## **Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)**

Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ

Номер рецептуры: 43

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий питания

при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лапшиной. –

М.: Хлебпродинформ, 2004

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья |  | Расход сырья и полуфабрикатов | | |  |
|  | 1 порция | | |  |
| Брутто, г |  | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Капуста белокочанная свежая | 59,4 |  | 47,4 | 99 | 79 |
| Масса прогретой капусты | - |  | 42,6 | - | 71 |
| Лук зеленый | 7,8 |  | 6 | 13 | 10 |
| или морковь до 1 января | 7,8 |  | 6 | 13 | 10 |
| С 1 января | 8 |  | 6 | 13,3 | 10 |
| Лимонная кислота | 0,2 |  | 0,2 | 0,3 | 0,3 |
| Сахар | 3 |  | 3 | 5 | 5 |
| Масло растительное | 3 |  | 3 | 5 | 5 |
| ВЫХОД: |  | 60 | | 1 | 00 |

Химический состав данного блюда

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

***Технология приготовления:***

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

Изготовление салата и его заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Не заправленный салат допускается хранить не более 2-х часов при температуре плюс 4±2С. Хранение заправленного салата может осуществляться не более 30 минут при температуре плюс 4±2С. Температура подачи не ниже +15 С.

***Требования к качеству:***

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

*Консистенция:* хрустящая, не жесткая, сочная

*Цвет:* свойственный входящим в блюдо продуктам

*Вкус:* свойственный входящим в блюдо продуктам

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

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

Номер рецептуры:110

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий питания

при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лапшиной. – М.: Хлебпродинформ, 2004

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

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Вы-  ход, г |  | Пищевые вещества | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки,  г | Жиры,  г | Угле  -  воды, г | Энерг.  цен  -  ность,  ккал | Са | Mg | Р | Fe | В  1 | С | А |
| 200 | 1,45 | 3,93 | 100,20 | 82,00 | 35,50 | 21,00 | 42,58 | 0,95 | 0,04 | 8,23 | 0,00 |
| 250 | 1,81 | 4,91 | 125,25 | 102,50 | 44,38 | 26,25 | 53,23 | 1,19 | 0,05 | 10,29 | 0,00 |

***Технология приготовления:***

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

Борщ можно готовить с мясом, которое закладывается в следующем количестве: масса брутто – 27 г, масса нетто – 20 г. При отпуске в тарелку можно положить прокипяченную сметану.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* в жидкой части борща распределены овощи, сохранившие форму нарезки

(свекла, капуста, морковь, лук – соломкой, картофель – брусочками)

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

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

*Вкус:* кисло-сладкий, умеренно соленый

*Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

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

Номер рецептуры: 124

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий питания

при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лапшиной. –

М.: Хлебпродинформ, 2004

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

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход,  г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | У  глеводы, г | Энерг.  ценность,  ккал | Са | Mg | Р | Fe | В  1 | С | А |
| 200 | 1,40 | 3,91 | 6,79 | 67,80 | 34,66 | 17,8 | 38,1 | 0,64 | 0,05 | 14,77 | 0,00 |
| 250 | 1,75 | 4,89 | 8,49 | 84,75 | 43,33 | 22,25 | 47,63 | 0,80 | 0,06 | 18,46 | 0,00 |

***Технология приготовления:***

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

При приготовлении щей из ранней капусты ее закладывают после картофеля.

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

***Требования к качеству:***

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

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

*Цвет:* бульона - желтый, жир на поверхности – оранжевый, овощей - натуральный

*Вкус:* капусты в сочетании с входящими в состав овощами, умеренно соленый *Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ

Номер рецептуры: 181

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий питания

при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лапшиной. –

М.: Хлебпродинформ, 2004

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 |
| ВЫХОД: | 200 | | 2 | 50 |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Вы-  ход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | |  | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг.  ценность,  ккал | Са | Mg | Р | Fe | В  1 | С | А |
| 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 продварительно 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

Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ

Номер рецептуры: 139

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий питания

при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лапшиной. –

М.: Хлебпродинформ, 2004

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

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Вы-  ход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Бе  лки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг.  ценность,  ккал | Са | Mg | Р | Fe | В  1 | С | А |
| 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 частисупа 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 Наименование кулинарного изделия (блюда):

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМи ИЗДЕЛИЯМИ

Номер рецептуры: 140

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий питания

при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лапшиной. –

М.: Хлебпродинформ, 2004

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 |
| Макаронные изделия | 8 | 8 | 10 | 10 |
| Морковь до 1 января | 10 | 8 | 12,5 | 10 |
| \*\*\*с 1 января | 10,7 | 8 | 13,3 | 10 |
| Лук репчатый | 9,6 | 8 | 12 | 10 |
| Масло растительное | 2 | 2 | 2,5 | 2,5 |
| Вода | 150 | 150 | 188 | 188 |
| ВЫХОД: | 200 | | 250 | |

