательных учреждениях.

#### 2. Требования к сырью

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество

#### 3. Рецепт

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	Нетто, кг.
Картофель	26,7	20,0	2,67	2,0
Морковь	5,0	4,0	0,5	0,4
Лук репчатый	4,8	4,0	0,48	0,4
Клецки готовые	-	26,0	-	2,60
Масло растительное	1,0	1,0	0,1	0,1
Бульон или вода	75,0	75,0	7,5	7,5
Соль	8,0	8,0	0,8	0,8
Выход	100,0		10,0	

#### 4. Химический состав, витамины и микроэлементы

В 100 граммах данного блюда содержится						
Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
0,14	1,08	0,78	34,41	2,98	5,89	0,32
Витамины						

А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	В5, мг.	В 6, мг.	В9, мкг.	В12, мкг.	С, мг.	D, мкг.	Е, мг	Н, мкг.	РР, мг
0,47	0	-	-	0,01	0,94	-	0,77	-	0,48	0,04	0,06

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 132,4

### **5. Технологический процесс**

В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, добавляют пассированные овощи и варят до полуготовности. За 5-10 минут добавляют соль. Клецки варят отдельно в небольшом количестве бульона или воды небольшими партиями до готовности и кладут в суп при отпуске.

### **6. Требования к оформлению, реализации и хранению**

Горячие супы отпускают при температуре 75 градусов, они могут находиться на мармите или плите не более 2-3 часов. Хранение свыше 2-3 часов не допускается, согласно СанПиН 2.4.5.2409-08.

#### **6.1. Органолептические показатели качества:**

Внешний вид — консистенция жидкая.

Цвет — цвет соответствует рецептурным компонентам.

Вкус и запах — приятный аромат свежеприготовленного супа картофельного с клецками, вкус характерный для рецептурного компонента, без посторонних привкусов и запахов

## Технологическая карта № 26

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

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г. № 120

### 1. Область применения

Настоящая технологическая карта распространяется на суп молочный с макаронными изделиями реализуемый в общеобразовательных учреждениях.

### 2. Требования к сырью

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество

### 3. Рецепттура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	Нетто, кг.
Молоко	50,0	50,0	5,0	5,0
Вода	42,0	42,0	4,2	4,2
Макаронные изделия	8,0	8,0	0,8	0,8
Масло сливочное	8,0	8,0	0,8	0,8
Сахар	6,0	6,0	0,6	0,6
Соль	6,0	6,0	0,6	0,6
Выход	100,0		10,0	

### 4. Химический состав, витамины и микроэлементы

В 100 граммах данного блюда содержится											
Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.								
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe					
2,00	1,48	12,13	79,89	7,46	45,57	0,37					
Витамины											
А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	В5, мг.	В 6, мг.	В9, мкг.	В12, мкг.	С, мг.	Д, мкг.	Е, мг	Н, мкг.	РР, мг
0	0,03	0,09	-	0,03	3,59	0,17	0,57	0,02	0,18	1,54	0,12

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 66,82

### 5. Технологический процесс

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

### 6. Требования к оформлению, реализации и хранению

При отпуске заправляют маслом. Горячие супы отпускают при температуре 75 градусов, они могут находиться на мармите или плите не более 2-3 часов. Хранение свыше 2-3 часов не допускается, согласно СанПиН 2.4.5.2409-08.

#### 6.1. Органолептические показатели качества:

Внешний вид — консистенция жидкая.

Цвет — цвет соответствует рецептурным компонентам.

Вкус и запах — приятный аромат свежеприготовленного супа с макаронными изделиями, вкус характерный для рецептурного компонента, без посторонних привкусов и запахов.

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 27

Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ

Номер рецептуры: 87

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010, с. 135

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Консервы рыбные в собственном соку	32	32	40	40
Картофель молодой до 1 сент.	70	56	87,5	70
***с 1 сентября по 31 октября	74,7	56	93,3	70
***с 1 ноября до 31 декабря	80	56	100	70
***с 1 января по 28-29 февраля	86,2	56	107,7	70
***с 1 марта	93,3	56	116,7	70
Морковь до 1 января	16	13	20,3	16,25
***с 1 января	17,3	13	21,7	16,25
Лук репчатый	7,6	6	9,5	7,5
Крупа рисовая	4	4	5	5
Масло сливочное	3	3	3,8	3,8
Вода	160	160	200	200
<b>ВЫХОД:</b>	200		250	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
200	6,89	6,72	11,47	133,80	36,24	37,88	141,22	1,01	0,08	7,29	12,0
250	8,61	8,40	14,34	167,25	45,30	47,35	176,53	1,26	0,10	9,11	15,00

#### Технология приготовления:

В кипящий бульон или воду закладывают подготовленную крупу, картофель, припущенные овощи. За 1-15 минут до окончания варки закладывают предварительно протертые рыбные консервы, соль. Доводят до готовности. За 5 минут до готовности вводят соль, сахар, лавровый лист.

#### Требования к качеству:

*Внешний вид:* картофель нарезан брусочками или кубиками, рис сохранил форму

*Консистенция:* овощи и картофель мягкие, соблюдается соотношение плотной и жидкой частей супа

*Цвет:* бульона - золотисто-серый, овощей - натуральный

*Вкус:* рыбы, овощей и риса, в муре соленый

*Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 28

Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП ИЗ ОВОЩЕЙ

Номер рецептуры: 202

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий

для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:  
А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К.,  
2005, с. 86

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Капуста свежая	20	16	25	20
Картофель молодой до 1 сент.	50	40	62,5	50
***с 1 сентября по 31 октября	53,3	40	66,7	50
***с 1 ноября до 31 декабря	57,1	40	71,4	50
***с 1 января по 28-29 февраля	61,5	40	76,9	50
***с 1 марта	66,7	40	83,3	50
Морковь до 1 января	10	8	12,5	10
***с 1 января	10,7	8	13,3	10
Лук репчатый	9,6	8	12	10
Зеленый горошек	9,2	6	11,5	7,5
Масло растительное	4	4	4,8	4,8
Вода	150	150	187,5	187,5
<b>ВЫХОД:</b>	200		250	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
200	1,68	5,98	9,35	98,37	25,71	43,02	69,47	0,07	0,11	6,80	0,00
250	2,10	7,48	11,69	122,96	32,14	53,78	86,84	0,09	0,14	8,50	0,00

### Технология приготовления:

Мелко нашинкованные морковь, лук пассеруют с жиром. В кипящий бульон или воду кладут нашинкованную белокочанную капусту, дольки картофеля. За 10-15 мин до окончания варки супа добавляют пассерованные овощи, подготовленный в соответствии с требованиями СанПиНа горошек зеленый, соль и специи.

Горошек зеленый консервированный можно заменить свежемороженым в соответствии с нормами взаимозаменяемости.

Суп можно отпускать с прокипяченной сметаной.

### Требования к качеству:

*Внешний вид:* в жидкой части супа распределены картофель и овощи

*Консистенция:* картофель, коренья – мягкие, капуста – упругая, соблюдается соотношение жидкой и плотной части

*Цвет:* супа - золотистый, жир на поверхности – светло - оранжевый, овощей – натуральный

*Вкус:* картофеля, припущенных овощей, умеренно соленый

*Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

## Технологическая карта кулинарного изделия № 29

Наименование кулинарного изделия: **Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне**

Номер рецептуры: 88.

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/под редакцией М. П. Могильного. - М.: ДеЛи принт. 2007 - 628 с.

<i>Наименование продуктов, полуфабрикатов</i>	<i>Масса</i>	
	<i>брутто, г</i>	<i>нетто, г</i>
Капуста белокочанная	62	50
Картофель	40	32
Морковь	13	12
Говядина	20	20
Лук репчатый	12	11
Томатная паста	2	2
Масло растительное	5	5
Бульон или вода	200	200
Соль	3	3
<b><i>Выход</i></b>		250

Химический состав, витамины, и микроэлементов на 1 порцию

Белки (г)	1,95
Жиры (г)	6,85
Углеводы (г)	12,15
Энергетическая ценность (ккал)	148,35

Са (мг)	51
Mg (мг)	27
Fe(мг)	1,0
C (мг)	9,6

### Технология приготовления

Капусту нарезают шашками, картофель - дольками.

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

### Технологическая карта кулинарного изделия № 30

Наименование кулинарного изделия: суп из овощей на мясном бульоне.

Номер рецептуры: 99.

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/под редакцией М. П. Могильного. - М.: ДеЛи принт. 2007 - 628 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса	
	брутто, г	нетто, г
Капуста белокочанная	25	23,5
Картофель	67	63
Морковь	13	11
Лук репчатый	12	11,3
Горошек зеленый консервированный или фасоль овощная (лопатка) свежая	12	12
Масло растительное	5	5
Бульон или вода	225	225
Говядина	20	20
Соль	2	2
<i>Выход</i>		250

Химический состав, витамины, и микроэлементов на 1 порцию

Белки (г)	3,13
Жиры (г)	6,75
Углеводы (г)	26,65
Энергетическая ценность (ккал)	174,3

Са (мг)	137,25
Mg (мг)	81
Fe(мг)	7,65
C (мг)	0

#### Технология приготовления

В кипящий бульон кладут нашинкованную белокочанную капусту, нарезанные стручки фасоли, картофель, нарезанный дольками. За 10-15 мин до окончания варки супа добавляют пассерованные овощи, горошек зеленый, соль.

Суп можно отпускать с прокипяченной сметаной.

#### Требования к качеству

*Внешний вид:* в жидкой части супа капуста, коренья, стручки фасоли нарезаны соломкой, картофель - дольками.

*Консистенция:* овощи мягкие, но не переварены, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

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

*Вкус:* капусты, картофеля, овощей; умеренно соленый, кисловатый.

*Запах:* пассированных кореньев.

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 31

Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ  
 Номер рецептуры: 94  
 Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур  
 блюд и кулинарных изделий для питания детей  
 дошкольных образовательных учреждений / Под ред.  
 М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. –  
 М.: ДеЛи принт, 2010, с. 139

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Молоко	140	140	175	175
Вода	60	60	75	75
Крупы: рисовая, манная или кукурузная	12	12	15	15
гречневая или пшено	16	16	20	20
Сахар	1,6	1,6	2	2
Масло сливочное	2	2	2,5	2,5
<b>ВЫХОД:</b>	200		250	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
<b>С рисовой крупой</b>											
200	4,82	1,02	16,83	132,4	158,82	23,06	137,46	0,25	0,06	0,91	30,60
250	6,03	1,28	21,04	165,50	198,53	28,83	171,83	0,31	0,08	1,14	38,25
<b>С манной крупой</b>											
200	5,21	5,08	16,42	132,20	160,14	19,60	130,04	0,25	0,07	0,91	30,60
250	6,51	6,35	20,53	165,25	200,18	24,50	162,55	0,31	0,09	1,14	38,25
<b>С кукурузной крупой</b>											
200	4,97	5,10	16,50	131,80	161,68	28,90	154,66	0,55	0,09	0,91	30,60
250	6,21	6,38	20,63	164,75	202,10	36,13	193,33	0,69	0,11	1,14	38,25
<b>С гречневой крупой</b>											
200	5,97	5,48	17,08	141,60	160,88	46,46	165,66	1,13	0,11	0,91	30,60
250	7,46	6,85	21,35	177,00	201,10	58,08	207,08	1,41	0,14	1,14	38,25
<b>С пшеном</b>											
200	5,80	5,48	18,57	146,80	161,92	29,62	155,78	0,54	0,11	0,91	30,60
250	7,25	6,85	23,21	183,50	202,40	37,03	194,73	0,68	0,14	1,14	38,25

#### **Технология приготовления:**

Крупы подготавливать в соответствии с требованиями СанПиНа. После закипания смеси молока и воды в нее закладывают крупы. Манную и мелко дробленную крупу засыпают тонкой струйкой в кипящую смесь при быстром помешивании, добавляют сахар и варят до готовности. Затем закладывают растопленное сливочное масло, доводят суп до кипения и раздают.

