

# ***ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ***

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

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

При составлении технологических карт использовалась следующая литература:

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

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

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

При обработке овощей должны быть соблюдены следующие требования: овощи сортируют,

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

Не допускается предварительное замачивание овощей.

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

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

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

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

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

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

Холодные закуски, салаты должны иметь температуру подачи не ниже +15°С.

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_

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

Номер рецептуры: 41

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

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

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
5	0,00	4,10	0,05	37,50	0,50	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	29,50

10	0,00	8,20	0,10	75,00	1,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	59,00
15	0,00	12,30	0,15	112,50	1,50	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	88,50
20	0,00	16,40	0,20	150,00	2,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	118,00

**Технология приготовления:**

Масло сливочное нарезают кусочками прямоугольной или другой формы.

**Требования к качеству:**

*Внешний вид:* ровные кусочки масла с гладкими краями

*Консистенция:* мягкая, не расплывшаяся

*Цвет:* соответствует виду масла, светло-желтый

*Вкус:* сладко-сливочный, без горечи

*Запах:* свежего масла

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): СЫР (ПОРЦИЯМИ)

Номер рецептуры: 42

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

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

**Химический состав данного блюда**

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

### Технология приготовления:

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

### Требования к качеству:

*Внешний вид:* сыр прямоугольной или треугольной формы

*Консистенция:* мягкая

*Цвет:* соответствует виду сыра, светло-желтый

*Вкус:* соответствует виду сыра, без горечи

*Запах:* свойственный свежему сыру

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ

Номер рецептуры: 13

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010, с. 91

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Огурцы свежие	71,3	57	118,8	95
Масло растительное	3,6	3,6	6	6
<b>ВЫХОД:</b>	60		100	

### Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
60	0,46	3,65	1,43	40,38	13,11	7,98	24,01	0,34	0,02	5,70	0,00
100	0,76	6,09	2,38	67,3	21,85	13,30	40,02	0,57	0,03	9,50	0,00

### Технология приготовления:

Свежие огурцы очищают от кожицы, нарезают кружочками, ломтиками или мелко шинкуют.

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.

При отпуске заправляют солью и растительным маслом.

### Требования к качеству:

*Внешний вид:* нарезанные огурцы уложены горкой, заправлены растительным маслом

*Консистенция:* форма нарезки сохраняется, консистенция хрустящая

*Цвет:* соответствует сорту огурцов

*Вкус:* свойственный свежим огурцам, в меру соленый

*Запах:* огурцов и растительного масла

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ  
С ЛУКОМ

Номер рецептуры: 14

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур  
блюдо и кулинарных изделий для питания детей  
дошкольных образовательных учреждений / Под ред.  
М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. –  
М.: ДеЛи принт, 2010, с. 91

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Помидоры свежие	50,8	43,2	84,7	72
Лук репчатый	17,3	14,5	28,8	24,2
масса бланшированного репчатого лука	-	13,8	-	23
или лук зеленый	17,3	13,8	28,8	23
Масло растительное	3,6	3,6	6	6
<b>ВЫХОД:</b>	60		100	

### Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
60	0,68	3,71	2,83	47,46	10,55	10,67	19,73	0,50	0,04	12,25	0,00
100	1,13	6,19	4,72	79,1	17,58	17,79	32,88	0,84	0,06	20,42	0,00

### Технология приготовления:

Помидоры промывают проточной водой, удаляют плодоножку, нарезают тонкими ломтиками. Лук очищают, срезают донце и шейку, мелко шинкуют, ошпаривают кипятком. Подготовленный зеленый лук мелко шинкуют. Помидоры и лук перемешивают, заправляют растительным маслом, солью, раскладывают на порции.

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:* помидоры и лук перемешаны, уложены горкой. Овощи имеют привлекательный вид

*Консистенция:* форма нарезки сохраняется, консистенция помидоров – упругая, сочная

*Цвет:* соответствует сорту помидоров

*Вкус:* свойственный свежим помидорам, в меру соленый

*Запах:* свежих помидоров и лука в сочетании с растительным маслом

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ

Номер рецептуры: 15

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010, с. 92

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Помидоры свежие	33,9	28,8	56,5	48
Огурцы свежие	26,3	21	43,8	35
Лук репчатый	9	7,6	15	12,6
масса бланшированного репчатого лука	-	7,2	-	12
или лук зеленый	9	7,2	15	12
Масло растительное	3,6	3,6	6	6
<b>ВЫХОД:</b>	60		100	

### Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
60	0,59	3,69	2,24	44,52	11,21	9,76	20,77	0,44	0,03	10,06	0,00
100	0,98	6,15	3,73	74,20	18,68	16,26	34,61	0,74	0,05	16,76	0,00

### Технология приготовления:

Подготовленные свежие помидоры и очищенные огурцы нарезают тонкими ломтиками, лук зеленый очищают, моют, мелко шинкуют, лук репчатый мелко шинкуют и бланшируют. Нарезанные помидоры, огурцы и лук перед отпуском перемешивают, заправляют растительным маслом, солят, раскладывают на порции. Салат можно отпускать и без лука, соответственно уменьшив выход.

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 имеют привлекательный вид, нарезаны тонкими ломтиками, лук мелко нашинкован. Овощи уложены горкой, сохранили форму нарезки, заправлены растительным маслом.

*Консистенция:* помидоров и огурцов – упругая, лука – сочная

*Цвет:* помидоров – соответствует сорту (красный, розовый или желтый), огурцов – неочищенных – белый с зеленой каймой, очищенных – белый

*Вкус:* свойственный свежим помидорам и огурцам, в меру соленый

*Запах:* свежих помидоров, огурцов и лука в сочетании с растительным маслом

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ  
С ЛУКОМ

Номер рецептуры: 17

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, с. 91, с. 79

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Огурцы соленые	60,6	48,6	101	81
Лук репчатый	10,8	9	18	15
или лук зеленый	11,4	9	19	15
Масло растительное	3	3	5	5
<b>ВЫХОД:</b>	60		100	

### Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
60	0,52	3,07	1,57	35,88	13,97	8,06	16,94	0,37	0,01	3,33	0,00
100	0,86	5,11	2,61	59,80	23,28	13,44	28,24	0,61	0,02	5,55	0,00

### Технология приготовления:

Подготовленные огурцы нарезают тонкими ломтиками. Лук репчатый очищают, промывают, мелко шинкуют, бланшируют. Зеленый лук очищают, моют, мелко шинкуют. Огурцы и лук перемешивают, заправляют растительным маслом.

Изготовление салата и его заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Незаправленный 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, сочная

*Цвет:* соответствует сорту огурцов

*Вкус:* свойственный соленым огурцам, луку и растительному маслу; в меру соленый

*Запах:* продуктов, входящих в блюдо

**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, с. 91, с. 90

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
<b>ВЫХОД:</b>	60		100	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Энерг. ценност ь, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
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

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ

Номер рецептуры: 33

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010, с. 101

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Свекла свежая до 1 января	73	57 <sup>1</sup>	121,6	95 <sup>1</sup>
с 1 января	78,1	57 <sup>1</sup>	130,1	95 <sup>1</sup>
Масло растительное	3,6	3,6	6	6
<b>ВЫХОД:</b>	60		100	

<sup>1</sup> Масса отварной очищенной свеклы

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
60	0,86	3,65	5,02	56,34	21,09	12,54	24,58	0,80	0,01	5,70	0,00
100	1,43	6,09	8,36	93,9	35,15	20,90	40,97	1,33	0,02	9,50	0,00

### Технология приготовления:

Свеклу промывают проточной водой, варят в кожуре, охлаждают; очищают. Нарезают в холодном цехе или в горячем цехе на столе для вареной продукции. Варка свеклы накануне дня приготовления блюд не допускается.

Отваренные для салатов овощи хранят в холодильнике не более 6 часов при температуре плюс 4±2°С.