Химический состав данного блюда

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

***Технология приготовления:***

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

***Требования к качеству:***

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

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

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

*Вкус:* умеренно соленый, свойственный картофелю и овощам *Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

Наименование кулинарного изделия (блюда): РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ

Номер рецептуры: 132

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий питания

при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лапшиной. –

М.: Хлебпродинформ, 2004

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | |  |
| 1 порция | | |  |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Картофель молодой до 1 сент. | 80 | 60 | 100 | 75 |
| \*\*\*с 1 сентября по 31 октября | 85,7 | 60 | 107,1 | 75 |
| \*\*\*с 1 ноября до 31 декабря | 92,3 | 60 | 115,3 | 75 |
| \*\*\*с 1 января по 28-29 февраля | 100 | 60 | 125 | 75 |
| \*\*\*с 1 марта | 80 | 60 | 100 | 75 |
| Крупа перловая или рисовая | 4 | 4 | 5 | 5 |
| Морковь до 1 января | 10 | 8 | 12,5 | 10 |
| \*\*\*с 1 января | 10,7 | 8 | 13,3 | 10 |
| Лук репчатый | 4,8 | 4 | 6 | 5 |
| Масло растительное | 4 | 4 | 5 | 5 |
| Вода | 150 | 150 | 187,5 | 187,5 |
| ВЫХОД: | 200 | | 2 | 50 |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы,  г | Энерг.  ценность,  ккал | Са | Mg | Р | Fe | В  1 | С | А |
| 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 частирассольника – огурцы без кожицы м 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.

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

Номер рецептуры: 160

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий питания

при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лапшиной. –

М.: Хлебпродинформ, 2004

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 | 16 | 16 | 20 | 20 |
| вермишель, фигурные изделия, макароны | 16 | 16 | 20 | 20 |
| Сахар | 1,6 | 1,6 | 2 | 2 |
| Масло сливочное | 2 | 2 | 2,5 | 2,5 |
| ВЫХОД: | 200 | | 250 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы,  г | Энерг.  ценность,  ккал | Са | Mg | Р | Fe | В  1 | С | А |
| С лапшой домашней № 118 | | | | |  | | | |  | | |
| 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 |
| С вермишелью | | | | |  | | | |  | | |
| 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 |
| С макаронными изделиями | | | | |  | | | |  | | |
| 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 – 1012 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 распеределены 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

Наименование кулинарного изделия (блюда): РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ

Номер рецептуры: 224

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий питания

при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лапшиной. –

М.: Хлебпродинформ, 2004

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 |
| **Соус томатный** | - | **50** | **-** | **60** |
| 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 |
| ВЫХОД: | 150 | | 1 | 80 |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. Вещества, м | | | г | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры,г | Угле  -  воды, г | Эн. цен  -  ность,    ккал | Са | Mg | Р | Fe | В  1 | С | А |
| 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 |
| 200 | 2,96 | 14,21 | 18,87 | 203,4 |  |  |  |  |  |  |  |

***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 темнокрасного. Не допускают запах пареных овощей, прогорклый привкус муки.

## КАША МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ

Номер рецептуры:302

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий питания

при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лапшиной. –

М.: Хлебпродинформ, 2004

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 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 |
| ВЫХОД: | 200 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | |  | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы,  г | Энерг.  ценность,  ккал | Са | Mg | Р | Fe | В  1 | С | А |
| 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 приготовлять 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

## КАША ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ И САХАРОМ,

МОЛОЧНАЯ

Номер рецептуры: 302

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий питания

при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лапшиной. –

М.: Хлебпродинформ, 2004

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья |  | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |  |
|  | 1 порция | | | |  |
| Брутто, г |  | Нетто, г | Брутто, г |  | Нетто, г |
| Крупа ПШЕННАЯ | 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 геркулесовая | 37,5 |  | 37,5 | 50 |  | 50 |
| Вода или молоко | 120 |  | 120 | 160 |  | 160 |
| Сахар | 5 |  | 5 | 5 |  | 5 |
| Масло сливочное | 5 |  | 5 | 5 |  | 5 |
| ВЫХОД: |  | 160 | | 210 | |  |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход,  г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг.  ценность,  ккал | Са | Mg | Р | Fe | В  1 | С | А |
| Пшенная | | | | |  | | | |  | | |
| 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 |
| Рисовая | | | | |  | | | |  | | |
| 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 |
| Геркулесовая | | | | |  | | | |  | | |
| 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

