## **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. ценность, ккал  | Са  | Mg  | Р  | Fe  | В1  | 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  | В1  | 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  | Углеводы, г  | Энерг. ценность, ккал  | Са  | Mg  | Р  | Fe  | В1  | 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  | В1  | 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  |
| Белки, г  | Жиры, г  | Углеводы, г  | Энерг. ценность, ккал  | Са  | Mg  | Р  | Fe  | В1  | 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  | В1  | 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  | В1  | 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  | В1  | 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  | В1  | 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  | В1  | 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  | В1  | 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  | В1  | 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  | В1  | 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  | В1  | 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, ккал  | Са  | Mg  | Р  | Fe  | В1  | 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  | Углеводы, 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  | Углеводы, 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  | Углеводы, 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