Суп можно готовить на цельном молоке, на смеси молока и воды, на сгущенном молоке. При приготовлении на молоке сгущенном соотношение цельного молока к сгущенному 1 : 0,38

#### **Требования к качеству:**

*Внешний вид:* в жидкой части супа – крупа разваренная, на поверхности – сливочное масло

*Консистенция:* в меру вязкая, крупы – мягкая, набухшая, соблюдается соотношение плотной и жидкой частей супа

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

*Вкус:* сладковатый, молока и сливочного масла

*Запах:* кипяченого молока, свойственный входящим в блюдо продуктам

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 32

Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ

Номер рецептуры: 93

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010, с. 139

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Молоко	140	140	175	175
Вода	60	60	75	75
Лапша домашняя № 118 или вермишель, фигурные изделия, макароны	16	16	20	20
Сахар	1,6	1,6	2	2
Масло сливочное	2	2	2,5	2,5
<b>ВЫХОД:</b>	200		250	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A	
<b>С лапшой домашней № 118</b>												
200	6,05	5,60	18,25	147,60	164,74	24,10	144,28	0,53	0,09	0,91	39,20	
250	7,56	7,00	22,81	184,50	205,93	30,13	180,35	0,66	0,11	1,14	49,00	
<b>С вермишелью</b>												
200	5,75	5,21	18,84	145,20	161,62	24,14	137,98	0,51	0,09	0,91	30,60	
250	7,19	6,51	23,55	181,50	202,03	30,18	172,48	0,64	0,11	1,14	38,25	
<b>С макаронными изделиями</b>												
200	5,75	5,21	18,84	145,20	161,62	24,14	137,98	0,51	0,09	0,91	30,60	
250	7,19	6,51	23,55	181,50	202,03	30,18	172,48	0,64	0,11	1,14	38,25	

#### **Технология приготовления:**

Макаронные изделия варят в воде до полуготовности (макароны – 15-20 мин, лапшу – 10-12 мин, вермишель – 5-7 мин), воду сливают, а макаронные изделия закладывают в кипящую смесь молока и воды и, периодически помешивая, варят до готовности. Заправляют сахаром, солью, сливочным маслом, доводят до кипения.

#### **Требования к качеству:**

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

*Консистенция:* макаронные изделий - мягкая

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

*Вкус:* умеренно сладковатый, молока и сливочного масла

*Запах:* кипяченого молока, свойственный входящим в блюдо продуктам

# ***Блюда из картофеля, овощей, круп и макаронных изделий***

## *\* блюда из овощей и картофеля*

Для приготовления блюд овощи подвергают различным приемам тепловой обработки – варке, припусканию, тушению, запеканию.

Пищевая ценность овощных блюд обусловлена высоким содержанием в них витаминов, углеводов и минеральных солей, легко усвояемых и необходимых организму человека.

Однако содержащиеся в овощах минеральные соли, углеводы и витамин С легко растворимы в воде, поэтому очищенные овощи действующий СанПиН запрещает оставлять на длительный срок в холодной воде. Особенно это относится к картофелю, активность витамина С в котором при хранении в воде снижается на 40%. Для лучшей сохранности витамина С овощи при варке следует опускать в кипящую воду и варить в закрытой посуде при слабом кипении.

Картофель и морковь варят очищенными, свеклу – в кожуре. При варке картофель и овощи кладут в кипящую подсоленную воду (0,6-0,7 л воды на 1 кг). Уровень воды должен быть на 1-1,5 см выше уровня овощей. Соль используют из расчета 10 г на 1 л воды. Свеклу, морковь и горох лущеный варят без соли, так как она ухудшает их вкусовые качества и замедляет процесс варки.

Овощи, имеющие зеленую окраску (зеленый горошек, капусту) варят в большом количестве воды (3-4 л на 1 кг) в открытой посуде при бурном кипении во избежание изменения их цвета.

Для припускания и тушения овощи нарезают дольками, соломкой или кубиками. Для приготовления тушеных блюд, таких как овощное рагу, картофель тушеный, морковь тушеная и др. предварительно обжаренные или припущенные овощи тушат с добавлением соуса. При этом рекомендуется добавить жидкость (воду – в количестве 10-15% от массы овощей) с учетом тепловых потерь при тушении.

Свежую зелень добавляют в готовые блюда во время раздачи. Зелень, предназначенные для приготовления блюд без последующей термической обработки, следует тщательно промывать проточной водой и выдержать в 3% растворе уксусной кислоты или 10% растворе поваренной соли в течение 10-минут с последующим ополаскиванием проточной водой и просушиванием (п. 8.19 СанПиН 2.4.5.2409 – 08).

## *\*блюда из круп*

Из круп приготавливаются каши (их разнообразие представлено в разделе «Гарниры»), а также изделия из каш.

Каши можно варить из любого вида крупы. Варят из на молоке, на воде, на смеси молока и вода, при отсутствии цельного молока – на сгущенном, согласно норм взаимозаменяемости в таком случае каждый литр цельного молока заменяется 0,38 (1 банкой) сгущенного.

Перед варкой каши крупу просеивают, перебирают и промывают. Пшено, рисовую, перловую крупу сначала промывают теплой, а затем горячей водой, ячневую – только теплой. При этом следует учитывать, что при промывании в крупе остается значительное количество воды, которое колеблется в пределах 10-30% от массы сухой крупы. Это нужно иметь в виду при дозировании жидкости. Гречневую крупу, манную и другие дробленые крупы, а также «Геркулес», не промывают. Крупы промывают проточной водой (п. 8.15 СанПиНа 2.4.5.2409-08).

При изготовлении блюд из круп чаще всего используют сваренную вязкую кашу. В готовой вязкой каше зерна крупы должны быть полностью набухшими и хорошо разваренными. Такая каша держится на тарелке, не расплываясь.

При варке вязкой каши следует учитывать, что различные виды круп неодинаково быстро набухают и развариваются. Например, рисовая, перловая, овсяная, пшеничная, кукурузная крупы и пшено в молоке с добавлением воды развариваются медленнее, чем в воде. Поэтому сначала эти крупы варят 20-30 мин в кипящей воде (пшено – не более 10 минут), после чего лишнюю воду сливают, добавляют горячее молоко и варят кашу до готовности.

Значительно лучше и быстрее развариваются «Геркулес», манная и дробленые крупы: овсяная, рисовая, ячневая и пшеничная (№№ 4, 5, 7, «Артек»). Ячневую крупу или «Геркулес» засыпают в кипящее молоко и варят до готовности.

Манная крупа в воде или молоке с водой при 90-95 °С почти полностью набухает, поэтому ее следует всыпать в горячую жидкость при непрерывном помешивании и варить 20 мин.

Из таких каш готовят крупеники, запеканки и пудинги (запеченные)

*\*блюда из макаронных изделий*

Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды и 50 г соли) без последующей промывки (согласно п. 8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Макаронны варят 20-30 мин, лапшу – 20-25 мин. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывая воду, в результате чего их масса увеличивается примерно в 3 раза, в зависимости от сорта.

Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с растопленным сливочным маслом, чтобы они не склеивались и не образовывали комков. Блюда из макаронных изделий подают в горячем виде. Согласно требований п. 8.24 СанПиН 2.4.5.2409-08 вторые блюда и гарниры при раздаче должны иметь температуру не ниже +65°С.

Для приготовления запеченных блюд макаронные изделия варят, не откидывая, в небольшом количестве воды (на 1 кг макаронных изделий 2-2,3 л воды и 30 г соли).

Количество масла сливочного и сметаны можно изменять: масла 10-20 г, сметаны 20 или 40 г на порцию, при этом соответственно изменяется выход блюда.

При использовании в рецептурах блюд яиц следует помнить, что перед использованием проводят обработку в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха, используя для этих целей промаркированные ванны и (или) емкости, возможно использование перфорированных емкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке (п.8.14. СанПиН 2.4.5.2409-08):

I – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;

II – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;

III – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду;

не допускается хранить яйцо в кассетницах поставщика в производственных цехах пищеблока.

Запеченные блюда из макаронных изделий готовят в жарочном шкафу - 20-30 минут при температуре 220-280 °С, слоем не более 3-4 см (п.8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Горячие блюда при раздаче должны иметь температуру не ниже +65°С (п. 8.24 СанПиН 2.4.5.2409 – 08).

### Технологическая карта № 33

Наименование кулинарного изделия (блюда): **РИС ОТВАРНОЙ**

Номер рецептуры: № 304

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г.

#### 1. Область применения

Образовательное учреждение

#### 2. Требования к сырью

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества и пр.).

#### 3. Рецепт

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	нетто, кг.
Рис	36,0	36,0	3,60	3,60
Масло сливочное	4,5	4,5	0,45	0,45
Соль	5,0	5,0	0,5	0,5
Выход	100,0		10,0	

#### 4. Химический состав, витамины и микроэлементы

В 100 граммах данного блюда содержится											
Пищевые вещества г.						Минеральные вещества мг.					
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe					
5,82	9,74	50,0	93,84	76,81	261,39	2,39					
Витамины											
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B 6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг.	H, мкг.	PP, мг.
0,09	0,39	0,08	-	0,39	27,69	-	-	0,01	1,0	9,49	3,01

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 298,47

#### 5. Технологический процесс

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

#### 6. Требования к оформлению, реализации и хранению

Подают рис на гарнир, а также для приготовления фаршей. Температура подачи +65<sup>0</sup>С. Срок реализации – 2 часа с момента приготовления. Срок годности согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 – 2 часа с момента приготовления. Подогрев остывших ниже температуры раздачи готовых горячих блюд не допускается.

##### 6.1. Органолептические показатели качества:

Внешний вид — рис не разварен, консистенция не слипшаяся.

Цвет — характерный для рецептурных компонентов.

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

## Технологическая карта кулинарного блюда № 34

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

Номер рецептуры: 688

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий

для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:

А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К.,

2005, с. 317

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

Химический состав данного блюда

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

### *Технология приготовления:*

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

Сваренные макароны откидывают и перемешивают с прокипяченным сливочным маслом.

### *Требования к качеству:*

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

*Консистенция:* мягкая, рассыпчатая

*Цвет:* светло-кремовый

*Вкус:* умеренно соленый

*Запах:* отварных макаронных изделий с маслом

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 35

Наименование кулинарного изделия (блюда): каша вязкая молочная из риса, пшена с маслом и сахаром.

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г. № 175

### 1. Область применения

Настоящая технологическая карта распространяется на кашу вязкую молочную из риса, пшена с маслом и сахаром реализуемая в общеобразовательных учреждениях.

### 2. Требования к сырью

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество

### 3. Рецепт

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	нетто, кг.
Гречка	14	14	1,4	1,4
Пшено	19	19	1,9	1,9
Вода	65	65	6,5	6,5
Молоко	100	100	10,0	10,0
Соль	4	4	0,4	0,4
Масса каши		200		20,0
Масло сливочное	10	10	0,1	0,1
Сахар	10	10	0,1	0,1
Выход	220		22,0	

### 4. Химический состав, витамины и микроэлементы

В 220 граммах данного блюда содержится											
Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.								
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe					
2,70	5,41	18,49	66,05	19,02	79,86	0,50					
Витамины											
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг.	H, мкг.	PP, мг.
0,05	0,08	0,10	-	0,09	7,67	0,17	0,57	0,03	0,41	2,14	0,40

Энергетическая ценность (ккал) на 220 гр. данного блюда: 128,90

### 5. Технологический процесс

Перед варкой каши крупы перебирают, промывают сначала теплой, затем горячей водой. Промытую, перебранную рисовую крупу всыпают в кипящую воду и варят периодически помешивая, затем добавляют пшено, варят до полуготовности. Затем добавляют горячее молоко, соль, сахар и варят до готовности при непрерывном помешивании. Закладку прокипяченного сливочного масла производят непосредственно в каждую партию приготовленной каши. Температура подачи блюда +65°C. Срок реализации не позднее 2 – 3 часов с момента приготовления.

### 6. Требования к оформлению, реализации и хранению

При отпуске горячую кашу кладут на тарелку и поливают растопленным маслом и посыпают сахаром. Температура подачи +65°C. Срок реализации – 2 часа с момента приготовления. Срок годности согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 – 2 часа с момента приготовления. Подогрев остывших ниже температуры раздачи готовых горячих блюд не допускается.

#### 6.1. Органолептические показатели качества:

Внешний вид — рис, пшено полностью разварены, консистенция жидкая.

Цвет — характерный для рецептурных компонентов.

Вкус и запах — запах свойственный отварному рису, пшену, молока, вкус характерный для рецептурных компонентов, без посторонних привкусов и запахов.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 36

Наименование кулинарного изделия (блюда): **КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г. № 333

### 1. Рецепт порция 100г

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция готовой продукции, г		100 порций готовой продукции, кг	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Картофель молодой	129		12,90	
Картофель с 01.09 по 31.10	133		13,30	
с 01.11 по 31.12	143	100	14,30	10,0
с 01.01 по 28-29.02	154		15,40	
с 01.03	167		16,70	
<b>Масса вареного картофеля</b>	-	<b>138</b>	-	<b>13,80</b>
Масло сливочное	3	3	0,30	0,30
<b>Выход готовой продукции</b>	-	<b>100</b>	-	<b>10,00</b>

### Порция 150г

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция готовой продукции, г		100 порций готовой продукции, кг	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Картофель молодой	194		19,40	
Картофель с 01.09 по 31.10	200		20,00	
с 01.11 по 31.12	214	150	21,40	15,0
с 01.01 по 28-29.02	231		23,10	
с 01.03	250		25,00	
<b>Масса вареного картофеля</b>	-	<b>145</b>	-	<b>14,50</b>
Масло сливочное	5	5	0,50	0,50
<b>Выход готовой продукции</b>	-	<b>150</b>	-	<b>15,00</b>

### 2. Технология приготовления кулинарной продукции.

Картофель предварительно промывают, перебирают, очищают и повторно промывают в проточной холодной воде. Целые клубни картофеля закладывают в кипящую подсоленную воду (0,6-0,7л на 1кг картофеля) и варят 30-40 мин. После доведения до готовности отвар сливают, посуду закрывают крышкой и при слабом нагреве подсушивают 2-3 мин.