Свеклу нарезают соломкой, добавляют соль, заправляют 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:* свекла нарезана мелкой соломкой, салат уложен горкой, заправлен растительным маслом

*Консистенция:* мягкая, сочная

*Цвет:* темно-малиновый

*Вкус:* свойственный свекле и растительному маслу

Запах: свеклы и растительного масла

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ

Номер рецептуры: 45

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010, с. 107

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель молодой до 1 сентября	20,4	15 <sup>1</sup>	34	25 <sup>1</sup>
***с 1 сентября по 31 октября	20,6	15 <sup>1</sup>	34,4	25 <sup>1</sup>
***с 1 ноября до 31 декабря	22,1	15 <sup>1</sup>	36,8	25 <sup>1</sup>
***с 1 января по 28-29 февраля	23,9	15 <sup>1</sup>	39,8	25 <sup>1</sup>
***с 1 марта	25,8	15 <sup>1</sup>	43	25 <sup>1</sup>
Свекла до 1 января	15,3	12 <sup>1</sup>	25,5	20 <sup>1</sup>
***с 1 января	16,3	12 <sup>1</sup>	27,2	20 <sup>1</sup>
Морковь до 1 января	11,3	9 <sup>1</sup>	18,9	15 <sup>1</sup>
***с 1 января	12,1	9 <sup>1</sup>	20,1	15 <sup>1</sup>
Огурцы соленые <sup>2</sup>	15	12	25	20
Лук зеленый	11,3	9	18,8	15
или лук репчатый	10,7	9 <sup>3</sup>	17,9	15 <sup>3</sup>
Масло растительное	3,6	3,6	6	6
<b>ВЫХОД:</b>	60		100	

<sup>1</sup> Масса отварных очищенных овощей

<sup>2</sup> С использованием огурцов консервированных без уксуса

<sup>3</sup> Масса бланшированного репчатого лука

**Химический состав данного блюда**

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Энерг. ценност ь, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
<b>С луком зеленым</b>											
60	0,81	3,70	4,61	54,96	20,13	12,81	24,10	0,53	0,03	7,95	0,00
100	1,35	6,16	7,69	91,60	33,55	21,35	40,17	0,88	0,05	13,25	0,00
<b>С луком репчатым</b>											
60	0,82	3,71	5,06	56,88	13,92	12,45	26,98	0,51	0,04	6,15	0,00
100	1,36	6,18	8,44	94,80	23,20	20,75	44,97	0,85	0,06	10,25	0,00

**Технология приготовления:**

Отварные очищенные картофель, свеклу, морковь, очищенные соленые огурцы нарезают мелкими ломтиками. Зеленый лук нарезают длиной до 1 см; если используют репчатый лук, то его мелко шинкуют и бланшируют кипящей водой, откидывают на дуршлаг.

Подготовленные овощи соединяют, добавляют растительное масло, перемешивают.

В винегрет можно добавлять от 5 до 10 г. припущенного зеленого горошка за счет соответственного уменьшения соленых огурцов.

Температура подачи не ниже +15 °С.

### Требования к качеству:

*Внешний вид:* овощи нарезаны мелкими ломтиками, равномерно перемешаны и заправлены растительным маслом.

*Консистенция:* мягкая, сочная

*Цвет:* продуктов, входящих в состав блюда

*Вкус:* продуктов, входящих в состав блюда

*Запах:* продуктов, входящих в состав блюда

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда): ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ

Номер рецептуры: 126

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с.46

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	1 порция					
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Свекла свежая до 1 января	95,7	75	143,5	112,5	-	-
с 1 января	100	75	150	-	-	-
или морковь до 1 янв.	-	-	-	-	94,2	75
с 1 января	-	-	-	-	100	75
Лук репчатый	20,8	17,5	31,2	26,3	20,8	17,5
Томатное пюре	13	13	20	20	13	13
Масло растительное	5,3	5,3	11,3	11,3	5,3	5,3
Кислота лимонная	1,5	1,5	2,3	2,3	1,5	1,5
Сахар	0,6	0,6	1,8	1,8	0,6	0,6
<b>ВЫХОД:</b>	100		150		100	

### Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
<b>Икра свекольная</b>											
100	2,35	4,60	12,33	100,10	38,24	29,63	60,79	1,77	0,03	6,72	0,00
150	3,53	6,90	18,50	150,15	57,36	44,45	91,19	2,66	0,05	10,08	0,00
<b>Икра морковная</b>											
100	2,20	4,60	10,88	93,70	30,64	41,28	70,00	1,22	0,05	5,12	0,00

### Технология приготовления:

Свеклу или морковь промывают проточной водой, варят в кожуре, охлаждают; очищают. Нарезают в холодном цехе или в горячем цехе на столе для вареной продукции. Варка овощей накануне дня приготовления блюд не допускается.

Лук репчатый шинкуют и пассеруют, в конце пассерования добавляют томатное пюре.

Измельченную свеклу или морковь соединяют с пассерованным луком, добавляют специи, сахар, лимонную кислоту, прогревают и охлаждают.

Температура подачи не ниже +15 °С.

### Требования к качеству:

*Внешний вид:* икра имеет однородную консистенцию, все компоненты равномерно перемешаны

*Консистенция:* мягкая, сочная

*Цвет:* свойственный входящим в блюдо продуктам

*Вкус:* свойственный входящим в блюдо продуктам

*Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ

Номер рецептуры: 38

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010, с. 103

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Морковь свежая	93,8	75
Яблоки	28,4	25
Сахар	1	1
<b>ВЫХОД:</b>	100	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
100	1,08	0,18	8,62	40,40	24,28	30,75	44,00	1,08	0,05	6,25	0,00

#### *Технология приготовления:*

Подготовленную сырую очищенную морковь нарезают мелкой соломкой. Яблоки с удаленным семенным гнездом нарезают ломтиками. Компоненты соединяют, добавляют сахар и прогревают при постоянном помешивании при температуре 85 °С не менее 3 минут.

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:* морковь нарезана соломкой, яблоки – ломтиками. Салат уложен горкой

*Консистенция:* мягкая, сочная

*Цвет:* оранжевый

*Вкус:* свойственный моркови и яблокам, с сахаром

*Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА

Номер рецептуры: 10

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010, с.89

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Зеленый горошек консервированный	146,2	95
Масло растительное	5	5
Лук репчатый	13,5	11
<b>ВЫХОД:</b>	<b>100</b>	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
100	2,98	5,19	6,25	83,60	21,45	20,80	59,95	0,68	0,11	11,00	0,68

**Технология приготовления:**

Консервированный горошек прогревают в собственном соку, затем отвар сливают.

Лук репчатый мелко рубят, ошпаривают кипятком.

Компоненты смешивают, заправляют 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:* горошек сохранил форму, салат заправлен маслом и луком

*Консистенция:* сочная, плотная

*Цвет:* соответствует сорту горошка

*Вкус:* умеренно соленый, растительного масла и консервированного горошка, лука

*Запах:* свойственный входящим в рецептуру продуктам

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ

С ЗЕЛеныМ ГОРОШКОМ

Номер рецептуры: 34

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010, с.101

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Свекла до 1 января	44,3	35,4	73,8	59,0
с 1 января	47,2	35,4	78,7	59,0
Зеленый горошек консервированный	31,4	20,4	52,4	34,0
Лук репчатый	3,6	3	6	5
Масло растительное	2,4	2,4	4	4
<b>ВЫХОД:</b>	60		100	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
Выход 60 г										
1,00	2,51	4,91	46,26	16,76	11,14	25,18	0,79	0,03	5,88	0,00
Выход 100 г										
1,66	4,18	8,19	77,10	27,93	18,57	41,96	1,31	0,05	9,80	0,00

#### **Технология приготовления:**

Подготовленную свеклу отваривают, затем очищают и нарезают мелкой соломкой. Добавляют нарезанный бланшированный репчатый лук, прокипяченный зеленый горошек. При отпуске заправляют растительным маслом..

Изготовление салата и его заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Незаправленный 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.

При отпуске заправляют солью и растительным маслом.