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

Номер рецептуры: 413

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий питания

при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лапшиной. –

М.: Хлебпродинформ, 2004

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья |  | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |  |
|  | 1 порция | | | |  |
| Брутто, г |  | Нетто, г | Брутто, г |  | Нетто, г |
| Сосиски или сардельки , или колбаса | 81,6 |  | 80 | 102 |  | 100 |
| ВЫХОД: |  | 80 | | 100 | |  |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход,  г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, м | | | г | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы,  г | Энерг.  ценность,  ккал | Са | Mg | Р | Fe | В  1 | С | А |
| 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

Наименование кулинарного изделия (блюда): ГУЛЯШ

Номер рецептуры: 437

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий питания

при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лапшиной. –

М.: Хлебпродинформ, 2004

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

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход,  г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | |  | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы,  г | Энерг.  ценность,  ккал | Са | Mg | Р | Fe | В  1 | С | А |
| 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.

Наименование кулинарного изделия (блюда): ПТИЦА ОТВАРНАЯ

Номер рецептуры: 487

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий питания

при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лапшиной. –

М.: Хлебпродинформ, 2004

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

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход,  г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | |  | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы,  г | Энерг.  ценность,  ккал | Са | Mg | Р | Fe | В  1 | С | А |
| 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.

Наименование кулинарного изделия (блюда): ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ

Номер рецептуры: 492

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий питания

при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лапшиной. –

М.: Хлебпродинформ, 2004

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 |
| *Масса отварной птицы* | *-* | *80* | *-* |  | *100* |
| Масло сливочное | 8 | 8 | 10 |  | 10 |
| Морковь до 1 января | 16 | 13 | 20 |  | 16,3 |
| \*\*\*с 1 января | 17,3 | 13 | 21,7 |  | 16,3 |
| Лук репчатый | 11 | 9 | 13,8 |  | 11,3 |
| Томатное пюре | 7 | 7 | 8,8 |  | 8,8 |
| Крупа рисовая | 46 | 46 | 57,5 |  | 57,5 |
| *Масса готового риса с овощами* | *-* | *130* | *-* |  | *160* |
| ВЫХОД: | 210 | | 260 | |  |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход,  г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | |  | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы,  г | Энерг.  ценность,  кка  л | Са | Mg | Р | Fe | В  1 | С | А |
| 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

КАША гречневая РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным

Номер рецептуры: 508

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий питания

при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лапшиной. –

М.: Хлебпродинформ, 2004

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | | | |
| 1 порция | | | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| КРУПА гречневая | 60,6 | 60,6 | 72,2 | 72,2 | 80,8 | 80,8 |
| Масло сливочное | 5,3 | 5,3 | 6,3 | 6,3 | 7 | 7 |
| ВЫХОД: | 150 | | 180 | | 200 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Блюдо | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углевод  ы, г | Энерг.  ценность    ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| гречневая | | | | |  | | | |  | | |
| 150 | 7,46 | 5,61 | 35,84 | 230,45 | 12,98 | 67,50 | 208,5 | 3,95 | 0,18 | 0,00 | 0,02 |
| 180 | 8,95 | 6,73 | 43,00 | 276,53 | 15,57 | 81,00 | 250,2 | 4,73 | 0,22 | 0,00 | 0,02 |
| 200 | 9,94 | 7,48 | 47,78 | 307,26 | 17,30 | 90,00 | 278,0 | 5,26 | 0,24 | 0,00 | 0,02 |

***Технология приготовления:***

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

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* зерна крупы целые, хорошо разваренные, хорошо отделяются друг от друга *Консистенция:* мягкая, рассыпчатая

*Цвет:*  каши гречневой – от светло-коричневого до коричневого

*Вкус:* умеренно соленый

*Запах:* каши из данного вида крупы с маслом

## МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ

Номер рецептуры: 332

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий питания

при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лапшиной. –

М.: Хлебпродинформ, 2004

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

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход,  г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углевод  ы, г | Энерг.  ценность    ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | 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

ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ

Номер рецептуры: 520

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий питания

при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лапшиной. –

М.: Хлебпродинформ, 2004

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

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

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выхо д, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углевод  ы, г | Энерг.  ценность    ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 150 | 3,06 | 4,80 | 20,45 | 137,25 | 36,98 | 27,75 | 86,60 | 1,01 | 0,14 | 18,17 | 25,50 |
| 180 | 3,67 | 5,76 | 24,53 | 164,70 | 44,37 | 33,30 | 103,91 | 1,21 | 0,16 | 21,80 | 30,60 |
| 200 | 4,08 | 6,40 | 27,26 | 183,00 | 49,30 | 37,00 | 115,46 | 1,34 | 0,18 | 24,22 | 34,00 |

***Технология приготовления:***

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

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

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* протертая картофельная масса

*Консистенция:* густая, пышная, однородная масса, без комочков непротертого картофеля *Цвет:*  белый с кремовым оттенком без темных включений.