### 3. Правила оформления подачи блюд.

Отпускают отварной картофель целыми клубнями, поливают растопленным и прокипяченным маслом сливочным. Оптимальная температура подачи 65°C.

### 4. Характеристика изделия по органолептическим показателям:

- **Внешний вид** – клубни картофеля одного размера, хорошо проварены, поверхность клубней хорошо очищена (без остатков глазков и темных пятен), политы растопленным, доведенным до кипения сливочным маслом;
- **Цвет** – от белого до светло-кремового;
- **Вкус, запах** – свежесваренного картофеля;
- **Консистенция** – рыхлая или умеренно плотная.

### 5. Сведения о пищевой и энергетической ценности 1 порции блюда. На 100г/ На 150г

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Mg	Р	Fe
2,0	2,82	15,8	96,29	0,1	14,5	0,02	0,1	12	22	54	0,8
Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Mg	Р	Fe
2,9	4,7	23,5	148	0,15	21	0,04	0,2	21	30	79	1,2

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 37

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

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г. № 312

### 1. Область применения

Настоящая технологическая карта распространяется на пюре картофельное, предназначено для школьной столовой

### 2. Требования к сырью

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество

### 3. Рецепттура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	нетто, кг.
Картофель	114,0	85,5	11,40	8,55
Молоко	15,8	15,0	1,58	1,50
Масло сливочное	3,5	3,5	0,35	0,35
Соль	1	1	0,1	0,1
Выход	100,0		10,0	

### 4. Химический состав, витамины и микроэлементы

В 100 граммах данного блюда содержится												
Пищевые вещества г.						Минеральные вещества мг.						
Белки	Жиры	Углеводы	Са	Mg	P	Fe						
2,34	16,71	3,79	113,59	11,10	73,32	0,25	Витамины					
А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	В5, мг.	В 6, мг.	В9, мкг.	В12, мкг.	С, мг.	Д, мкг.	Е, мг	Н, мкг.	РР, мг	
0,18	0,03	0,17	-	0,03	3,89	0,31	1,01	0,07	0,44	2,49	0,08	

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 174,02

### 5. Технологический процесс

Картофель предварительно промывают, тщательно перебирают и очищают. Повторно промывают в проточной питьевой воде в течение 5 минут. Срок хранения очищенного полуфабриката в воде не более 2-3 часов при температуре воды не выше +12<sup>0</sup>С. Очищенный, промытый картофель заливают горячей кипяченой водой (уровень воды должен быть на 1-1,5 см выше уровня картофеля), солят после закипания и варят до готовности, воду сливают, картофель подсушивают. Вареный горячий картофель протирают. Температура протираемого картофеля должна быть не ниже 80<sup>0</sup>С, иначе картофельное пюре будет тягучим, что резко ухудшает вкус и внешний вид. В горячую картофельную массу, непрерывно помешивая, добавляют в 2-3 приема горячее кипяченое молоко, прокипяченное сливочное масло. Смесь взбивают до получения пышной однородной массы.

### 6. Требования к оформлению, реализации и хранению

Подают картофель на гарнир. Температура подачи +65<sup>0</sup>С. Срок реализации – 2 часа с момента приготовления. Срок годности согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 – 2 часа с момента приготовления. Подогрев остывших ниже температуры раздачи готовых горячих блюд не допускается.

#### 6.1. Органолептические показатели качества:

Внешний вид — картофель полностью разварен, консистенция пышная однородная. Цвет — характерный для рецептурных компонентов. Вкус и запах — запах свойственный отварному картофелю и сливочного масла, вкус характерный для рецептурных компонентов, без посторонних привкусов и запахов.

### Технологическая карта № 38

Наименование кулинарного изделия (блюда): **ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ РАССЫПЧАТАЯ**

Номер рецептуры: № 302

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г.

#### 1. Область применения

Настоящая технологическая карта распространяется на гречку отварную рассыпчатую, и реализуемая в общеобразовательном учреждении.

#### 2. Требования к сырью

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества и пр.).

#### 3. Рецепттура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	нетто, кг.
Гречка	45,9	45,9	4,59	4,59
Масло сливочное	3,5	3,5	0,35	0,35
Соль	1	1	0,1	0,1
Выход	100,0		10,0	

#### 4. Химический состав, витамины и микроэлементы

В 100 граммах данного блюда содержится											
Пищевые вещества г.						Минеральные вещества мг.					
Белки	Жиры	Углеводы	Са	Mg	P	Fe					
0,38	64,16	0,62	91,11	0,95	14,77	0,80					
Витамины											
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B 6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг	H, мкг.	PP, мг
0,77	-	0,07	-	-	-	-	-	0,15	1,71	-	0,03

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 581,38

#### 5. Технологический процесс

Перед варкой каши крупу просеивают, перебирают. Подготовленную крупу всыпают в подсоленную кипящую воду, варят до загустения, помешивая, затем перемешивание прекращают, закрывают котел крышкой и дают упреть около 2,5 часов.

#### 6. Требования к оформлению, реализации и хранению

При отпуске горячую кашу кладут на тарелку и поливают растопленным маслом или посыпают сахаром. Молоко к каше отпускают в глубокой тарелке вместе или подают отдельно в стакане. Температура подачи +65°C. Срок реализации – 2 часа с момента приготовления. Срок годности согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 – 2 часа с момента приготовления. Подогрев остывших ниже температуры раздачи готовых горячих блюд не допускается.

##### 6.1. Органолептические показатели качества:

Внешний вид — гречка полностью разварена, консистенция рассыпчатая.

Цвет — характерный для рецептурных компонентов.

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

## Технологическая карта № 39

Наименование кулинарного изделия (блюда): **КАПУСТА ТУШЕННАЯ**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г. № 321

### 1. Область применения

Настоящая технологическая карта распространяется на капусту тушенную, вырабатываемая и реализуемая в общеобразовательном учреждении.

### 2. Требования к сырью

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество

### 3. Рецепт

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	нетто, кг.
Капуста свежая	143,3	114,6	14,33	114,6
Масло сливочное	3,5	3,5	0,35	3,5
Морковь	2,5	2,0	0,25	2,0
Лук репчатый	4,8	4,0	0,48	0,4
Томатное пюре	6,0	6,0	0,6	0,6
Раствор лимонной кислоты 3%	3,0	3,0	0,3	0,3
Мука пшеничная	1,2	1,2	0,12	0,12
Перец черный горошек	0,2	0,2	0,02	0,02
Лавровый лист	0,1	0,1	0,01	0,01
Соль	1	1	0,1	0,1
Выход	100,0		10,0	

### 4. Химический состав, витамины и микроэлементы

В 100 граммах блюда со свежей капустой. Энерг. ценность (ккал): 46,31											
Пищевые вещества г.						Минеральные вещества мг.					
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe					
1,88	1,93	5,90	46,63	15,35	31,15	0,59					
Витамины											
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг.	H, мкг.	PP, мг.
0,17	0,03	0,03	-	0,09	9,48	-	40,32	0	0,15	0,13	0,65

### 5. Технологический процесс

Капусту нарезают соломкой, кладут в котел слоем до 30 см, добавляют воду, лимонную кислоту, сливочное масло, пассированное томатное пюре и тушат до готовности, периодически помешивая. Затем добавляют пассированные нарезанные соломкой морковь, лук и тушат до готовности. За 5 минут до конца тушения добавляют мучную пассировку, сахар, перец, лавровый лист, соль и доводят до кипения.

### 6. Требования к оформлению, реализации и хранению

Температура подачи +65°C. Срок реализации – 2 часа с момента приготовления. Срок годности согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 – 2 часа с момента приготовления. Подогрев остывших ниже температуры раздачи готовых горячих блюд не допускается.

#### 6.1. Органолептические показатели качества:

Внешний вид — консистенция капусты мягкая.

Цвет — характерный для рецептурных компонентов.

Вкус и запах — запах свойственный капусте тушеной, вкус характерный для рецептурных компонентов, без посторонних привкусов и запахов.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 40

Наименование кулинарного изделия (блюда): **КАША ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ И САХАРОМ, МОЛОЧНАЯ**

Номер рецептуры: 168

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010, с.193

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа манная	33,3	33,3	44,4	44,4
Вода или молоко	123	123	164	164
***или рисовая	33,3	33,3	44,4	44,4
Вода или молоко	123	123	164	164
***или гречневая	37,5	37,5	50	50
Вода или молоко	120	120	160	160
Сахар	5	5	5	5
Масло сливочное	5	5	5	5
<b>ВЫХОД:</b>	160		210	

### Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
<b>Манная</b>											
160	3,40	3,96	27,83	161,00	8,60	5,90	29,40	0,36	0,03	0,00	20,00
210	4,52	4,07	35,46	197,00	10,70	7,90	38,60	0,47	0,04	0,00	20,00
<b>Рисовая</b>											
160	2,32	3,96	28,97	161,00	4,70	16,40	50,60	0,36	0,02	0,00	20,00
210	3,09	4,07	36,98	197,00	5,90	21,80	67,00	0,47	0,03	0,00	20,00
<b>Гречневая</b>											
160	4,67	4,86	25,83	166,00	9,40	73,50	111,1	2,49	0,11	0,00	20,00
210	6,21	5,28	32,79	203,00	12,20	98,10	147,7	3,32	0,15	0,00	20,00

### *Технология приготовления:*

Вязкие каши готовят на воде, молоке или молоке с добавлением воды. Из 1 кг. Крупы получается от 4 до 5 кг каши. Подготовленные крупы всыпают в кипящую жидкость, добавляют соль, сахар и варят периодически помешивая до тех пор, пока каша не загустеет. В конце приготовления добавляют сахар, прокипяченное сливочное масло.

### *Требования к качеству:*

*Внешний вид:* зерна крупы набухшие, разваренные

*Консистенция:* однородная, вязкая, зерна – мягкие, без комков

*Цвет:* свойственный данному виду крупы

*Вкус:* свойственный входящим в блюдо продуктам, не допускается вкус подгорелой каши

*Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 41

Наименование кулинарного изделия (блюда): **КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ жидкая**  
 Номер рецептуры: 390  
 Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 169

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Молоко	100	100
Вода	45	45
Крупа манная	30,8	30,8
Масло сливочное	5	5
Сахар	7	7
<b>ВЫХОД:</b>	<b>200</b>	

### Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
200	6,24	6,10	19,70	158,64	192,17	23,52	156,05	0,30	0,08	1,09	36,72

### **Технология приготовления:**

Крупы подготавливать в соответствии с требованиями СанПиНа.

После закипания смеси молока и воды в нее закладывают крупу: засыпают тонкой струйкой в кипящую смесь при быстром помешивании, добавляют сахар и варят до готовности. Затем закладывают растопленное сливочное масло, доводят суп до кипения и раздают.

Можно готовить на цельном молоке, на смеси молока и воды, на сгущенном молоке. При приготовлении на молоке сгущенном соотношение цельного молока к сгущенному 1 : 0,38

### **Требования к качеству:**

*Внешний вид:* крупа разваренная, на поверхности – сливочное масло

*Консистенция:* в меру вязкая, крупы – мягкая, набухшая, соблюдается соотношение плотной и жидкой частей супа

*Цвет:* молочно-белый, сливочного масла - желтый

*Вкус:* сладковатый, молока и сливочного масла

*Запах:* кипяченого молока, свойственный входящим в блюдо продуктам

### **Требования к подаче:**

При раздаче температура блюда не ниже +65 С

## Технологическая карта кулинарного изделия № 42

Наименование кулинарного изделия: **Каша рассыпчатая.**

Номер рецептуры: 171.

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/под редакцией М. П. Могильного. - М.: ДеЛи принт. 2007 - 628 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса	
	брутто, г	нетто, г
Крупа гречневая из ядрицы быстрораствориваемой	71	71
или рисовая	58	57
или перловая	51	50
ячневая	53	52
или пшенная, пшеничная	53	52
Масса каши	-	150
Масло сливочное	10	10
или сахар	10	10
Соль	2	2
или молоко	160	150
Выход: с маслом и сахаром с маслом или сахаром с молоком		160

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

Белки (г)	4,82
Жиры (г)	8,71
Углеводы (г)	30,66
Энергетическая ценность (ккал)	220,35

Ca (мг)	16
Mg (мг)	65
Fe(мг)	2,2
C (мг)	0

### Технология приготовления

Подготовленную крупу всыпают в подсоленную кипящую жидкость. Всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения, помешивая. Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают котел крышкой и дают каше упреть около 2,5 ч. За это время она приобретает своеобразный, приятный запах и цвет. При отпуске горячую рассыпчатую кашу кладут на тарелку и поливают растопленным маслом или посыпают сахаром. Молоко к каше отпускают в глубокой тарелке вместе с кашей или подают отдельно в стакане.