#### **Требования к качеству:**

*Внешний вид:* нарезанная свекла уложена горкой, заправлена растительным маслом

*Консистенция:* форма нарезки сохраняется, консистенция мягкая, сочная

*Цвет:* темно-малиновый

*Вкус:* свойственный свекле, луку и зеленому горошку, в меру соленый

*Запах:* свеклы и растительного масла

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда):

САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ  
(КОНСЕРВИРОВАННОЙ)

Номер рецептуры: 12

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010, с.90

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Кукуруза консервированная	79,7	55,8*	132,9	93*
Сахар	1,2	1,2	2	2
Масло растительное	3,6	3,6	6	6
	60		100	

\*Масса прогретой кукурузы

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
Выход 60 г										
1,73	3,71	4,82	59,58	11,20	11,72	3,47	0,40	0,06	5,58	0,00
Выход 100 г										
2,88	6,18	8,04	99,30	18,66	19,53	5,78	0,66	0,10	9,30	0,00

#### **Технология приготовления:**

Консервированную кукурузу прогревают в собственном соку, затем отвар сливают, заправляют сахаром и растительным маслом.

#### **Требования к качеству:**

*Внешний вид:* кукуруза сохранила форму

*Консистенция:* сочная, плотная

*Цвет:* свойственный консервированной кукурузе

*Запах:* консервированной кукурузы с растительным маслом

*Вкус:* умеренно сладкий.

#### **Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ

Номер рецептуры: 81

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 31

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов
--------------------	-------------------------------

	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Капуста квашеная	115,7	81
Лук репчатый	11,9	10
Сахар	5	5
Масло растительное	5	5
<b>ВЫХОД:</b>	-	100

#### Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
100	1,58	4,99	7,66	83,20	41,60	14,2	30,60	0,58	0,02	25,00	0,00

#### **Технология приготовления:**

Квашеную капусту перебирают, отжимают, измельчают. Очень кислую капусту промывают охлажденной кипяченой водой, откидывают на сито.

Изготовление салата и его заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Незаправленный 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:**

Салат уложен горкой, нарезка капусты мелкая, произвольная, лука - тонкими мелкими ломтиками. Капуста хрустящая. Вкус кисловатый, в меру соленый.

## **Первые блюда**

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

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

Не допускается предварительное замачивание овощей.

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

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



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

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

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

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

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

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

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_

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

Номер рецептуры: 170

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с.71

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
<b>ВЫХОД:</b>	200		250	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, г	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
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

#### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_

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

Номер рецептуры: 187

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий

для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:

А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с.79

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
<b>ВЫХОД:</b>	200		250	

Химический состав данного блюда

	Пищевые вещества	Минер. вещества, мг	Витамины, мг
--	------------------	---------------------	--------------

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Mg	P	Fe	В <sub>1</sub>	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 шей 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 блески 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

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ

Номер рецептуры: 87

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

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

## Химический состав данного блюда

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

**Технология приготовления:**

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

**Требования к качеству:**

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

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

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

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

*Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП ИЗ ОВОЩЕЙ

Номер рецептуры: 202

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 86

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

## Химический состав данного блюда

	Пищевые вещества	Минер. вещества, мг	Витамины, мг
--	------------------	---------------------	--------------

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

**Технология приготовления:**

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

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

Суп можно отпустить с прокипяченной сметаной.

**Требования к качеству:**

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

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

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

*Вкус:* картофеля, припущенных овощей, умеренно соленый

*Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ

Номер рецептуры: 200

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий

для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:  
А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К.,  
2005, с. 85

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель молодой до 1 сент.	112,5	90	140,6	112,5
***с 1 сентября по 31 октября	120	90	150	112,5
***с 1 ноября до 31 декабря	128,6	90	160,7	112,5
***с 1 января по 28-29 февраля	138,5	90	173	112,5
***с 1 марта	150	90	187,5	112,5
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
Бульон или вода	140	140	175	175
<b>ВЫХОД:</b>	200		250	

Химический состав данного блюда

В	Б	Х	Пищевые вещества	Минер. вещества, мг	Витамины, мг
---	---	---	------------------	---------------------	--------------

	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Mg	P	Fe	В <sub>1</sub>	С	А
200	1,87	2,26	13,31	81,00	20,68	24,90	61,44	0,94	0,11	9,6	0,00
250	2,34	2,83	16,64	101,25	25,85	31,13	76,80	1,18	0,14	12,00	0,00

**Технология приготовления:**

В кипящий бульон или воду кладут нарезанный брусочками картофель, варят 10-15 минут, добавляют пассерованные морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 минут до окончания процесса варки добавляют соль, специи.

Мясо приготавливают отдельно и при отпуске кладут в каждую тарелку.

**Требования к качеству:**

На поверхности супа блески жира. Овощи сохранили форму нарезки, мягкие. Вкус и аромат, свойственные продуктам рецептуры. Не допускается запах пареных овощей.

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ

Номер рецептуры: 204

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий

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

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
Крупа пшеничная, перловая	8	8	10	10
или рис, пшено	4	4	5	5
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	187,5	187,5
<b>ВЫХОД:</b>	200		250	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
<b>С пшеничной крупой</b>											
200	2,14	2,24	13,71	83,60	20,88	22,80	66,12	1,04	0,09	6,60	0,00
250	2,68	2,80	17,14	104,50	26,10	28,50	82,65	1,30	0,11	8,25	0,00
<b>С перловой крупой</b>											
200	2,00	2,23	13,60	82,60	20,72	21,20	69,88	0,81	0,08	6,660	0,00
250	2,50	2,79	17,00	103,25	25,90	26,50	87,35	1,01	0,10	8,33	0,00
<b>С рисом</b>											
200	1,58	2,19	11,66	72,60	18,44	20,00	50,04	0,71	0,08	6,60	0,00
250	1,98	2,74	14,58	90,75	23,05	25,00	62,55	0,89	0,10	8,25	0,00
<b>С пшеном</b>											
200	1,74	2,27	11,43	73,20	19,20	21,32	53,36	0,77	0,09	6,60	0,00
250	2,18	2,84	14,29	91,50	24,00	26,65	66,70	0,96	0,11	8,25	0,00

**Технология приготовления:**

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

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

Суп картофельный с перловой крупой можно приготовить с рыбой, порции рыбы варят отдельно.

**Требования к качеству:**

*Внешний вид:* в жидкой части супа распределены картофель и овощи, крупа хорошо разварившаяся, но не потерявшая форму

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

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

*Вкус:* картофеля, припущенных овощей, умеренно соленый

*Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ

Номер рецептуры: 206

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий

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

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

#### Химический состав данного блюда

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

#### Технология приготовления:

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

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

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

#### Требования к качеству:

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

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

*Цвет:* светло-желтый (горчичный)

*Вкус:* умеренно соленый, свойственный гороху

*Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

#### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_

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

Номер рецептуры: 208

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



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
<b>ВЫХОД:</b>	200		250	

#### Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
200	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 части супа 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

#### **Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП РИСОВЫЙ С ГОВЯДИНОЙ и томатной пастой (харчо)

Номер рецептуры: 204

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 86

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина б/к	32,4	31	24,3	22,2
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 рисовая	4,8	4,8	6	6
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
Томатная паста (25%)	4,8	4,8	6	6
Вода	150	150	188	188
<b>ВЫХОД:</b>	200/20		250/15	

#### Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
200/20	7,18	2,94	11,76	102,26	21,01	25,93	95,87	1,18	0,10	6,70	0,00
250/15	6,18	3,30	14,65	113,00	24,98	29,45	96,93	1,24	0,11	8,33	0,00

#### Технология приготовления:

В кипящую воду кладут нарезанный брусочками картофель, после закипания закладывают подготовленную крупу, варят 10-15 минут, добавляют пассерованные с томатной пастой морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 минут до окончания процесса варки добавляют соль, специи. Говядину отваривают отдельно и при отпуске кладут в каждую тарелку.