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

*Запах:* свежеприготовленного картофельного пюре, кипяченого молока и сливочного масла

.

Наименование кулинарного изделия (блюда): ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
| 1 порция | |
| Брутто, г | Нетто, г |
| Яблоки или груши, или абрикосы, или сливы | 100 | 100 |
| ВЫХОД: | 100 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Блюдо | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг.  ценность,    ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| Яблоки | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 10,0 | 0,0 | 75,8 | 2,20 | 0,03 | 10,0 | 0,00 |
| Груши | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47,00 | 8,00 | 0,00 | 96,1 | 2,30 | 0,02 | 5,00 | 0,00 |
| Сливы | 0,80 | 0,30 | 57,50 | 49,00 | 12,0 | 8,0 | 28,0 | 0,50 | 0,06 | 10,0 | 0,00 |

***Технология приготовления:***

Плоды или ягоды свежие перед отпуском перебирают, моют, удаляют плодоножки, сорные примеси, тщательно промывают проточной питьевой водой.

***Требования к качеству*:**

Плоды и ягоды свежие, без сорных примесей, вкус и запах соответствует виду продукта. Не допускается затхлый запах и прогорклый привкус.

Наименование кулинарного изделия (блюда): КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ

Номер рецептуры: 631

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий питания

при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лапшиной. –

М.: Хлебпродинформ, 2004

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 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 |
| ВЫХОД: | 200 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Пищевые вещества | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки г | Жиры г | Углеводы, г | Энерг.  ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 0,20 | 0,20 | 22,30 | 110,00 | 12,00 | 0,00 | 2,4 | 0,80 | 0,02 | 0,00 | 0,00 |

***Технология приготовления:***

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

***Требования к качеству*:**

*Внешний вид:* сироп прозрачный, яблоки зачищены от 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

### КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий питания

при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лапшиной. –

М.: Хлебпродинформ, 2004

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
| 1 порция | |
| Брутто, г | Нетто, г |
| Смесь сухофруктов | 20 | 20 |
| Вода | 200 | 200 |
| Сахар | 20 | 20 |
| Кислота лимонная | 0,2 | 0,2 |
| ВЫХОД: | 200 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Пищевые вещества | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг.  ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 0,04 | 0,00 | 24,76 | 94,20 | 6,40 | 0,00 | 3,6 | 0,18 | 0,01 | 1,08 | 0,00 |

***Технология приготовления:***

Подготовленные сухофрукты заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, добавляют лимонную кислоту и варят до готовности. Компот варят заранее, чтобы он настоялся.

***Требования к качеству*:**

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

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

*Цвет:*  от светло-коричневого до темно-коричневого, в зависимости от набора сухофруктов *Вкус:* приятный, сладкий или кисло-сладкий, соответствует виду плодов или ягод

*Запах:* аромат использованных плодов и ягод

ЧАЙ С САХАРОМ

Номер рецептуры: 685

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий питания

при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лапшиной. –

М.: Хлебпродинформ, 2004

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

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Пищевые вещества | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки г | Жирыг | Углеводы, г | Энерг.  ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 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С.

***Требования к качеству:***

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

*Цвет:*  золотисто-коричневый

*Вкус:* сладкий, чуть терпкий *Запах:* соответственный чаю

КАКАО С МОЛОКОМ

Номер рецептуры: 694

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий питания

при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лапшиной. –

М.: Хлебпродинформ, 2004

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
| 1 порция | |
| Брутто, г | Нетто, г |
| Какао-порошок | 6 | 6 |
| Сахар | 20 | 20 |
| Молоко | 200 | 200 |
| ВЫХОД: | 200 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Пищевые вещества | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг.  ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 3,52 | 3,72 | 25,49 | 145,2 | 122,0 | 14,00 | 90,00 | 0,56 | 0,04 | 1,30 | 0,01 |

***Технология приготовления:***

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

Можно приготавливать какао на молоке сгущенном, при этом соотношение свежего молока к сгущенному составляет 1 : 0,38, а закладку сахара уменьшают на 15% (17 г).