### Требования к качеству

*Внешний вид:* зерна крупы полностью набухшие, мягкие, сохраняют форму и упругость. Зерна крупы разделяются. Каша полита маслом, или посыпана сахаром, или отпущена с молоком.

*Консистенция:* однородная, крупинки плотные, рассыпчатая.

*Цвет:* свойственный данному виду крупы.

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

*Запах:* свойственный данному виду крупы.

## Технологическая карта кулинарного изделия № 43

Наименование кулинарного изделия (блюда): РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ

Номер рецептуры: 321

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий  
для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:  
А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К.,  
2005, с.134

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель молодой до 1 сент.	73,2	57	87,8	66
***с 1 сентября по 31 октября		57		
***с 1 ноября до 31 декабря				
***с 1 января по 28-29 февраля				
***с 1 марта				
Морковь до 1 января	30	16,2	36	27
***с 1 января				
Лук репчатый	14,4	6	17,3	14,5
Капуста белокочанная	46,8	36	56,2	43,2
Масло растительное	6,5	6,5	7,2	7,2
<b>Соус томатный</b>	-	<b>50</b>	-	<b>60</b>
Вода или бульон	50	50	54	54
Масло растительное	0,9	0,9	1,1	1,1
Мука пшеничная	2,3	2,3	2,7	2,7
Томатное пюре	4,5	4,5	5,4	5,4
Морковь до 1 января	4,5	3,6	5,4	4
***с 1 января				
Лук репчатый	1,1	0,9	1,3	1,1
Сахар	0,7	0,7	0,8	0,8
<b>ВЫХОД:</b>	150		180	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Эн. цен- ность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
150	2,29	11,00	14,44	166,00	23,90	27,80	61,80	0,98	0,07	8,67	31,00
180	2,75	13,20	17,33	199,20	28,68	33,36	74,16	1,18	0,08	10,4	37,20

### Технология приготовления:

Нарезанные кубиками или дольками картофель и морковь слегка обжаривают, лук пассеруют. Капусту белокочанную нарезают шашками, припускают. Затем картофель и овощи соединяют с соусом красным или томатным и тушат 10-15 минут. После этого добавляют припущенную белокочанную капусту и продолжают тушить 15-20 минут. За 5 минут до готовности кладут специи, лавровый лист. При отпуске рагу можно посыпать зеленью. В таком случае зелень подготавливать в соответствии с требованиями СанПиНа: тщательно промывают проточной водой и выдерживают в 3% растворе уксусной кислоты или 10% растворе поваренной соли в течение 10-минут с последующим ополаскиванием проточной водой и просушиванием (п. 15.18.5).

### Требования к качеству:

Вкус и запах тушеных овощей. Блюдо в меру соленое. Цвет от светло- до темно-красного. Не допускают запах пареных овощей, прогорклый привкус муки.

## ***Блюда из мяса и птицы***

Из мяса и птицы приготавливают разнообразный ассортимент отварных, припущенных, тушеных и запеченных блюд.

В отварном виде приготавливают мякоть грудинки, лопаточную и подлопаточную части, покромку туш 1 категории, можно использовать боковой и наружный куски тазобедренной части. Мясо нарезают кусками не более 2 кг, закладывают в горячую воду (на 1 кг мяса 1-1,5 л воды) и варят при слабом кипении. Куски мяса должны быть полностью покрыты водой. Для улучшения вкуса и аромата в бульон при варке добавляют морковь и репчатый лук. Готовность мяса проверяют поварской иглой – в сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

На гарнир к мясу рекомендуется подавать отварные и припущенные овощи, картофельное пюре, тушеную капусту, а также припущенный рис и другие рассыпчатые каши.

В тушеном виде приготавливают верхний, внутренний, боковой и наружный куски тазобедренной части, мякоть лопаточной части, покромку туш 1 категории, подлопаточную часть.

Часто в питании детей школьного возраста используются блюда из рубленого мяса, получаемого путем измельчения говядины или птицы на мясорубке. При этом готовят натуральные рубленые изделия – без добавления хлеба и с добавлением хлеба (например, котлеты). Для приготовления котлетного мяса используют следующие части туши: мякоть шейной части, пашина и обрезки, получающиеся при разделке туши. Все куски мякоти должны быть зачищены от сухожилий и соединительной ткани. Полученное путем измельчения мясо называется котлетным. В котлетном мясе содержание соединительной и жировой части не должно превышать 10%.

В процессе приготовления рубленых полуфабрикатов необходимо принимать меры, снижающие бактериальную обсемененность сырья и готовых полуфабрикатов: например, измельченное мясо и котлетную массу охлаждают.

Также следует соблюдать приемы тепловой обработки, предусмотренные п. 8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08:

- Вареные колбасы, сосиски с сардельки варят не менее 5 минут после закипания;
- при изготовлении вторых блюд из вареного мяса или птицы, порционированное мясо подвергают вторичной термической обработке – кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят в нем до раздачи не более 1 часа.

Органолептическими признаками готовности изделий из рубленого мяса являются выделение бесцветного сока при проколе поварской иглой и серый цвет на разрезе.

Также в ассортимент блюд из мяса входит запеченное мясо. Запекают его с картофелем, овощами, крупами и макаронными изделиями. Мясо в таком случае предварительно варят или припускают. Подготовленные полуфабрикаты запекают в жарочных шкафах слоем не более 4 см при температуре 250-280 град. С в течение 20-25 мин.

Внешними признаками готовности запеченных блюд является образование поджаристой корочки, чему способствует наличие на поверхности сметаны, тертого сыра, сухарей и т.д.. Длительное хранение запеченных блюд запрещено, так как их внешний вид и вкусовые качества быстро ухудшаются.

Горячие блюда при раздаче должны иметь температуру не ниже +65°C.

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 44

Наименование кулинарного изделия (блюда): СОСИСКИ (САРДЕЛЬКИ) ОТВАРНЫЕ

Номер рецептуры: 536

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий

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

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

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
80	8,32	16,00	16,96	179,20	19,20	16,00	127,20	1,44	0,03	0,00	0,00
100	10,40	20,00	21,20	224,00	24,00	20,00	159,00	1,80	0,04	0,00	0,00

#### *Технология приготовления:*

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

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

#### *Требования к качеству:*

*Внешний вид:* свежепрогретые целые колбасные изделия

*Консистенция:* колбасные изделия упругие, плотные, сочные

*Цвет:* светло-розовый

*Вкус:* в меру соленый, мясной

*Запах:* колбасных изделий

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 45

Наименование кулинарного изделия (блюда): ГУЛЯШ

Номер рецептуры: 591

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

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

Химический состав данного блюда

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

### *Технология приготовления:*

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

На бульоне, оставшемся после тушения, готовят соус, добавляя в него пассерованный лук, соль, заливают им мясо и тушат еще 25-30 мин. За 5-10 мин до готовности кладут лавровый лист. Гуляш можно готовить со сметаной (15-20 г на порцию).

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

### *Требования к качеству:*

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

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 46

Наименование кулинарного изделия (блюда): **КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ**  
 Номер рецептуры: 608  
 Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий  
 для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:  
 А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К.,  
 2005, с. 276

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

#### Химический состав данного блюда

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

#### *Технология приготовления:*

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

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

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

#### *Требования к качеству:*

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

*Консистенция:* сочная, пышная, однородная

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

*Вкус:* в меру соленый, мясной

*Запах:* свойственный входящим в рецептуру продуктам

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 47

Наименование кулинарного изделия (блюда): ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ

Номер рецептуры: 436

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах/ под ред. В.Т.Лапшиной. – М.: «Хлебпродинформ», 2004, с. 345

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина	86,9	79	139	126,4
Картофель молодой до 1 сент.	100	80	160	128
***с 1 сентября по 31 октября	106,7	80	170,7	128
***с 1 ноября до 31 декабря	114,3	80	183	128
***с 1 января по 28-29 февраля	123,1	80	197	128
***с 1 марта	133,3	80	213,3	128
Лук репчатый	12	10	19,2	16
Масло растительное	4	4	6,4	6,4
Томатное пюре	5	5	8	8
<b>ВЫХОД:</b>	50/100		80/160	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
50/100	17,21	4,67	13,72	165,63	19,44	41,06	210,63	2,52	0,13	5,61	15,00
80/160	27,53	7,47	21,95	265,00	31,10	65,70	337,00	4,03	0,21	8,97	24,00

#### *Технология приготовления:*

Мясо нарезают по 2-4 куску на порцию массой по 30-40 г, картофель и лук — дольками, затем 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. За 5-10 мин до окончания тушения кладут лавровый лист. Отпускают жаркое вместе с бульоном и гарниром. Блюдо можно готовить без томатного пюре.

#### *Требования к качеству:*

*Внешний вид:* небольшие порционные куски мяса политы соусом

*Консистенция:* мяса – сочная, мягкая. Овощи должны быть мягкими, но не разварившимися, форма нарезки сохранена

*Цвет:* мяса от светло-коричневого до коричневого

*Вкус:* в меру соленый, мясной

*Запах:* свойственный входящим в рецептуру продуктам

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 48

Наименование кулинарного изделия (блюда): ПТИЦА ОТВАРНАЯ

Номер рецептуры: 637

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий  
для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:  
А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К.,  
2005, с.293

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

Химический состав данного блюда

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

#### *Технология приготовления:*

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

Отпускают птицу по 2 кусочка (филе и окорочек) на порцию.

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

#### *Требования к качеству:*

Цвет от серо-белого до светло-кремового.

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

Консистенция: сочная, мягкая, нежная.

Запах: птицы в вареном виде.

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

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 49

Наименование кулинарного изделия (блюда): ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ

Номер рецептуры: 304

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

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

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
80/130	20,30	17,00	35,69	377,00	45,10	47,50	199,30	2,19	0,06	1,01	48,00
100/160	25,38	21,25	44,61	471,25	56,38	59,38	249,13	2,74	0,08	1,26	60,00

#### **Технология приготовления:**

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

#### **Требования к качеству:**

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

*Консистенция:* мягкая

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

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

*Запах:* свойственный входящим в рецептуру продуктам

#### **Требования к подаче:**

При раздаче температура блюда не ниже +65 С

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 50**

Наименование кулинарного изделия (блюда): ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ

Номер рецептуры: 286

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010, с. 281

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина б/к	42	38	56,1	51
Хлеб пшеничный	8	8	11	11
Молоко или вода	12	12	16	16
Лук репчатый	14	12	19	16
Масло сливочное	2	2	3	3
Масса припущенного лука	-	9	-	12
Мука пшеничная	4	4	4	4
<i>Масса полуфабриката</i>	-	71	-	95
Масло сливочное	2	2	3	3
Вода	12	12	16	16
<i>Масса готовых тефтелей</i>	-	60	-	80
Соус сметанный с луком, № 356	-	60	-	80
<b>ВЫХОД:</b>	60/60		80/80	

**Химический состав данного блюда**

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
60/60	8,87	9,83	11,71	171,00	43,90	21,60	106,7	0,96	0,06	0,85	39,00
80/80	11,78	12,91	14,90	223,00	57,80	28,40	141,40	1,27	0,07	1,13	51,00

**Технология приготовления:**

Котлетную массу дважды пропускают через мясорубку, добавляют измельченный припущенный репчатый лук, перемешивают и формируют в виде шариков по 3-4 шт на порцию. Тефтели панируют в муке, запекают 6-8 минут до полуготовности, заливают соусом сметанным с луком с добавлением воды (12-16 г на порцию) и тушат еще 10-15 минут до готовности.

Отпускают с соусом, в котором тушились тефтели.

**Требования к качеству:**

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

*Консистенция:* сочная, в меру плотная

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

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

*Запах:* свойственный входящим в рецептуру продуктам

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 51

Наименование кулинарного изделия (блюда): **куры тушеные в сметанном соусе.**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г. № 290

### 1. Область применения

Настоящая технологическая карта распространяется на куры, тушеные в сметанном соусе, вырабатываемые и реализуемые в общеобразовательном учреждении.

### 2. Требования к сырью

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество

### 3. Рецепт

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	нетто, кг.
Курица	109	75	10,9	7,5
Масло растительное	2	2	0,2	0,2
Соус сметанный		50		5,0
Соль	4	4	0,4	0,4
Выход	100,0		10,0	

### 4. Химический состав, витамины и микроэлементы

В 100 граммах данного блюда содержится											
Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.								
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe					
12,75	22,45	1,40	45,24	20,02	168,49	2,14					
Витамины											
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B 6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг.	H, мкг.	PP, мг.
0,16	0,05	0,16	-	0,35	5,41	0,51	1,43	0,06	0,82	7,69	2,46

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 258,34

### 5. Технологический процесс

Обработанную куриную тушку обжаривают до образования корочки, разрезают на порционные куски, заливают соусом и тушат 10-15 минут.