#### Требования к качеству:

*Внешний вид:* в жидкой части супа распределены картофель, овощи и рисовая крупа  
*Консистенция:* овощи и картофель мягкие, крупа мягкая, соблюдается соотношение жидкой и плотной части супа  
*Цвет:* супа – золотисто-красный, жира на поверхности –оранжевый  
*Вкус:* умеренно соленый, свойственный картофелю, овощам и мясу  
*Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

#### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_

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

Номер рецептуры: 209

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	

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

Химический состав данного блюда

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

#### Технология приготовления:

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

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

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

#### Требования к качеству:

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

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

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

**Вкус:** умеренно соленый, свойственный фрикаделькам, картофелю и овощам

**Запах:** свойственный входящим в блюдо продуктам

#### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда): РАССОЛЬНИК ПЕТЕРБУРГСКИЙ

Номер рецептуры: 197

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий

для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:

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

2005, с. 83

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г

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

Химический состав данного блюда

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

#### **Технология приготовления:**

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

#### **Требования к качеству:**

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

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

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

*Вкус:* умеренно соленый, с умеренной кислотностью

*Запах:* продуктов, входящих в рассольник.

#### **Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ  
с ячневой крупой, с куриным мясом

Номер рецептуры: 201

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 85

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Цыпленок-бройлер	36,7	32	64	55,8
Капуста свежая	30	24	37,5	30
Картофель	26,6	20	33,3	25
Крупа ячневая	8	8	10	10
Морковь	10	8	12,5	10
Лук репчатый	9,6	8	12	10
Масло растительное	4	4	5	5
Вода	170	170	212,5	212,5
<b>ВЫХОД:</b>	200/20		250/35	

#### Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
200/20	4,79	6,03	12,42	118,62	32,07	5,42	34,98	0,30	0,06	0,03	1,02
250/35	5,99	7,54	15,53	148,28	40,09	6,78	43,73	0,38	0,08	0,04	1,28

#### **Технология приготовления:**

Крупу ячневую промывают сначала в теплой, а затем в горячей воде, закладывают в кипящую воду (3 л на 1 кг) и варят до полуготовности, воду сливают. В кипящую воду кладут подготовленную крупу, свежую нарезанную шашками белокочанную капусту, нарезанный брусочками картофель и варят до готовности. За 10-15 мин до окончания варки добавляют пассерованные морковь и лук. Крупу рисовую закладывают одновременно с овощами. Суп можно отпускать со сметаной.

Птицу отваривают отдельно и при отпуске кладут в порционную тарелку.

#### **Требования к качеству:**

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

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

*Цвет:* золотистый

*Вкус:* умеренно соленый, с привкусом птицы

*Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

#### **Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ

Номер рецептуры: 94

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

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

Химический состав данного блюда

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

#### **Технология приготовления:**

Крупы подготавливать в соответствии с требованиями СанПиНа.

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

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

#### **Требования к качеству:**

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

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

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

*Вкус:* сладковатый, молока и сливочного масла

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

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

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

Номер рецептуры: 93

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Молоко	140	140	175	175
Вода	60	60	75	75
Лапша домашняя № 118 или	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
<b>ВЫХОД:</b>	200		250	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A	
С 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 – 10-12 мин, вермишель – 5-7 мин), воду сливают, а макаронные изделия закладывают в кипящую смесь молока и воды и, периодически помешивая, варят до готовности. Заправляют сахаром, солью, сливочным маслом, доводят до кипения.

**Требования к качеству:**

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

*Консистенция:* макаронные изделия - мягкая

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

*Вкус:* умеренно сладковатый, молока и сливочного масла

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

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

### *\* блюда из овощей и картофеля*

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

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

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

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

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

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

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

### *\*блюда из круп*

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

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

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



крупы, а также «Геркулес», не промывают. Крупы промывают проточной водой (п. 8.15 СанПиН 2.4.5.2409-08).

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

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

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

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

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

#### *\*блюда из макаронных изделий*

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

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

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

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

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

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

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

II – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;

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

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

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

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

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ**

Номер рецептуры: 321

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

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

**Химический состав данного блюда**

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

**Технология приготовления:**

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

**Требования к качеству:**

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

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ**

Номер рецептуры: 417

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий

для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:  
А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К.,  
2005, с.180

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Макаронные изделия	48	48
Лук репчатый	13,3	12
Морковь до 1 января	13,3	11
***с 1 января	14,7	11
Зеленый горошек	16,5	11
Томатное пюре	10,6	10,6
Масло сливочное	5,6	5,6
<b>ВЫХОД:</b>	170	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
49,58	1,18	33,12	145,03	54,39	12,88	0,34	0,03	0,01	3,46	0,05

**Технология приготовления:**

Овощи нарезают соломкой и пассеруют, добавляют томатное пюре и продолжают пассеровать 5-7 минут. Зеленый горошек прогревают. Макароны отваривают, добавляют к ним подготовленные овощи с томатным пюре и перемешивают. Массу прогревают и раздают.

**Требования к качеству:**

*Внешний вид:* компоненты блюда равномерно распределены, макароны и овощи не разварившиеся

*Консистенция:* мягкая, нежная

*Цвет:* светло-красный, с краплениями зеленого горошка

*Вкус:* умеренно соленый, с кисловатым привкусом, свойственный макаронным и овощам

*Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ, со сметаной**

Номер рецептуры: 423

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий

для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:  
А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К.,  
2005, с. 182

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов
--------------------	-------------------------------

	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Макаронны (лапша, вермишель)	37,5	37,5	48	48
Вода	82,5	82,5	110	110
Творог	50,5	49	67,2	63,1
Сахар	5	5	6,6	6,6
Масло сливочное	2,5	2,5	3,4	3,4
Сухари	2,5	2,5	3,4	3,4
Сметана	2,5	2,5	3,4	3,4
Сметана (для поливки)	10	10	10	10
<b>ВЫХОД:</b>	150/10		200/10	

**Химический состав данного блюда**

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
150/10	17,34	13,41	31,55	316,52	249,78	34,54	247,50	1,46	0,11	0,25	84,21
200/10	21,79	16,20	42,07	401,51	282,88	44,04	301,50	1,89	0,14	0,30	97,46
200	17,82	11,15	42,07	339,95	132,40	38,00	216,00	1,72	0,13	0,17	53,00

**Технология приготовления:**

Макаронны для приготовления блюда варят в кипящей подсоленной воде, не откидывая (2,2-3л воды, 30 г соли на 1 кг сухих макаронных изделий). Протертый творог смешивают с сахаром и солью. Соединяют макаронны и творожную смесь. Массу выкладывают на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень ровным слоем толщиной не более 3-4 см.. поверхность лапшевника смазывают сметаной, сбрызгивают маслом и запекают при температуре 220-280 °С в течение 20-30 мин. (согласно требований п. 15.13 СанПиНа 2.4.1.2660-10) до образования румяной корочки.

При подаче нарезанный кусками лапшевник можно полить прокипяченным сливочным маслом или прокипяченной сметаной.

**Требования к качеству:**

Макаронные изделия запечены, цвет корочки - светло золотистый, румяный. Вкус и запах сливочного масла и творога. Блюдо в меру сладкое, с привкусом сливочного масла. Не допускается наличие жидкости в блюде, а также разварившиеся макаронные изделия, прогорклый привкус сливочного масла или кислый вкус творога.

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **МАКАРОНЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ, со сметаной**

Номер рецептуры: 421

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий

для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:  
А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.:  
А.С.К., 2005, с. 181

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Макаронны	65,5	65,5	72	72
Сыр неострых сортов	15,1	14	18,9	16
Масло сливочное	7,3	7,3	8	8
Сметана	10	10	10	10
<b>ВЫХОД:</b>	180/10		200/10	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
180/10	9,67	10,19	41,36	281,30	161,03	18,33	148,95	1,13	0,09	0,23	4,52
200/10	10,70	11,27	45,96	311,88	177,25	20,30	164,55	1,26	0,10	0,25	4,53

#### ***Технология приготовления:***

Макаронны для приготовления блюда варят в кипящей подсоленной воде (6 л воды, 50 г соли на 1 кг сухих макаронных изделий). Варенные макаронны, заправленные сливочным маслом, кладут на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень ровным слоем толщиной не более 3-4 см., посыпают натертым сыром и запекают при температуре 220-280 °С в течение 20-30 мин. (согласно требований п. 8.22 СанПиНа 2.4.5.2409-08) до образования румяной корочки.

При подаче нарезанную кусками запеканку можно полить прокипяченным сливочным маслом или прокипяченной сметаной.