***Требования к качеству:***

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

*Цвет:*  светло-шоколадный

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

*Запах:* аромат какао и кипяченого молока

**Наименование изделия: Рагу из овощей**

**Номер рецептуры: 224**

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

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| до3 лет | до3 лет | с 3 лет | с 3 лет |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Картофель | 100 | 72 | 120 | 86 |
| Морковь | 31 | 24 | 37 | 29 |
| Лук репчатый | 14 | 12 | 17 | 14 |
| Капуста свежая белокочанная | 38 | 30 | 45 | 36 |
| Вода | 79 | 79 | 95 | 95 |
| Масло коровье сладко-сливочное | 6 | 6 | 7 | 7 |
| Выход |  | 150 |  | 180 |

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры,  г | Углеводы,  г | Энерг. ценность, ккал | Са | Fe | В1 | В2 | С |
| 1,9 | 3,4 | 8,5 | 72,2 | 41,8 | 0,69 | 0,04 | 0,03 | 11,9 |

Химический состав данного блюда (для детей с 3 лет)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры,  г | Углеводы,  г | Энерг. ценность, ккал | Са | Fe | В1 | В2 | С |
| 2,23 | 4,04 | 10,16 | 86,67 | 50,12 | 0,83 | 0,05 | 0,04 | 14,33 |

**Технология приготовления**

Картофель нарезают дольками или кубиками и тушат. Лук репчатый и морковь слегка пассеруют. Капусту белокочанную нарезают шашками, припускают. За 15-20 минут до готовности все овощи соединяют и тушат.

Температура подачи +60…+65º С.

**Требования к качеству**

*Внешний вид:* овощи и картофель нарезаны кубиками или дольками, форма нарезки овощей сохранена.

*Консистенция:* картофеля, овощей мягкая, плотная.

*Цвет:* светло-оранжевый.

*Вкус:* умеренно соленый.

*Запах:* овощей, входящих в блюдо.

Наименование изделия: ***Напиток клюквенный.***

Номер рецептуры:700

Наименование сборника рецептур: : Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий питания

при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лапшиной. –

М.: Хлебпродинформ, 2004

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
| 1 порция | |
| Брутто, г. | Нетто, г. |
| Клюква | 16,5 / 22 | 20 |
| Вода | 150,7 / 201,5 | 201,5 |
| сахар | 15 / 20 | 20 |
|  |  |  |
| Выход: | 150 / 200 | |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | | Витамин С, мг |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг.ценность, ккал |
| 0,1 | 0 | 20,7 | 83 | 1,2 |

Технология приготовления: подготовленные ягоды моют, ошпаривают, протирают и отжимают сок, ставят в холодильный шкаф при температуре +4, +6\*С. Мезгу заливают горячей водой. Варят 5-7 минут, процеживают, добавляют сахар, доводят до кипения. Вливают отжатый сок и снова доводят до кипения. Охлаждают. Разливают в стаканы.

Температура подачи: 14\*С

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: вкус кисло-сладкий, запах соответствует виду ягод, цвет красный, слегка мутный. Консистенция жидкая.

Наименование изделия: **БУТЕРБРОД С МАСЛОМ**

Номер рецептуры: **1**

Наименования сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий питания

при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лапшиной. –

М.: Хлебпродинформ, 2004

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** | | | |
| **1 порция** | | | |
| **1- 3 года** | | **СТАРШЕ 3 ЛЕТ** | |
| **брутто** | **нетто** | **брутто** | **нетто** |
| **Масло сливочное** | **10** | **10** | **15** | **15** |
| **Хлеб пшеничный** | **30** | **30** | **35** | **35** |
| **Выход:** |  | **40** |  | **50** |

**ХИМИЧЕСКИЙ СОСТАВ ДАННОГО БЛЮДА**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Возрастная группа** | **Пищевые вещества** | | | | **Витамин С, мг** |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** | **Энерг. ценность, ккал** |
| **1- 3 года** | **2,01** | **3,87** | **12,13** | **91,33** | **0,00** |
| **СТАРШЕ 3 лет** | **2,81** | **3,97** | **16,96** | **114,66** | **0,00** |

***Технология приготовления:*** хлеб нарезают ломтиками толщиной 1-1,5 см, масло намазывают ровным, тонким слоем.

**Требования к качеству:**

*Внешний вид:* ровные ломтики хлеба, намазанные маслом

*Консистенция*: хлеба - мягкая, масла – мажущаяся

*Цвет*: масла от белого до светло-желтого

*Вкус*: соответствует виду масла

*Запах*: хлеба в сочетании со свежим маслом