#### 6. Требования к оформлению, реализации и хранению

Отпускают с гарниром и поливают соусом, в котором тушилась курица. Температура подачи +65<sup>0</sup>С. Срок реализации – 2 часа с момента приготовления. Срок годности согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 – 2 часа с момента приготовления. Подогрев остывших ниже температуры раздачи готовых горячих блюд не допускается.

#### 6.1. Органолептические показатели качества:

Внешний вид — консистенция мякоти курицы нежная, сочная, не волокнистая;

Цвет — характерный для рецептурных компонентов.

Вкус и запах — запах свойственный тушеной курице в сметанном соусе, вкус характерный для рецептурных компонентов, без посторонних привкусов и запахов.

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 52

Наименование кулинарного изделия (блюда): **ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ.**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г. № 246

#### 1. Область применения

Настоящая технологическая карта распространяется на гуляш из отварной говядины реализуемый в общеобразовательных учреждениях.

#### 2. Требования к сырью

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество

#### 3. Рецепттура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	нетто, кг.
Говядина	110	81	11,	8,1
Морковь	3	2	0,3	0,2
Лук	2,5	2	0,25	0,2
Масса отварного мяса		50		5,0
Морковь	12,5	10	1,25	1,0
Масло растительное	5	10	0,5	0,1
Лук	12	10	1,2	1,0
Мука пшеничная	2	2	0,2	0,2
Помидоры	12	10	1,2	1,0
Соль	4	4	0,4	0,4
Выход	100,0		10,0	

#### 4. Химический состав, витамины и микроэлементы

В 100 граммах данного блюда содержится												
Пищевые вещества г.						Минеральные вещества мг.						
Белки	Жиры	Углеводы				Са	Mg	P	Fe			
12,55	12,99	4,01				30,52	24,03	119,19	2,10			
Витамины												
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B 6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг.	H, мкг.	PP, мг.	
1,49	0,07	0,11	-	0,04	4,42	-	5,07	-	2,25	0,31	1,23	

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 182,25

#### 5. Технологический процесс

Подготовленное мясо промывают, нарезают на куски массой 1-1,5 кг, толщиной 8 см, закладывают в горячую воду, доводят до кипения, снимают пену, добавляют соль (1/2 часть от рецептурной нормы), варят в закрытой посуде при слабом кипении до готовности. Готовое вареное мясо охлаждают и нарезают мелкими кубиками. Очищенные морковь и лук репчатый нарезают соломкой и припускают в небольшом количестве воды (бульона), обжаривают. Затем их смешивают с мясом и помидорами, нарезанными дольками. Заливают кипящей водой, варят на слабом огне 15-20 минут, после чего сливают бульон и готовят на нем соус, которым заливают мясо и доводят до кипения.

#### 6. Требования к оформлению, реализации и хранению

Отпускают гуляш с соусом и гарниром. Температура подачи +65<sup>0</sup>С.Срок реализации – 2 часа с момента приготовления.. Подогрев остывших ниже температуры раздачи готовых горячих блюд не допускается.

##### 6.1. Органолептические показатели качества:

Внешний вид — консистенция мяса мягкая. Цвет — светло-коричневый.

Вкус и запах — запах свойственный набору продуктов, с ароматом мяса, вкус характерный для рецептурных компонентов, без посторонних привкусов и запахов.

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 53

Наименование кулинарного изделия (блюда): **БЕФСТРОГАНОВ**

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г. № 172

#### 1. Область применения

Настоящая технологическая карта распространяется на бефстроганов реализуемый в общеобразовательных учреждениях.

#### 2. Требования к сырью

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество

#### 3. Рецепт

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	нетто, кг.
Говядина	107	79	10,7	7,9
Лук репчатый	29	24	2,9	2,4
Масло растительное	7	7	0,7	0,7
Масса пассированного лука		12		1,2
Мука пшеничная	4	4	0,4	0,4
Сметана	23	23	2,3	2,3
Масса жаренного мяса		50		5,0
Масса соуса и лука		50		5,0
Выход	100,0		10,0	

#### 4. Химический состав, витамины и микроэлементы

В 100 граммах данного блюда содержится											
Пищевые вещества г.						Минеральные вещества мг.					
Белки	Жиры	Углеводы	Са	Mg	P	Fe					
11,95	14,99	3,75	23,41	16,73	138,81	1,77					
Витамины											
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B 6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг.	H, мкг.	PP, мг.
0,05	0,05	0,13	-	0,27	8,40	1,22	2,35	0,02	2,08	2,46	1,72

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 196,82

#### 5. Технологический процесс

Подготовленное мясо нарезанное широкими кусками отбивают до толщины 5-8 мм и нарезают брусочками длиной 3-4 см массой 5-7 гр. Затем кладут ровным слоем на сковороду с маслом разогретым до 150-180 градусов, посыпают солью и жарят непрерывно помешивая 3-4 мин. Из пассированной без жира муки и сметаны готовят соус, кладут в него пассированный лук, заливают им мясо и доводят до кипения.

#### 6. Требования к оформлению, реализации и хранению

Отпускают с соусом и гарниром.

Температура подачи +65<sup>0</sup>С. Срок реализации – готовить непосредственно перед употреблением. Срок годности согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 – 2 часа с момента приготовления. Подогрев остывших ниже температуры раздачи готовых горячих блюд не допускается.

##### 6.1. Органолептические показатели качества:

Внешний вид — консистенция мяса - сочная мягкая, соуса однородная.

Цвет — мясо светло-коричневый; соуса кремовый.

Вкус и запах — вкус и запах соответствуют отварному мясу и соусу, характерный для рецептурных компонентов, без посторонних привкусов и запахов.

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 54

Наименование кулинарного изделия (блюда): **запеканка картофельная с мясом.**

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г. № 284

**1. Область применения.** Настоящая технологическая карта распространяется на запеканку картофельную с мясом реализуемая в общеобразовательных учреждениях.

#### 2. Требования к сырью

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество

#### 3. Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	нетто, кг.
Говядина	107	79	10,7	7,9
Масло растительное	4	4	0,4	0,4
Мясо готов. мясопродуктов		50		5,0
Картофель	152	114/110	15,2	11,4/11,0
Масса протертого варен. картофеля		108		10,8
Лук репчатый	10	8	1,0	0,8
Масло сливочное	1	1	0,1	0,1
Масса пассированного лука		4		0,4
Масло растительное	2	2	0,2	0,2
Сухари панировочные	2	2	0,2	0,2
Масса п/ф		164		16,4
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Соль	4	4	0,4	0,4
Выход	145,0		14,5	

#### 4. Химический состав, витамины и микроэлементы

В 145 граммах данного блюда содержится											
Пищевые вещества г.						Минеральные вещества мг.					
Белки	Жиры	Углеводы	Са	Mg	P	Fe					
8,25	8,69	9,44	15,11	20,54	106,95	1,51					
Витамины											
А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	В5, мг.	В 6, мг.	В9, мкг.	В12, мкг.	С, мг.	Д, мкг.	Е, мг.	Н, мкг.	РР, мг.
0,03	0,07	0,11	-	0,31	7,53	0,74	10,94	-	1,17	1,20	1,74

Энергетическая ценность (ккал) на 145 гр. данного блюда: 146,79

#### 5. Технологический процесс

Мясо промыть, зачистить от сухожилий, обжарить и потушить, охладить, пропустить через мясорубку, добавить пассированный лук, хорошо вымесить. Картофель очистить, промыть и сварить до готовности. Воду слить, картофель обсушить и протереть в горячем виде, разделить на две равные части. На противень, смазанный маслом и посыпанный сухарями, выложить 1/2 массы картофельного пюре, разровнять. На него уложить мясной фарш, сверху накрыть оставшимся картофельным пюре, разровнять, смазать сливочным маслом, посыпать сухарями и запечь в жарочном шкафу 15-20 минут при температуре 220-280 С слоем не более 4-5 см.

#### 6. Требования к оформлению, реализации и хранению

Отпускают с маслом или со сметанным соусом. Температура подачи +65<sup>0</sup>С. Срок реализации – 2 часа с момента приготовления. Срок годности согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 – 2 часа с момента приготовления. Подогрев остывших ниже температуры раздачи готовых горячих блюд не допускается.

### 6.1. Органолептические показатели качества:

Внешний вид — Поверхность ровная, без трещин. Цвет — запеканка румяная. Вкус и запах — вкус и запах, свойственные картофелю с привкусом вареного мяса, соответствуют для рецептурных компонентов, без посторонних привкусов и запахов.

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 55

Наименование кулинарного изделия (блюда): **ПЛОВ.**

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г. № 265

#### 1. Область применения

Настоящая технологическая карта распространяется на плов, вырабатываемый и реализуемый в общеобразовательном учреждении.

#### 2. Требования к сырью

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества и пр.).

#### 3. Рецепт

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	нетто, кг.
Говядина	107	79	10,7	7,9
или свинина	87	74	8,7	7,4
Рис	34	34	3,4	3,4
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Лук репчатый	6	5	0,6	0,5
Морковь	10	8	1,0	0,0
Томатное пюре	8	8	0,8	0,8
Масса тушеного мяса		50		5,0
Масса гарнира		100		10,0
Соль	4	4	0,4	0,4
Выход	150,0		15,0	

#### 4. Химический состав, витамины и микроэлементы

В 150 граммах блюда с говядиной Энер. ценность (ккал): 214,34											
Пищевые вещества г.						Минеральные вещества мг.					
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe					
14,14	11,70	13,97	22,61	36,88	205,26	2,33					
Витамины											
А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	В5, мг.	В6, мг.	В9, мкг.	В12, мкг.	С, мг.	Д, мкг.	Е, мг.	Н, мкг.	РР, мг.
0,55	0,15	0,15	-	0,37	13,51	1,32	0,67	-	1,88	4,53	2,71
Витамины											
А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	В5, мг.	В6, мг.	В9, мкг.	В12, мкг.	С, мг.	Д, мкг.	Е, мг.	Н, мкг.	РР, мг.
0,63	0,43	0,09	-	0,31	11,90	1,22	0,77	-	2,07	4,75	2,45

#### 5. Технологический процесс

Нарезанное кусочками по 20-30 гр. мясо посыпают солью, обжаривают. Добавляют пассированные с томатом лук, морковь, заливают водой (80 гр.) и доводят до кипения. Рис перебирают, промывают сначала в теплой, затем в горячей воде, засыпают в кипящую воду и варят до полуготовности. После

того как рис впитает всю жидкость, посуду накрывают крышкой и ставят на противень с водой и ставят на 25-40 минут в жарочный шкаф для упревания на один час.

#### 6. Требования к оформлению, реализации и хранению

При отпуске равномерно распределяют мясо вместе с рисом и овощами. Плов можно готовить без томата. Температура подачи +65°C. Срок реализации – 2 часа с момента приготовления. Срок годности согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 – 2 часа с момента приготовления. Подогрев остывших ниже температуры раздачи готовых горячих блюд не допускается.

##### 6.1. Органолептические показатели качества:

Внешний вид — консистенция рассыпчатая, не слипшаяся. Цвет — светло-желтый.

Вкус и запах — запах свойственный набору продуктов, с ароматом мяса, риса и овощей, вкус характерный для рецептурных компонентов, без посторонних привкусов и запахов.

#### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 56

Наименование кулинарного изделия (блюда): ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СОУСЕ.

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г. № 261

##### 1. Область применения

Настоящая технологическая карта распространяется на печень тушенную в соусе реализуемая в общеобразовательных учреждениях.

##### 2. Требования к сырью

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество

##### 3. Рецепттура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	нетто, кг.
Печень говяжья	86	71	8,6	7,1
или свиная	81	71	8,1	7,1
Мука пшеничная	3	3	0,3	0,3
Масса п/ф		74		7,4
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Масса жареной печени		50		5,0
Соус сметанный		50		5,0
Выход	100,0		10,0	

##### 4. Химический состав, витамины и микроэлементы

В 100 граммах данного блюда содержится											
Пищевые вещества г.						Минеральные вещества мг.					
Белки	Жиры	Углеводы	Са	Mg	P	Fe					
11,43	15,75	2,51	32,87	13,51	224,73	5,50	Витамины				
А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	В5, мг.	В 6, мг.	В9, мкг.	В12, мкг.	С, мг.	Д, мкг.	Е, мг	Н, мкг.	РР, мг
2,40	0,19	1,34	-	0,44	146,84	35,97	19,98	0,06	1,90	59,81	4,11

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 197,0

##### 5. Технологический процесс

Печень очищают от пленок и желчных протоков, промывают, нарезают на тонкие порционные кусочки, посыпают солью, панируют в муке и обжаривают до полуготовности (5-10 минут) Затем заливают соусом, приготовленным из подсушенной муки, сметаны, соли, тушить до готовности (15-20мин).