#### ***Требования к качеству:***

Макаронные изделия запечены, цвет корочки - светло золотистый, румяный. Вкус и запах сливочного масла и сыра. Не допускается наличие жидкости в блюде, а также разварившиеся макаронные изделия.

#### **Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): ЗАПЕКАНКА СО СВЕЖИМИ ПЛОДАМИ  
со сгущенным молоком

Номер рецептуры: 395

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий

для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:  
А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К.,  
2005, с. 171

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа рисовая	43,2	43,2
или пшено	48	48
Вода (на кашу рисовую)	160	160
Вода (на кашу пшеничную)	150	150
Сахар	8	8
Масло сливочное	4	4
Сухари пшеничные	3,2	3,2
Яблоки	34,4	24
Яйцо	1/12 шт	3,2
Молоко сгущенное	20	20
<b>ВЫХОД:</b>	200/20	

#### Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A	
... рисовая												
200/20	6,20	10,62	56,75	268,69	115,34	24,56	85,12	0,66	0,03	0,72	0,09	
... пшеничная												
200/20	8,55	11,72	57,62	289,78	124,54	25,14	82,13	1,40	0,12	0,72	0,09	

#### Технология приготовления:

На смазанный маслом и посыпанный сухарями противень кладут ровным слоем приготовленную вязкую кашу (половину от всей массы), затем плоды, нарезанные мелкими кубиками без кожицы и семенных гнезд плоды покрывают слоем оставшейся каши, поверхность смазывают смесью яйца со сметаной и запекают при температуре 220-280 °С в течение 20-30 мин.

При подаче нарезанную кусками запеканку можно полить прокипяченным сливочным маслом, прокипяченной сметаной или яблочным соусом.

#### Требования к качеству:

Вкус и запах, присущие входящим в рецептуру продуктам. Аромат печеных яблок и рисовой каши. Блюдо в меру сладкое. Цвет от светло- до темно-золотистого. Консистенция мягкая, нежная.

#### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда): КАША «ДРУЖБА» С ИЗЮМОМ  
(из смеси гречневой и пшеничной круп)

Номер рецептуры: 177

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур

блюд и кулинарных изделий для питания детей  
дошкольных образовательных учреждений / Под ред.  
М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. –  
М.: ДеЛи принт, 2010, с. 199

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа гречневая	11,5	11,5
Пшено	28	28
Молоко	140	140
Изюм	3,2	3
Сахар	8	8
Масло сливочное	7	7
Яйца	¼ шт.	10
<b>ВЫХОД:</b>	200/5	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
200/5	10,44	11,11	41,30	307,00	158,6	86,70	257,3	2,75	0,26	1,20	81,00

**Технология приготовления:**

В кипящее молоко засыпают соль, сахар, поочередно подготовленные крупы с учетом времени их варки. Изюм перебирают и промывают. В кашу добавляют подготовленный изюм, масло сливочное, варят до готовности. В готовую кашу, охлажденную до 80 град. С, вводя яйца, перемешивают и проваривают 2-3 минуты.

**Требования к качеству:**

*Внешний вид:* компоненты блюда равномерно распределены, зерна разварены, каша уложена горкой

*Консистенция:* каша – вязкая, изюм – мягкий.

*Цвет:* светло-желтый вперемежку с зернами гречневой крупы

*Вкус:* свойственный входящим в блюдо продуктам

*Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ жидкая

Номер рецептуры: 390

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий  
для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:  
А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К.,  
2005, с. 169

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

**Химический состав данного блюда**

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

**Технология приготовления:**

Крупы подготавливать в соответствии с требованиями СанПиНа.

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

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

**Требования к качеству:**

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

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

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

*Вкус:* сладковатый, молока и сливочного масла

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

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **КАША РАССЫПЧАТАЯ  
РИСОВАЯ С ФРУКТАМИ**

Номер рецептуры: 167

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов  
блюд и кулинарных изделий для питания детей  
дошкольных образовательных учреждений / Под ред.  
М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. –  
М.: ДеЛи принт, 2010, с. 192**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа рисовая	60	60
Сахар	5	5



Яблоки	43	36
Изюм	20,3	20,2
Масло сливочное	3	3
Вода	145	145
<b>ВЫХОД:</b>	200	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C
200	7,43	12,57	57,59	373,32	46,93	2,83	0,19	0,05	1,67

#### Технология приготовления:

Крупу рисовую промывают и отваривают рассыпчатую кашу. Чернослив и изюм перебирают, удаляют примеси, промывают в холодной проточной воде и замачивают при температуре 30 °С в течение 20 минут. Яблоки перебирают, удаляют плодоножку и семенное гнездо, промывают, нарезают дольками и соединяют с сахаром и подготовленным черносливом, изюмом и сливочным маслом.

Вместе с рассыпчатой кашей фрукты доводят под крышкой до готовности.

#### Требования к качеству:

*Внешний вид:* каша рассыпчатая с сохранившими форму фруктами

*Консистенция:* рассыпчатая

*Цвет:* от светло-кремового до серого

*Вкус:* свойственный продуктам, входящим в блюдо

*Запах:* свойственный продуктам, входящим в блюдо

#### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда): КАША МАННАЯ С МОРКОВЬЮ

Номер рецептуры: 173

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010, с.196

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа манная	37	37
Морковь до 1 января	33	27
***с 1 января	36	27
Молоко	137	137
Сахар	5	5
Масло сливочное	4	4
<b>ВЫХОД:</b>	200	

Химический состав данного блюда

	Пищевые вещества	Минер. вещества, мг	Витамины, мг
--	------------------	---------------------	--------------

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
200	8,00	6,83	38,63	248,0	178,0	35,50	167,7	0,72	0,19	1,57	43,00

**Технология приготовления:**

Морковь мелко шинкуют, добавляют сахар, сливочное масло и тушат на слабом огне 8-10 минут, вливают горячее молоко, доводят до кипения, всыпают при постоянном помешивании манную крупу и варят до загустения. Заправляют сливочным маслом и прогревают.

**Требования к качеству:**

*Внешний вид:* зерна крупы набухшие, разваренные

*Консистенция:* однородная, вязкая, морковь – мягкая

*Цвет:* желтый

*Вкус:* свойственный входящим в блюдо продуктам

*Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_**

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

Номер рецептуры: 168

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

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

Химический состав данного блюда

	Пищевые вещества	Минер. вещества, мг	Витамины, мг
--	------------------	---------------------	--------------

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

### ***Технология приготовления:***

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

### ***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* зерна крупы набухшие, разваренные

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

*Цвет:* свойственный данному виду крупы

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

*Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

## ***Блюда из творога и яиц.***

Для приготовления блюд из яиц используются свежие куриные яйца.

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

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

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

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

II – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;

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

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

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

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

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

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

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

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

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда): ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ

Номер рецептуры: 424

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 184

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

Химический состав данного блюда

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

#### Технология приготовления:

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

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

II – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;

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

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

Сваренное яйцо подают остывшим в скорлупе, не очищая.

#### Требования к качеству:

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

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ**  
с маслом сливочным

Номер рецептуры: 438

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий  
для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:  
А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К.,  
2005, с. 189

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	I порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Яйца	3 шт.	120	3,9 шт.	156,6
Молоко	45	45	55	55
Масло сливочное	5	5	5	5
<b>ВЫХОД:</b>	150/5		200/5	

**Химический состав данного блюда**

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
150/5	14,27	22,16	2,65	267,93	114,20	19,50	260,50	2,94	0,10	0,25	345,00
200/5	18,99	28,32	3,51	345,90	151,72	25,97	346,49	3,91	0,13	0,33	452,90

**Технология приготовления:**

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

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

II – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;

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

Подготовленные в соответствии с санитарными правилами яйца разбивают. В яичную смесь добавляют молоко или воду, соль. Смесь тщательно размешивают, выливают на порционную сковороду с растительным маслом слоем не более 2,5-3 см и запекают в течение 8-10 минут при температуре 180-200 °С до образования легкой румяной корочки.

**Требования к качеству:**

*Внешний вид:* аккуратно нарезанные порционные куски в виде ромбов или квадратов

*Консистенция:* однородная, сочная, нежная, пористая

*Цвет:* цвет корочки от румяного до золотистого, срез – от светло-кремового до кремового

*Вкус:* умеренно соленый, с привкусом молока и сливочного масла  
*Запах:* свежих запеченных яиц, сливочного масла

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): ОМЛЕТ С СЫРОМ

Номер рецептуры: 442

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий  
для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:  
А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К.,  
2005, с. 190

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Яйца	2,5 шт	100
Молоко	39	39
Сыр неострых сортов	21,5	19,5
Масло сливочное	6,5	6,5
<b>ВЫХОД:</b>	150	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
20,64	24,95	3,05	320,18	396,3	21,03	241,94	5,51	0,12	0,48	0,32

***Технология приготовления:***

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

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

II – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;

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

Подготовленные в соответствии с санитарными правилами яйца разбивают. В яичную смесь добавляют молоко или воду, соль, тертый сыр, перемешивают. Смесь тщательно размешивают, выливают на порционную сковороду с растительным маслом слоем не более 2,5-3 см и запекают в течение 8-10 минут при температуре 180-200 °С до образования легкой румяной корочки.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* аккуратно нарезанные порционные куски в виде ромбов или квадратов. Отрезанный кусок хорошо держит форму

*Консистенция:* однородная, сочная, нежная, пористая, упругая

*Цвет:* цвет корочки светло-золотистый, срез – от светло-кремового до кремового

*Вкус:* умеренно соленый, с привкусом молока, сыра и сливочного масла

*Запах:* свежих запеченных яиц, сыра и сливочного масла

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_**

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

Номер рецептуры: 469

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

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

Химический состав данного блюда

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

**Технология приготовления:**

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

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

**Требования к качеству:**

*Внешний вид:* порционные кусочки, сохранена форма, поверхность без трещин  
*Консистенция:* однородная, нежная, мягкая  
*Цвет:* корочки – золотисто-желтый, на разрезе – белый, соуса – светло-коричневый  
*Вкус:* умеренно сладкий, с привкусом творога и продуктов, входящих в блюдо  
*Запах:* творога, продуктов, входящих в блюдо

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ  
и молочным соусом

Номер рецептуры: 236

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов  
блюд и кулинарных изделий для питания детей  
дошкольных образовательных учреждений / Под ред.  
М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. –  
М.: ДеЛи принт, 2010, с. 244

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Творог	114	112
Крупа рисовая	21	21
Сахар	10,5	10,5
Яйцо	9,3	9
Масло сливочное	4,5	4,5
Сметана	4,5	4,5
Масса полуфабриката	-	177
<b>Соус молочный № 350</b>	-	<b>30</b>
Молоко	15	15
Масло сливочное	1,7	1,7
Мука пшеничная	1,7	1,7
Вода	15	15
Сахар	0,3	0,3
Соль	0,24	0,24
<b>ВЫХОД:</b>	<b>150/30</b>	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки г	Жирыг	Угле- воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
22,72	16,48	30,52	361,14	200,50	36,42	297,57	0,99	0,07	0,38	107,64

**Технология приготовления:**

В протертый творог добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, охлажденный сваренный до полуготовности рис, размягченное сливочное масло, соль. Массу тщательно вымешивают. Яичные белки тщательно взбивают и вводят в подготовленную массу перед запеканием.

Полученную массу выкладывают слоем 3 см в противни или формы, смазанные маслом. Поверхность смазывают сметаной с сахаром. Запекают в жарочном шкафу 20-30 минут при температуре 220-250 °С. Готовность проверяют по изменению плотности. Если творог сухой, в массу добавляют молоко (20 г на выход), соответственно увеличивая или уменьшая закладку творога.

**Требования к качеству:**

*Внешний вид:* сохранена форма, поверхность без трещин

*Консистенция:* нежная, рис равномерно распределен

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

*Вкус:* умеренно сладкий, с молочным привкусом

*Запах:* творога, продуктов, входящих в блюдо



**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (запеченный)

Номер рецептуры: 467

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий

для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:

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

2005, с. 199

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Творог	125,7	123	152	150
Крупа манная	12	12	15	15
Сахар	12	12	15	15
Яйца	1/5 шт	8	¼ шт.	10
Изюм	16,3	15	20,4	20
Масло сливочное	4	4	5	5
Сухари	4	4	5	5
Сметана	4	4	5	5
<b>ВЫХОД:</b>	160		200	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
160	22,24	15,36	32,16	179,20	104,00	32,42	291,57	0,72	0,05	0,2	65,26
200	27,80	19,20	10,20	224,00	130,00	45,53	371,96	1,24	0,09	0,48	134,55

**Технология приготовления:**

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

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

**Требования к качеству:**

*Внешний вид:* сохранена форма, поверхность без трещин

*Консистенция:* нежная, пышная

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

*Вкус:* умеренно сладкий

*Запах:* творога и продуктов, входящих в блюдо

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_**

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

Номер рецептуры: 463

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

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

**Химический состав данного блюда**

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

**Технология приготовления:**

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

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

**Требования к качеству:**

*Внешний вид:* сохранена форма, поверхность без трещин

*Консистенция:* нежная, пышная

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

*Вкус:* умеренно сладкий

*Запах:* творога и продуктов, входящих в блюдо

## Блюда из рыбы

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

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

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

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

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

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

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

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_

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

Номер рецептуры: 486

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Рыба свежемороженая (минтай, треска, пикша)	118	91	190	146,5
Вода или бульон	27	27	27	27

Морковь до 1 января	34	27	34	27
***с 1 января	36	27	36	27
Лук репчатый	15	13	15	13
Томатное пюре	15	15	15	15
Масло растительное	8	8	8	8
Лимонная кислота	2	2	2	2
Сахар	4	4	4	4
<b>ВЫХОД:</b>	75/75		120/75	

**Химический состав данного блюда**

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

**Технология приготовления:**

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

**Требования к качеству:**

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

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

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

*Запах:* продуктов, входящих в блюдо

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

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

Номер рецептуры: 244

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Хек тихоокеанский	54	40	67,6	50
***или треска	52,6	40	65,6	50

*** или минтай	42,1	40	52,6	50
Вода	20	20	25	25
Морковь до 1 января	40	32	50	40
***с 1 января	42,7	32	53,4	40
Лук репчатый	5	4	6,3	5
Масса полуфабриката	-	96	-	120
<b>ВЫХОД:</b>	80		100	

**Химический состав данного блюда**

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

**Технология приготовления:**

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

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

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

**Требования к качеству:**

*Внешний вид:* кусочки филе рыбы, сохранившие форму

*Консистенция:* мягкая, допускается легкое расслаивание

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

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

*Запах:* припущенной рыбы с ароматом овощей

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

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

Номер рецептуры: 245

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010, с.252

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Хек тихоокеанский	132,4	98	165,5	122,5
***или треска	128,9	98	161,2	122,5
***или судак	127,1	98	158,9	122,5

Лук репчатый	4	3	5	3,75
<b>ВЫХОД:</b>	80		100	

**Химический состав данного блюда**

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
<b>Хек тихоокеанский</b>											
80	14,03	1,90	0,25	74,00	13,50	10,40	137,60	0,57	0,07	0,28	6,00
100	17,54	2,38	0,31	92,50	16,88	13,00	172,00	0,71	0,09	0,35	7,50
<b>Треска</b>											
80	13,52	0,52	0,25	60,00	11,40	9,00	120,50	0,41	0,05	0,45	6,00
100	16,90	0,65	0,31	75,00	14,25	11,25	150,63	0,51	0,06	0,56	7,50
<b>Судак</b>											
80	15,54	0,95	0,25	72,0	15,60	7,50	131,9	0,41	0,04	1,13	6,00
100	19,43	1,19	0,31	90,00	19,50	9,38	164,88	0,51	0,05	1,41	7,50

**Технология приготовления:**

Порционные куски рыбы, нарезанные из филе с кожей без костей, выкладывают в посуду в один ряд, добавляют воду, лук репчатый и припускают 10-15 минут.