##### 6. Требования к оформлению, реализации и хранению

Подают с гарниром и соусом. Срок реализации – в течение 2 часов с момента приготовления. Срок годности согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 – 2 часа с момента приготовления.

### **6.1. Органолептические показатели качества:**

Внешний вид — консистенция печени мягкая, соуса однородная, слегка вязкая, без комков заварившейся муки. Цвет — светло-коричневый. Вкус и запах — приятный запах свежих продуктов, вкус характерный для рецептурных компонентов, без посторонних привкусов и запахов.

## ***Блюда из рыбы***

Рыбу для питания школьников приготавливают отварной, припущенной, тушеной и запеченной. СанПин 2.4.1.2409-08 рекомендует следующие виды рыбы: треска, горбуша, лосось, хек, минтай, ледяная рыба, судак, сельдь (соленая), морепродукты.

На пищеблоки школ поступает рыба в замороженном виде. Ее размораживают на производственных столах или в воде при температуре не выше +12°C, с добавлением соли из расчета 7-10 г на 1 л (п.8.10 СанПиН 2.4.5.2409-08)

Для варки пригодны все виды рыб. Варят рыбу целыми тушками или же порционными кусками. Для этого подготовленную рыбу нарезают на порционные куски, не пластуя, вместе с позвоночником, рыбу массой 1-1,5 кг рекомендуется сначала пластовать. Рыбу варят в котлах, снабженных решетками. Бульон, полученный при варке рыбы, можно использовать для супов и соусов.

Припускание — разновидность варки, но в отличие от последней производится в меньшем количестве жидкости. Припущенная рыба вкуснее, чем отварная, так как при таком способе тепловой обработки в рыбе полностью сохраняются питательные вещества. Рыбу припускают порционными кусками с кожей. Порционные куски рыбы, нарезанные из обработанного звена с кожей без хрящей, перед припусканием ошпаривают для того, чтобы уменьшить выделение из них белков во время припускания. Рыбу припускают в котлах, снабженных решетками, при закрытой крышке. Подготовленную рыбу укладывают посуду в один ряд, подливают воду (0,3 л жидкости на 1 кг рыбы) так, чтобы жидкость прикрыла рыбу на ¼ объема.

Тушеная рыба отличается приятным вкусом, так как готовится с добавлением лука, томатного пюре и т.д. для тушения используется сырая или предварительно слегка обжаренная рыба. При тушении обжаренной рыбы вкусовые качества рыбы значительно улучшаются.

Горячие вторые блюда при раздаче должны иметь температуру не ниже +65°C (п. 8.24 СанПиН 2.4.5.2409-08).

С момента приготовления до отпуска первые и вторые блюда могут находиться на горячей плите не более 2 часов.

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 57

Наименование кулинарного изделия (блюда): **РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ  
С ОВОЩАМИ**

Номер рецептуры: 244

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010, с.251

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Хек тихоокеанский	54	40	67,6	50
***или треска	52,6	40	65,6	50
*** или минтай	42,1	40	52,6	50
Вода	20	20	25	25
Морковь до 1 января	40	32	50	40
***с 1 января	42,7	32	53,4	40
Лук репчатый	5	4	6,3	5
Масса полуфабриката	-	96	-	120
<b>ВЫХОД:</b>	80		100	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A	
<b>Хек тихоокеанский</b>												
80	6,12	0,81	2,54	42,00	10,30	8,00	67,40	0,43	0,04	0,77	3,00	
100	7,65	1,01	3,18	52,50	12,88	10,00	84,25	0,54	0,05	0,96	3,75	
<b>Треска</b>												
80	4,43	0,18	1,89	27,00	7,20	5,70	45,30	0,28	0,02	0,61	2,00	
100	5,54	0,23	2,36	33,75	9,00	7,13	56,63	0,35	0,03	0,76	2,50	
<b>Минтай</b>												
80	6,12	0,81	2,54	42,00	10,30	8,00	67,40	0,43	0,04	0,77	3,00	
100	7,65	1,01	3,18	52,50	12,88	10,00	84,25	0,54	0,05	0,96	3,75	

#### **Технология приготовления:**

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

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

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

#### **Требования к качеству:**

*Внешний вид:* кусочки филе рыбы, сохранившие форму

*Консистенция:* мягкая, допускается легкое расслаивание

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

*Вкус:* рыбы в сочетании с овощами, в меру соленый

*Запах:* припущенной рыбы с ароматом овощей

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 58

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

Номер рецептуры: 486

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий  
для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:  
А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К.,  
2005, с. 213

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Рыба свежемороженая (минтай, треска, пикша)	118	91	190	146,5
Вода или бульон	27	27	27	27
Морковь до 1 января	34	27	34	27
***с 1 января	36	27	36	27
Лук репчатый	15	13	15	13
Томатное пюре	15	15	15	15
Масло растительное	8	8	8	8
Лимонная кислота	2	2	2	2
Сахар	4	4	4	4
<b>ВЫХОД:</b>	75/75		120/75	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
75/75	13,87	7,85	6,53	150,00	52,11	59,77	238,46	0,96	0,10	3,35	0,01
120/75	18,03	10,21	8,49	195,00	67,74	77,70	310,00	1,25	0,13	4,36	0,01

#### *Технология приготовления:*

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

#### *Требования к качеству:*

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

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

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

*Запах:* продуктов, входящих в блюдо

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 59**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **РЫБА ЖАРЕНАЯ (МИНТАЙ)**  
 Номер рецептуры: 371  
 Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах»-2004 , стр.303**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Минтай	54	40	67,6	50
Вода	20	20	25	25
Мука пшеничная	3	3	4	4
Масло растительное	3	3	4	4
Масса полуфабриката	-	96	-	120
<b>ВЫХОД:</b>	80		100	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
Минтай											
80	17,6	8,96	3,36	166,4	10,30	8,00	67,40	0,43	0,04	0,77	3,00
100	22	11,2	4,2	208	12,88	10,00	84,25	0,54	0,05	0,96	3,75

**Технология приготовления:**

Для тушения можно использовать рыбу всех видов. Порционные куски рыбы, нарезанные из филе с кожей и без костей, посыпают солью, перцем, панируют в муке, кладут на разогретые с маслом противень или сковороду, жарят с двух сторон до образования румяной корочки, затем добавляют воду, доводят до готовности в жарочном шкафу. Продолжительность тушения рыбы 10-20 мин.

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

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

**Требования к качеству:**

*Внешний вид:* кусочки филе рыбы, сохранившие форму

*Консистенция:* мягкая, допускается легкое расслаивание

*Цвет:* от белого до серого

*Вкус:* рыбы в меру соленый

*Запах:* тушеной рыбы

## ***Блюда из творога и яиц.***

Для приготовления блюд из яиц используются свежие куриные яйца.

Не допускаются к использованию в питании яйца водоплавающих птиц, а также яйца с загрязненной скорлупой, с насечкой, «тек», «бой», яйца из хозяйств, неблагополучных по сальмонеллезам (прил. 7 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Яйца используют в виде омлетов или в вареном виде (п. 8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Обработку яиц перед использованием в любые блюда проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха, используя для этих целей промаркированные ванны и (или) емкости, возможно использование перфорированных емкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

I – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;

II – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;

III – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду;

не допускается хранить яйцо в кассетницах поставщика в производственных цехах пищеблока.

Омлеты готовят в жарочном шкафу в течение 8-10 минут при температуре 180-200 °С, слоем не более 2,5-3 см; хранение яичной массы осуществляется не более 30 минут при температуре 4±2 °С. Яйцо варят 10 минут после закипания воды (п.8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Из творога готовят горячие блюда. В питании детей школьного возраста рекомендуется творог не более 9% жирности (прил. 8 СанПиН 2.4.5.2409-08); творог и творожные изделия промышленного выпуска в мелкоштучной упаковке, кроме сырков творожных (прил. 9 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Не допускается использование творога из непастеризованного молока, фляжного творога (прил. 7 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Для приготовления горячих блюд творог протирают через сито или протирочную машину. При протирании образуются потери 1-2%.

Вторые горячие блюда готовят отварными (ленивые вареники), с также запеченными (сырники, пудинги, запеканки).

Запеканки и пудинги из творога готовят в жарочном шкафу - 20-30 минут при температуре 220-280 °С, слоем не более 3-4 см (п.8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08).

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 60

Наименование кулинарного изделия (блюда): ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ

Номер рецептуры: 424

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий

для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:  
А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К.,  
2005, с. 184

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Яйцо куриное	1 шт.	40
ВЫХОД:	-	1 шт. (40 г)

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
5,10	4,60	0,30	63,00	22,00	4,80	76,8	1,00	0,03	0,00	0,10

### *Технология приготовления:*

Перед использованием яйцо подвергаются специальной обработке в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха, используя для этих целей промаркированные ванны и (или) емкости, возможно использование перфорированных емкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

I – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;

II – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;

III – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Затем обработанные яйца погружают в кипящую подсоленную воду (на 3 л воды 40-50 г соли на 10 яиц) и варят после закипания в течение 10 минут.

Сваренное яйцо подают остывшим в скорлупе, не очищая.

### *Требования к качеству:*

Яйцо, сваренное вкрутую, имеет плотный белок и желток. Желток нежный, рассыпчатый, возможно наличие незатвердевшей капли в центре. Белок нежный, вязкий.

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 61

Наименование кулинарного изделия (блюда):            ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА  
со сгущенным молоком

Номер рецептуры: 469

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий  
для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:  
А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К.,  
2005, с. 201

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Творог	141	140	141	140
Крупа манная	10	10	10	10
или мука пшеничная	12	12	12	12
Сахар	10	10	10	10
Яйца	1/10 шт	4	1/10 шт	4
Масло сливочное	5	5	5	5
Сухари	5	5	5	5
Сметана	5	5	5	5
Сгущенное молоко	20	20	50	50
<b>ВЫХОД:</b>	150/20		150/50	

#### Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
150/20	27,84	18,00	32,40	279,60	226,4	48,92	344,91	0,84	0,09	0,74	0,33
150/50	30,93	22,89	36,00	310,66	251,55	54,36	383,23	0,93	0,10	0,82	0,37

#### *Технология приготовления:*

Протертый творог смешивают с мукой или предварительно заваренной в воде (10 мл на порцию) и охлажденной манной крупой, подготовленными в соответствии с требованиями СанПиНа яйцами, сахаром и солью. Подготовленную массу выкладывают слоем 3-4 см на смазанные жиром и посыпанные сухарями противень или форму. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной. Запекают в жарочном шкафу 20-30 минут при температуре 220-280 °С.

При отпуске нарезанную запеканку поливают сахарным сиропом или прокипяченным сливочным маслом.

#### *Требования к качеству:*

*Внешний вид:* порционные кусочки, сохранена форма, поверхность без трещин  
*Консистенция:* однородная, нежная, мягкая

*Цвет:* корочки – золотисто-желтый, на разрезе – белый, соуса – светло-коричневый  
*Вкус:* умеренно сладкий, с привкусом творога и продуктов, входящих в блюдо  
*Запах:* творога, продуктов, входящих в блюдо

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 62

Наименование кулинарного изделия (блюда): **СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА**  
 со сметаной или сгущенным молоком

Номер рецептуры: 463

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий  
 для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:  
 А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К.,  
 2005, с. 197

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Творог	152	150	163,2	155
Мука пшеничная	20	20	21,2	21,2
Сахар	15	15	16	16
Яйца	1/8 шт.	5	5,4	5,4
Масло сливочное	5	5	5,4	5,4
Сметана	10	10	-	-
Молоко сгущенное	-	-	40	40
<b>ВЫХОД:</b>	150/10		160/40	

#### Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
150/10	28,44	19,51	17,10	357,16	248,75	39,60	350,70	1,17	0,11	0,39	89,95
160/40	33,64	22,81	20,52	421,20	280,44	46,80	410,58	1,39	0,13	0,45	102,60
100	18,69	12,67	11,40	234,00	155,80	26,00	228,10	0,77	0,07	0,25	57,00

#### Технология приготовления:

В протертый творог добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, манную крупу. Все перемешивают. Белки взбивают и, осторожно помешивая, сверху вниз вводят в массу, выкладывают ее слоем 3 см в противни или формы, смазанные маслом. Поверхность смазывают сметаной с сахаром.

Запекают в жарочном шкафу 20-30 минут при температуре 220-280 °С. Готовность проверяют по изменению плотности. Если творог сухой, в массу добавляют молоко (20 г на выход), соответственно увеличивая или уменьшая закладку творога. Отпускают блюдо с прокипяченной сметаной, повидлом или прокипяченным сливочным маслом.

#### Требования к качеству:

*Внешний вид:* сохранена форма, поверхность без трещин

*Консистенция:* нежная, пышная

*Цвет:* светло-коричневый, золотистый, на разрезе – белый

*Вкус:* умеренно сладкий

*Запах:* творога и продуктов, входящих в блюдо

## *Сладкие блюда*

В состав сладких блюд включены свежие плоды и ягоды, компоты, кисели, пудинги.