При отпуске поливают прокипяченным сливочным маслом.

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

**Требования к качеству:**

*Внешний вид:* кусочки филе рыбы, сохранившие форму

*Консистенция:* мягкая, сочная, не дряблая

*Цвет:* от белого до серого

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

*Запах:* припущенной рыбы с ароматом лука

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ**

Номер рецептуры: 511

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий  
для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:  
А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К.,  
2005, с. 229

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	1 порция					
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Рыба свежемороженая (треска, пикша)	88	64	94	68,3	117,3	85,3
***или минтай	139	64	148,3	68,3	185,3	85,3

Лук репчатый	15	13	16	13,9	20	17,3
Зелень петрушки	3	2	3,2	2,1	4	2,7
Молоко или вода	6	6	6,4	6,4	8	8
Яйцо	1/13 шт.	3	3,4	3,2	4,3	4
Сухари	9	9	9,6	9,6	12	12
Масса полуфабриката	-	94	-	100,3	-	125,3
Масло растительное	8	8	8,5	8,5	10,7	10,7
<b>ВЫХОД:</b>	75		80		100	

**Химический состав данного блюда**

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
75	11,33	3,68	7,70	108,75	36,47	27,09	154,31	0,82	0,08	2,46	11,25
80	12,08	3,92	8,21	116,00	38,90	28,90	164,60	0,87	0,08	2,62	12,00
100	15,10	4,90	10,26	145,00	48,63	36,13	205,75	1,09	0,10	3,28	15,00

**Технология приготовления:**

Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски, перемешивают с луком репчатым, зеленью петрушки и пропускают через мясорубку с крупной решеткой. Подготовленную массу солят, формируют изделия овальной формы, смачивают в яйце, взбитом с молоком, панируют в сухарях, обжаривают с обеих сторон до румяной корочки, а затем запекают при температуре 250-280 град. С в течение 10-15 мин.

Гарниры — картофель отварной, овощи припущенные с жиром.

**Требования к качеству:**

*Внешний вид:* изделие имеет круглую форму, без трещин и разрывов на поверхности. Не допускается отслаивание панировки

*Консистенция:* однородная, рыхлая, сочная

*Цвет:* белый с сероватым оттенком

*Вкус:* в меру соленый, сочный, свойственный рыбе

*Запах:* продуктов, входящих в блюдо

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ**

Номер рецептуры: 249

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010, с. 255

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	1 порция					
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Хек тихоокеанский	87,8	65	109,8	81,3	131,7	97,5

***или треска	85,5	65	106,9	81,3	128,3	97,5
Масса припущенной рыбы	-	53	-	66,3	-	79,5
Мука пшеничная	3	3	3,8	3,8	4,5	4,5
Яйца	½ шт.	20	28	25	¾ шт.	30
Молоко	8	8	10	10	12	12
Масло сливочное	3	3	3,8	3,8	4,5	4,5
<b>ВЫХОД:</b>	80		100		120	

**Химический состав данного блюда**

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
<b>Хек тихоокеанский</b>											
80	13,07	4,37	2,57	102,00	40,10	26,00	189,70	0,99	0,08	0,17	56,00
100	16,34	5,46	3,21	127,50	50,13	32,50	237,13	1,24	0,10	0,21	70,00
120	19,61	6,56	3,86	153,00	60,15	39,00	284,55	1,49	0,12	0,26	84,00
<b>Треска</b>											
80	12,70	3,63	2,57	94,00	37,00	22,90	171,70	0,87	0,07	0,30	56,00
100	15,88	4,54	3,21	117,50	46,25	28,63	214,63	1,09	0,09	0,38	70,00
120	19,05	5,45	3,86	141,00	55,50	34,35	257,55	1,31	0,11	0,45	84,00

**Технология приготовления:**

Филе без кожи и костей нарезают на порционные куски, припускают в небольшом количестве воды, затем укладывают на противни, смазанные маслом, заливают омлетной смесью и запекают при температуре 250-280 град. С в течение 20-25 мин.

**Требования к качеству:**

*Внешний вид:* поверхность имеет поджаренную корочку

*Консистенция:* в меру плотная, сочная, мягкая

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

*Вкус:* в меру соленый, сочный, свойственный запеченной рыбе

*Запах:* продуктов, входящих в блюдо

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ**

Номер рецептуры: 255

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010, с. 258

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	1 порция					
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Судак	77,8	60	97,3	75	116,7	90
***или треска	79	60	99	75	118,5	90



Хлеб пшеничный	14	14	17,5	17,5	21	21
Молоко	20	20	25	25	30	30
Масса п/ф	-	92	-	115	-	138
Масло сливочное	4	4	5	5	6	6
<b>ВЫХОД:</b>	80		100		120	

#### Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
<b>Судак</b>											
80	11,99	4,05	7,67	115,00	47,30	21,10	157,70	0,59	0,06	0,82	21,00
100	14,99	5,06	9,59	143,75	59,13	26,38	197,13	0,74	0,08	1,03	26,25
120	17,99	6,08	11,51	172,50	70,95	31,65	236,55	0,89	0,09	1,23	31,50
<b>Треска</b>											
80	10,64	3,76	7,67	107,00	42,70	24,00	146,80	0,59	0,07	0,34	21,00
100	13,30	4,70	9,59	133,75	53,38	30,00	183,50	0,74	0,09	0,43	26,25
120	15,96	5,64	11,51	160,50	64,05	36,00	220,20	0,89	0,11	0,51	31,50

#### **Технология приготовления:**

Из рыбной котлетной массы формируют котлеты или биточки, выкладывают на смазанный маслом противень, запекают в жарочном шкафу 12-15 минут до готовности.

Отпускают с прокипяченным сливочным маслом или соусом томатным, молочным, сметанным, сметанным с томатом и луком.

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

#### **Требования к качеству:**

**Внешний вид:** котлеты – овально-приплюснутой формы с заостренным концом, сбоку - гарнир

**Консистенция:** сочная, нежная, однородная

**Цвет:** котлет или биточков – светло-серый

**Вкус:** рыбной отлетной массы, умеренно соленый

**Запах:** продуктов, входящих в блюдо

## **Блюда из мяса и птицы**

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_

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

Номер рецептуры: 536

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

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

## Химический состав данного блюда

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

**Технология приготовления:**

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

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

**Требования к качеству:**

*Внешний вид:* свежепрогретые целые колбасные изделия

*Консистенция:* колбасные изделия упругие, плотные, сочные

*Цвет:* светло-розовый

*Вкус:* в меру соленый, мясной

*Запах:* колбасных изделий

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): МЯСО ОТВАРНОЕ

Номер рецептуры: 532

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 241

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	1 порция					
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина б/к (покротка, лопаточная часть, грудинка)	89,1	81	142,6	129,6	178,2	162
Морковь с до 1 января	2,5	2	4	3,2	5	4
***с 1 января	2,7	2	4,3	3,2	5,4	4
Лук репчатый	2,5	2	4	3,2	5	4
<b>ВЫХОД:</b>	50		80		100	

## Химический состав данного блюда

	Пищевые вещества	Минер. вещества, мг	Витамины, мг
--	------------------	---------------------	--------------

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	В <sub>1</sub>	С	А
50	14,23	1,91	0,28	75,00	6,56	15,13	116,50	1,18	0,04	0,28	0,00
80	22,77	3,06	0,45	120,00	10,50	24,20	186,40	1,89	0,07	0,45	0,00
100	28,46	3,83	0,56	150,00	13,13	30,25	233,00	2,36	0,09	0,56	0,00

#### **Технология приготовления:**

Мясо варят кусками массой не более 1,5 кг и толщиной не более 8 см в течение 2 часов. За 30 минут до окончания варки кладут крупно нарезанные морковь, репчатый лук. Соль добавляют в конце варки из расчета 5 г на 1 кг мяса. Готовность мяса определяют поварской иглой – в сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

Отварное мясо нарезают по 1-2 кусочка на порцию, заливают небольшим количеством бульона, доводят до кипения и хранят в этом бульоне при температуре не ниже 70°C в закрытой посуде.