Для их приготовления используют сахар, плоды, ягоды, соки, а также яйца, молоко, мучные и крупяные продукты.

Ароматизирующими и вкусовыми веществами сладких блюд используют в детском питании лимонную кислоту, какао.

В качестве желирующих веществ действующим СанПиНом разрешен крахмал картофельный.

Плоды и ягоды перед использованием перебирают, удаляют плодоножки, сорные примеси, тщательно промывают проточной водой.

Компоты готовят из свежих, сушеных плодов и ягод как в различном сочетании, так и из одного какого-либо вида. Сушеные плоды и ягоды перебирают, удаляя сорные примеси, тщательно промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз.

Для улучшения вкуса компоты из смеси сухофруктов рекомендуется варить за 10-12 часов до их реализации, так как в результате настаивания в отвар переходят ароматические и вкусовые вещества (органические кислоты, минеральные соли, сахара), а плоды и ягоды пропитываются сахарным сиропом.

При недостаточной кислотности в компоты добавляют лимонную кислоту.

Кисели готовят из свежих и сушеных плодов и ягод, молока и других продуктов.

В зависимости от количества введенного крахмала различают густые, средней густоты и жидкие кисели. Жидкие кисели можно использовать в качестве сладких соусов при отпуске сладких блюд, запеканок и крупяных блюд.

Густые и средней густоты кисели используются в качестве самостоятельного блюда.

Воздушные пироги (суфле), пудинги – горячие сладкие блюда.

### Технологическая карта кулинарного блюда № 63

Наименование кулинарного изделия (блюда):                    КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ

Номер рецептуры: 869

Наименование сборника рецептов:    Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий  
для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:  
А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К.,  
2005, с.373

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Яблоки	22,7	20
Сахар	20	20
Крахмал картофельный	9	9
Вода	220	220
<b>ВЫХОД:</b>	200	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Mg	Р	Fe	В <sub>1</sub>	С	А
0,14	0,04	27,50	110,80	13,98	4,16	9,06	0,14	0,01	1,83	0,00

#### *Технология приготовления:*

Яблоки моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Чтобы плоды не темнели, их до варки погружают в холодную воду, слегка подкисленную лимонной кислотой. Сироп подготавливают следующим образом: в горячей воде растворяют сахар, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения, проваривают 10-12 мин и процеживают. В подготовленный сироп погружают подготовленные плоды. Яблоки и груши варят при слабом кипении не более 6-8 мин.

Затем варят до готовности, протирают, соединяют с отваром, вводят подготовленный крахмал и вновь доводят до кипения.

#### *Требования к качеству:*

*Внешний вид:* однородная полупрозрачная масса, без пленки на поверхности и частиц непротертых фруктов

*Консистенция:* однородная смесь, средней густоты, слегка желеобразная

*Цвет:* от светло-желтого до светло-красного, соответствует виду яблок

*Вкус:* сладкий с кисловатым привкусом

*Запах:* соответствует виду плодов или ягод

### Технологическая карта кулинарного блюда № 64

Наименование кулинарного изделия (блюда): КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ

Номер рецептуры: 859

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

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

Химический состав данного блюда

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

#### *Технология приготовления:*

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

#### *Требования к качеству:*

*Внешний вид:* сироп прозрачный, яблоки зачищены от сердцевины, нарезаны дольками

*Консистенция:* компота – жидкая, плодов - мягкая

*Цвет:* от светло-желтого до светло-розового

*Вкус:* приятный, сладкий или кисло-сладкий, соответствует виду плодов или ягод

*Запах:* соответствует виду плодов или ягод

## Технологическая карта кулинарного блюда № 65

Наименование кулинарного изделия (блюда): ЧАЙ С САХАРОМ

Номер рецептуры: 943

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 398

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

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки г	Жирыг	Угле- воды, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
0,20	0,00	14,00	28,00	6,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00

### *Технология приготовления:*

Емкость для заварки ополаскивают кипятком, насыпают сухой чай на определенное количество порций, заливают кипятком примерно на 1-3 объема емкости, настаивают 5-10 минут, накрыв крышкой, после чего процеживают, добавляют сахар и доливают кипятком до требуемого объема.

Кипятить заваренный чай или длительно хранить его на плите нельзя, так как вкус и аромат чая ухудшаются. Не следует смешивать сухой чай с заваренным.

Температура подачи 75°C.

### *Требования к качеству:*

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

*Консистенция:* жидкая

*Цвет:* золотисто-коричневый

*Вкус:* сладкий, чуть терпкий

*Запах:* соответственный чаю

## Технологическая карта кулинарного блюда № 66

Наименование кулинарного изделия (блюда): **КАКАО С МОЛОКОМ.**

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г. № 382

### 1. Область применения

Настоящая технологическая карта распространяется на какао с молоком реализуемый в общеобразовательных учреждениях.

### 2. Требования к сырью

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества и пр.).

### 3. Рецепт

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	нетто, кг.
Какао – порошок	20	20	0,2	0,2
Сахар	100	100	10,0	10,0
Молоко	500	500	50,0	50,0
Вода	55-0	550	55,0	55,0
Выход	100,0		10,	

### 4. Химический состав, витамины и микроэлементы

В 100 граммах данного блюда содержится												
Пищевые вещества г.						Минеральные вещества мг.						
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe						
2,86	2,88	19,21	89,71	13,03	89,51	0,46						
Витамины												
А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	В5, мг.	В 6, мг.	В9, мкг.	В12, мкг.	С, мг.	Д, мкг.	Е, мг	Н, мкг.	РР, мг	
0,01	0,03	0,15	-	0,04	5,03	0,29	0,96	0,03	0,15	2,37	0,12	

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 109,49

### 5. Технологический процесс

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.

### 6. Требования к оформлению, реализации и хранению

Температура подачи напитка – не выше 60 С. В летнее время допускается подавать напиток комнатной температуры. Срок реализации чая 2 – 3 часа с момента приготовления. Срок годности согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 – 2-3 часа с момента приготовления.

#### 6.1. Органолептические показатели качества:

Внешний вид — консистенция жидкая, без осадка и комочков.

Цвет — Цвет светло-коричневый, аромат и вкус какао и кипяченого молока, умеренно сладкий.

Вкус и запах — приятный запах свежеприготовленного какао с молоком, вкус характерный для рецептурного компонента, без посторонних привкусов и запахов.

## Технологическая карта кулинарного блюда № 67

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

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г. № 349

### 1. Область применения

Настоящая технологическая карта распространяется на компот из смеси сухофруктов реализуемый в общеобразовательных учреждениях.

### 2. Требования к сырью

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество

### 3. Рецепттура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	нетто, кг.
с/фрукты	100	285	10,0	28,5
Сахар	100	100	10,0	10,0
Лимонная кислота	1	1	0,1	0,1
Вода	1000	1000	100,0	100,0
Выход	100,0		10,0	

### 4. Химический состав, витамины и микроэлементы

В 100 граммах данного блюда содержится											
Пищевые вещества г.						Минеральные вещества мг.					
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe					
0,24	0	12,84	9,74	7,66	15,97	0,27	Витамины				
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B 6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг	H, мкг.	PP, мг
0,08	0	0,01	-	-	-	-	0,41	-	-	-	0,17

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 49,18

### 5. Технологический процесс

Сушеные сухофрукты перебирают, удаляют посторонние примеси, промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз. Подготовленные сухофрукты заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, добавляют лимонную кислоту и варят при слабом кипении 10-20 мин. Готовый компот охлаждают до комнатной температуры под закрытой крышкой.

### 6. Требования к оформлению, реализации и хранению

Перед подачей порционируют в стаканы. Температура подачи комнатной температуры. Срок реализации компота 2 – 3 часа с момента приготовления. Срок годности согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 – 2-3 часа с момента приготовления.

#### 6.1. Органолептические показатели качества:

Внешний вид — отвар прозрачный, консистенция фруктов мягкая. Цвет — цвет желтый.

Вкус и запах — приятный запах свежеприготовленного компота из сухофруктов, вкус характерный для рецептурного компонента, без посторонних привкусов и запахов.

## Технологическая карта кулинарного блюда № 68

Наименование кулинарного изделия (блюда): **КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г. № 379

### 1. Область применения

Настоящая технологическая карта распространяется на кофейный напиток с молоком реализуемый в общеобразовательных учреждениях.

### 2. Требования к сырью

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества и пр.).

### 3. Рецепт

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	нетто, кг.
Кофейный напиток	25	25	2,5	2,5
Сахар	100	100	10,0	10,0
Молоко	500	500	50,0	50,0
Вода	600	600	60,0	60,0
Выход	100,0		10,0	

### 4. Химический состав, витамины и микроэлементы

В 100 граммах данного блюда содержится											
Пищевые вещества г.						Минеральные вещества мг.					
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe					
1,20	1,33	10,27	50,16	5,83	37,50	0,06					
Витамины											
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг.	H, мкг.	PP, мг.
0	0,01	0,08	-	0,02	2,08	0,16	0,54	0,02	0,03	1,33	0,04

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 55,35

### 5. Технологический процесс

В сваренный процеженный кофейный напиток добавляют горячее кипяченое молоко, сахар и доводят до кипения.

### 6. Требования к оформлению, реализации и хранению

Перед подачей порционируют в стаканы. Температура подачи напитка – не выше 60 С. В летнее время допускается подавать напиток комнатной температуры. Срок реализации 2 – 3 часа с момента приготовления. Срок годности согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 – 2-3 часа с момента приготовления.

#### 6.1. Органолептические показатели качества:

Внешний вид — консистенция жидкая, однородная без комков. Цвет — цвет светло-коричневый. Вкус и запах — приятный запах свежеприготовленного кофейного напитка, аромат и вкус какао и кипяченого молока, умеренно сладкий, вкус характерный для рецептурного компонента, без посторонних привкусов и запахов.

## Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах №69

Наименование блюда: **Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) №648

Источник (сборник): **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г.**

Вид обработки: **Варка**

*Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:*

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
<u>Кисель (концентрат) на плодовых экстр.</u>	12	12
<u>Сахар</u>	5	5
<u>Кислота лимонная</u>	0.1	0.1
<u>Вода питьевая</u>	95	95

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

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с СанПиН	Содержание питательных веществ на 100грамм блюда
Белки, г	0
Жиры, г	0
Углеводы, г	10
Калорийность, ккал	38
Ca, мг	0.24
Fe, мг	0.03

*Рекомендуемый выход блюда для кормления школьников за 1 прием пищи (грамм):*

Тип довольствующихся	Выход блюда, грамм
Школьники от 7 до 11 лет	200
Школьники от 11 лет и старше	200

*Технологическая карта приготовления блюда в школе:*

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

## Технологическая карта кулинарного блюда № 70

Наименование кулинарного изделия (блюда): **СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ.**

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г. № 331

### 1. Область применения

Настоящая технологическая карта распространяется на соус сметанный с томатом реализуемый в общеобразовательных учреждениях.

### 2. Требования к сырью

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество

### 3. Рецепттура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	нетто, кг.
Сметана	25,0	25,0	2,50	2,50
Вода	75,0	75,0	7,50	7,50
Мука пшеничная	7,5	7,5	0,75	0,75
Томатное пюре	10,0	10,0	1,0	1,0
Выход	100,0		10,0	

### 4. Химический состав, витамины и микроэлементы

В 100 граммах данного блюда содержится											
Пищевые вещества г.						Минеральные вещества мг.					
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe					
1,27	7,05	5,52	21,02	2,74	19,72	0,15					
Витамины											
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B 6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг.	H, мкг.	PP, мг.
0,09	0,01	0,02	-	0,03	3,86	0,09	0,18	0,04	0,32	0,97	0,10

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 89,31

### 5. Технологический процесс

Томатное пюре уваривают до половины первоначального объема и соединяют с соусом сметанным. Соус проваривают, процеживают и доводят до кипения. Для приготовления соуса сметанного муку пассируют при непрерывном помешивании до светло-кремового цвета, охлаждают до 60-70 градусов и выливают  $\frac{1}{4}$  часть горячей воды или овощного отвара. Вымешивают, кладут прокипяченную сметану, соль и кипятят 3-5 минут, процеживают и доводят до кипения.

### 6. Требования к оформлению, реализации и хранению

При отпуске рыбу поливают соусом с овощами, в котором она тушилась. Температура подачи +75°C. Срок реализации – 2 часа с момента приготовления. Срок годности согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 – 2 часа с момента приготовления. Подогрев остывших ниже температуры раздачи готовых горячих блюд не допускается.

#### 6.1. Органолептические показатели качества:

Внешний вид — Консистенция однородная, вязкая, без комков. Цвет — характерный соусу сметанному с томатом. Вкус и запах — запахи свойственные нежному аромату сметаны, томата, вкус характерный для рецептурных компонентов, без посторонних привкусов и запахов.

## Технологическая карта кулинарного изделия № 71

Наименование кулинарного изделия: **Соус сметанный.**

Номер рецептуры: 330.

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/под редакцией М. П. Могильного. - М.: ДеЛи принт. 2007 - 628 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса	
	брутто, г	нетто, г
Сметана	12	12
Мука пшеничная	4	4
соль	0,5	0,5
Вода	38	38
<i>Выход</i>		50

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

Белки (г)	1
Жиры (г)	1,4
Углеводы (г)	0,4
Энергетическая ценность (ккал)	8

Ca (мг)	14
Mg (мг)	3
Fe(мг)	0,1
C (мг)	0

### Технология приготовления

Для белого соуса пассеруют муку при непрерывном помешивании до образования светло-кремового цвета, не допуская пригорания. В пассерованную муку, охлажденную до 60-70° С выливают ¼ 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 доводят до кипения.

### Требования к качеству

*Внешний вид:* однородная не расслоившаяся масса.

*Консистенция:* вязкая, полужидкая, эластичная.

*Цвет:* от белого до светло-кремового.

*Вкус:* умеренно соленый, свежей сметаны.

*Запах:* свежей сметаны.

## Технологическая карта кулинарного изделия № 72

Наименование кулинарного изделия (блюда): **ТЕСТО ДРОЖЖЕВОЕ**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г. № 405

### 1. Область применения

Настоящая технологическая карта распространяется на тесто дрожжевое реализуемое в общеобразовательных учреждениях.

### 2. Требования к сырью

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество

### 3. Рецепттура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	Нетто, кг.
Мука пшеничная	641	641	64,1	64,1
Сахар	34	34	3,4	3,4
Масло сливочное	34	34	3,4	3,4
Яйцо	0,85 шт.	34	???	3,4
Соль	10	10	1,0	1,0
Дрожжи	19	19	1,9	1,9
вода	258	258	25,8	25,8
Выход	100		10	

### 4. Химический состав, витамины и микроэлементы

В 100 граммах данного блюда содержится											
Пищевые вещества г.						Минеральные вещества мг.					
Белки	Жиры	Углеводы	Са	Mg	P	Fe					
7,11	3,88	45,96	24,60	10,46	68,57	0,94					
Витамины											
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B 6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг	H, мкг.	PP, мг
0,04	0,33	0,30	-	0.13	27,12	0,01	-	0,09	1,75	2,56	0,96

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 235,75

### 5. Технологический процесс

В дежу вливают воду 35-40 градусов. Разведенные в воде с температурой не выше 40 градусов дрожжи, сахар, соль, яйца, муку и все перемешивают 7-8 минут. Вводят растопленное масло и замешивают до тех пор пока оно не приобретет однородную консистенцию и будет легко отделяться от стенок дежи. Дежу закрывают крышкой и ставят на 3-4 часа для брожения в помещении с температурой 35-40 градусов. Когда тесто увеличится в объеме в 1,5 раза производят обминку в течении 1-2 минут и вновь оставляют для брожения, в процессе которого тесто обминают ещё 1-2 раза.

### 6. Требования к оформлению, реализации и хранению

Используют по истечении 4 часов после брожения. Хранение свыше 4 часа не допускается, согласно СанПиН 2.4.5.2409-08.

#### 6.1. Органолептические показатели качества:

Внешний вид — изделие однородной консистенции, без примесей комков. Цвет — цвет соответствует рецептурным компонентам. Запах — приятный аромат свежеприготовленного дрожжевого теста без постороннего запаха.

## Технологическая карта кулинарного изделия № 73

Наименование кулинарного изделия (блюда): **ВАТРУШКИ.**

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г. № 410.

### 1. Область применения

Настоящая технологическая карта распространяется на ватрушки реализуемые в общеобразовательных учреждениях.

### 2. Требования к сырью

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества и пр.).

### 3. Рецепт

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	Нетто, кг.
Тесто дрожжевое	58	58	5,8	5,8
Мука на подпыл	17,4	17,4	1,74	1,74
Фарш творожный	30	30	3,0	3,0
Яйца	3,75	15	0,0357	1,5
Масло растительное	2,5	2,5	0,25	0,25
Соль	1	1	0,1	0,1
Выход	75		7,5	

### 4. Химический состав, витамины и микроэлементы

В 75 граммах данного блюда											
Пищевые вещества г.						Минеральные вещества мг.					
Белки	Жиры	Углеводы	Са	Mg	P	Fe					
10,14	10,69	4,47	40,16	10,47	139,60	1,66					
Витамины											
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B 6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг	H, мкг.	PP, мг
0,18	0,06	0,25	-	0,09	6,27	0,30	-	1,35	1,60	12,48	0,28

Энергетическая ценность (ккал): 153,59

### 5. Технологический процесс

Из готового теста разделяют булочки круглой формы массой 58 гр., укладывают на противень смазанный маслом, дают неполную расстойку. А затем деревянным пестиком диаметром 5 см делают в них углубление, которое заполняют начинкой из фарша творожного по 30 гр. После полной расстойки ватрушки выкладывают на противень, смазанный маслом и смазывают яйцом, выпекают при температуре 230-240 градусов в течение 8-10 минут до образования румяной корочки на твороге.

### 6. Требования к оформлению, реализации и хранению

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления. Хранение свыше 3 часов не допускается, согласно СанПиН 2.4.5.2409-08.

#### 6.1. Органолептические показатели качества:

Внешний вид — ватрушки пропеченные, румяные.

Цвет — цвет соответствует рецептурным компонентам.

Вкус и запах — приятный вкус и аромат свежеприготовленных ватрушек с творогом, без постороннего вкуса и запаха.

## Технологическая карта кулинарного изделия № 74

Наименование кулинарного изделия (блюда): **БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ.**

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г. № 440

### 1. Область применения

Настоящая технологическая карта распространяется на булочку творожную реализуемую в общеобразовательных учреждениях.

### 2. Требования к сырью

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество.

### 3. Рецепт

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	Нетто, кг.
Мука пшеничная	293	293	29,3	29,3
Мука на подпыл	16	16	1,6	1,6
Сахар	42	42	4,2	4,2
Масло сливочное	10	10	1,0	1,0
Яйцо	1,125 шт.	45	0,1125	4,5
Молоко	86	86	8,6	8,6
Творог	132,7	132,7	13,27	13,27
Дрожжи	12,5	12,5	1,25	1,25
Ванилин	3	3	0,3	0,3
Яйца (для смазки)	2,5 шт.	100	0,025	10,0
Итого сырья	65,05	65,05	6,505	6,505
Масса п/ф	59,0	59,0	5,9	5,9
Выход	50		5,0	

### 4. Химический состав, витамины и микроэлементы

В 50 граммах данного блюда												
Пищевые вещества г.						Минеральные вещества мг.						
Белки	Жиры	Углеводы				Ca	Mg	P	Fe			
10,0	5,05	40,49				70,61	15,24	121,64	0,95			
Витамины												
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг.	H, мкг.	PP, мг.	
0,05	0,33	0,41	-	0,12	24,77	0,09	0,27	0,18	1,44	3,59	0,90	

Энергетическая ценность (ккал): 238,46

### 5. Технологический процесс

Готовят дрожжевое тесто. В дежу загружают подготовленный творог. Подливая молоко температурой 70-100 градусов (40-50% от нормы) доводят температуру смеси до 35-40 градусов. Добавляют сахар (15-20% от нормы), подготовленные дорожки. Смесь перемешивают и выдерживают при температуре 35-40 градусов до увеличения объема в 1,5-2 раза в течение 30-40 минут. Добавляют оставшиеся по рецептуре молоко (35-40 градусов), сахар, соль, муку, яйца, ванилин и перемешивают в течении 7-8 минут. Затем вводят растопленное масло и замешивают тесто до однородной консистенции и легкого его отделения от стенок дежи. Тесто ставят для брожения на 1,5 – 2 часа при температуре 35-40 градусов. Первую обминку производят через 50-60 минут. В процессе брожения тесто обминают 2 раза. Из теста формируют жгутики массой 59 гр. Заготовки сворачивают с обеих сторон к середине в виде улиток. Укладывают на подготовленные листы и расстаивают в течении 30-45 минут. Поверхность заготовки смазывают яйцом. Выкладывают на противень, смазанный растительным маслом и выпекают при температуре 200-220 градусов в течении 10-12 минут до образования румяной корочки.

### 6. Требования к оформлению, реализации и хранению

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления. Хранение свыше 3 часов не допускается.

#### 6.1. Органолептические показатели качества:

Внешний вид — пропеченные, румяные. Цвет — цвет соответствует рецептурным компонентам.

Вкус и запах — приятный вкус и аромат свежеприготовленных булочек творожных, без постороннего вкуса и запаха.

## Калорийность Вареной моркови 35 кКал.

Энергетическая ценность продукта Вареная морковь (Соотношение белков, жиров, углеводов):

[Белки](#): 0.76 г. (~3 кКал)

[Жиры](#): 0.18 г. (~2 кКал)

[Углеводы](#): 5.22 г. (~21 кКал)

Энергетическое соотношение (б|ж|у): 9%|5%|60%

## Пищевая ценность

НЖК - Насыщенные жирные кислоты	0.03 г
Моно- и дисахариды	3.45 г
Вода	90.17 г
Крахмал	0.17 г
Зола	0.67 г
Пищевые волокна	3 г

## Витамины

<a href="#">Холин</a>	8.8 мг
<a href="#">Витамин РР (НЭ) (РР)</a>	0.645 мг
<a href="#">Витамин К (К)</a>	13.7 мкг
<a href="#">Витамин Е (ТЭ) (Е (ТЭ))</a>	1.03 мг
<a href="#">Витамин С (С)</a>	3.6 мг
<a href="#">Витамин В9 (В9)</a>	14 мкг
<a href="#">Витамин В6 (В6)</a>	0.153 мг
<a href="#">Витамин В5 (В5)</a>	0.232 мг
<a href="#">Витамин В2 (В2)</a>	0.044 мг
<a href="#">Витамин В1 (В1)</a>	0.066 мг
<a href="#">Витамин А (РЭ) (А (РЭ))</a>	852 мкг
<a href="#">Бета каротин</a>	

8.332 мг

## Минеральные вещества

<a href="#">Фтор (F)</a>	47.5 мкг
<a href="#">Селен (Se)</a>	0.7 мкг
<a href="#">Марганец (Mn)</a>	0.155 мг
<a href="#">Медь (Cu)</a>	17 мг
<a href="#">Цинк (Zn)</a>	0.2 мг
<a href="#">Железо (Fe)</a>	0.34 мг
<a href="#">Фосфор (P)</a>	30 мг
<a href="#">Калий (K)</a>	235 мг
<a href="#">Натрий (Na)</a>	58 мг
<a href="#">Магний (Mg)</a>	10 мг
<a href="#">Кальций (Ca)</a>	30 мг

## Калорийность Вареной свеклы 44 кКал.

Энергетическая ценность продукта Вареная свекла (Соотношение белков, жиров, углеводов):

[Белки](#): 1.68 г. (~7 кКал)

[Жиры](#): 0.18 г. (~2 кКал)

[Углеводы](#): 7.96 г. (~32 кКал)

Энергетическое соотношение (б|ж|у): 15%|4%|72%

## Пищевая ценность

НЖК - Насыщенные жирные кислоты	0.028 г
Моно- и дисахариды	7.96 г
Вода	87.06 г
Зола	1.12 г
Пищевые волокна	2 г

## Витамины

<a href="#">Бета каротин</a>	0.021 мг
<a href="#">Витамин А (РЭ) (А (РЭ))</a>	2 мкг
<a href="#">Витамин В1 (В1)</a>	0.027 мг
<a href="#">Витамин В2 (В2)</a>	0.04 мг
<a href="#">Витамин В5 (В5)</a>	0.145 мг
<a href="#">Витамин В6 (В6)</a>	0.067 мг
<a href="#">Витамин В9 (В9)</a>	80 мкг
<a href="#">Витамин С (С)</a>	3.6 мг
<a href="#">Витамин Е (ТЭ) (Е (ТЭ))</a>	0.04 мг
<a href="#">Витамин К (К)</a>	0.2 мкг
<a href="#">Витамин РР (НЭ) (РР)</a>	0.331 мг
<a href="#">Холин</a>	6.3 мг

## Минеральные вещества

<a href="#">Железо (Fe)</a>	0.79 мг
<a href="#">Цинк (Zn)</a>	0.35 мг
<a href="#">Медь (Cu)</a>	74 мкг
<a href="#">Марганец (Mn)</a>	0.326 мг
<a href="#">Селен (Se)</a>	0.7 мкг
<a href="#">Фосфор (P)</a>	38 мг
<a href="#">Калий (K)</a>	305 мг
<a href="#">Натрий (Na)</a>	77 мг
<a href="#">Магний (Mg)</a>	23 мг
<a href="#">Кальций (Ca)</a>	16 мг