Можно отпускать с прокипяченным сливочным маслом или соусом сметанным.

Гарниры – каши рассыпчатые, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные, овощи в молочном соусе, капуста тушеная.

#### **Требования к качеству:**

*Внешний вид:* отварное мясо, нарезанное поперек волокон

*Консистенция:* мягкая, нежная, сочная

*Цвет:* от серого до темно-серого

*Вкус:* в меру соленый, мясной

*Запах:* свойственный продуктам, входящим в блюдо

#### **Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ

Номер рецептуры: 274

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010, С. 274

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	1 порция					
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина б/к (покроя, лопаточная часть, грудинка)	105,6	96	141	128	176	160
Масса отварного мяса	-	60	-	80	-	100
Морковь с до 1 января	12,5	10	15	12	20	16
***с 1 января	13,3	10	16	12	21,3	16
Картофель молодой до 1 сент.	62,5	50	83,8	67	102,5	82
***с 1 сентября по 31 октября	66,7	50	89,3	67	109,3	82
***с 1 ноября до 31 декабря	71,4	50	95,7	67	117,1	82
***с 1 января по 28-29 февраля	77	50	103	67	126,2	82
***с 1 марта	83,3	50	111,7	67	137	82
Зеленый горошек	8	5	9	6	12,5	8,2

Томатная паста	3	3	4	4	5	5
Мука пшеничная	3	3	4	4	5	5
Лук репчатый	8	6	11	8	12,6	9
Масло сливочное	5	5	5	5	8,2	8,2
Вода	-	44	-	57	-	72
<b>ВЫХОД:</b>	170		220		280	

**Химический состав данного блюда**

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
170	16,20	12,38	11,30	228,00	31,80	35,70	150,10	1,52	0,10	3,71	20,00
220	21,71	16,55	15,02	296,00	42,30	48,70	201,00	2,09	0,13	5,20	20,00
280	26,73	3,16	0,46	123,75	10,83	24,96	192,23	1,95	0,07	0,46	0,00

**Технология приготовления:**

Овощи нарезают мелкими кубиками, отваривают до полуготовности. На овощном отваре готовят соус томатный. Отварное мясо мелко нарезают, заливают горячей водой, добавляют картофель, нарезанный кубиками, варят до полуготовности картофеля, соединяют с отварными овощами и соусом, тушат до готовности, в конце приготовления добавляют масло сливочное. Отпускают с овощами и соусом, в котором тушилось мясо.

**Требования к качеству:**

*Внешний вид:* кусочки мяса одинаково нарезаны, овощи сохраняют форму нарезки

*Консистенция:* мяса - мягкая, нежная, сочная; овощей - мягкая

*Цвет:* от серого до темно-серого, свойственный овощам и соусу

*Вкус:* в меру соленый, мясной

*Запах:* свойственный продуктам, входящим в блюдо

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): МЯСО ДУХОВОЕ

Номер рецептуры: 588

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина	137,5	125	183,3	166,7
Масло растительное	10	10	10	10
Картофель молодой до 1 сент.	200	160	200	160
***с 1 сентября по 31 октября	213,3	160	213,3	160
***с 1 ноября до 31 декабря	228,6	160	228,6	160
***с 1 января по 28-29 февраля	246,2	160	246,2	160
***с 1 марта	267	160	267	160
Морковь до 1 января	44	35	44	35
***с 1 января	46,7	35	46,7	35
Лук репчатый	24	20	24	20

Томатное пюре	12	12	12	12
Мука пшеничная	3	3	3	3
<b>ВЫХОД:</b>	75/250		100/250	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
75/250	28,22	21,5	19,50	384,80	55,00	63,31	261,3	2,71	0,17	6,76	26,00
100/250	30,76	23,44	21,26	419,43	59,95	69,01	284,82	2,95	0,19	7,37	28,34

#### **Технология приготовления:**

Мясо, нарезанное кусочками, обжаривают, укладывают в неглубокую посуду, заливают бульоном и тушат около часа. Затем добавляют обжаренные овощи и тушат еще 20-30 минут. Подают вместе с соусом, в котором мясо тушилось.

#### **Требования к качеству:**

*Внешний вид:* небольшие порционные куски тушеного мяса должны быть нарезаны тонкими ломтиками поперек волокон

*Консистенция:* мяса – сочная, мягкая; овощи хорошо протушены, но сохранившие форму нарезки *Цвет:* от серого до темно-серого

*Вкус:* в меру соленый, мясной

*Запах:* свойственный входящим в рецептуру продуктам

#### **Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ

Номер рецептуры: 436

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

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

Химический состав данного блюда

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

**Технология приготовления:**

Мясо нарезают по 2-4 куса на порцию массой по 30-40 г, картофель и лук — дольками, затем мясо и овощи обжаривают по отдельности.

Обжаренное мясо и овощи кладут в посуду слоями, чтобы снизу и сверху мяса были овощи, добавляют томатное пюре, соль и бульон (продукты должны быть только покрыты жидкостью), закрывают крышкой и тушат до готовности. За 5-10 мин до окончания тушения кладут лавровый лист. Отпускают жаркое вместе с бульоном и гарниром. Блюдо можно готовить без томатного пюре.

**Требования к качеству:**

*Внешний вид:* небольшие порционные куски мяса политы соусом

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

*Цвет:* мяса от светло-коричневого до коричневого

*Вкус:* в меру соленый, мясной

*Запах:* свойственный входящим в рецептуру продуктам

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): ГУЛЯШ

Номер рецептуры: 591

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

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

Химический состав данного блюда

	Пищевые вещества	Минер. вещества, мг	Витамины, мг
--	------------------	---------------------	--------------

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

#### Технология приготовления:

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

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

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

#### Требования к качеству:

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

#### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда): КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ

Номер рецептуры: 608

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 276

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

Химический состав данного блюда

	Пищевые вещества	Минер. вещества, мг	Витамины, мг
--	------------------	---------------------	--------------



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

#### **Технология приготовления:**

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

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

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

#### **Требования к качеству:**

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

*Консистенция:* сочная, пышная, однородная

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

*Вкус:* в меру соленый, мясной

*Запах:* свойственный входящим в рецептуру продуктам

#### **Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда):

**ФРИКАДЕЛЬКИ В ТОМАТНО-СМЕТАННОМ СОУСЕ**

Номер рецептуры: 288/355

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010, с. 282

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина (котлетное мясо)	57	51,8	76	69,1
Хлеб пшеничный	12	12	16	16
Молоко	16,5	16,5	22	22
Лук репчатый	7,5	7,2	10	8,1
Мука пшеничная	7,5	7,5	10	10
<i>Масса н/ф</i>	-	97,5	-	130
<i>Масса готовых изделий</i>	-	75	-	100
<b>Соус сметанный с томатом, № 355</b>	-	<b>75</b>	-	<b>100</b>
Бульон или вода	56,3	56,3	75	75

Сметана	18,8	18,8	18,8	18,8
Мука пшеничная	5,6	5,6	7,4	7,4
Томатное пюре	7,5	7,5	10	10
<b>ВЫХОД:</b>	75/75		100/100	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
75/75	10,51	11,78	13,75	202,50	34,02	25,85	119,38	1,07	0,07	0,97	47,91
100/100	13,98	15,67	18,29	269,33	45,25	34,38	158,78	1,42	0,09	1,29	63,72

#### Технология приготовления:

Котлетное мясо с добавлением сырого репчатого лука дважды пропускают через мясорубку, разделяют в виде шариков массой 10-12 г. Фрикадельки припускают в сотейнике под крышкой 15-20 минут, затем заливают соусом, добавляя воду (12-16 г на порцию) и тушат до готовности.

Отпускают с соусом, в котором тушились фрикадельки.

#### Требования к качеству:

*Внешний вид:* фрикадельки в виде шариков с равномерной без трещин мягкой корочкой, пропитаны соусом

*Консистенция:* сочная, в меру плотная, однородная

*Цвет:* фрикаделек - светло-коричневый, соуса – кремово-розовый

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

*Запах:* свойственный входящим в рецептуру продуктам

#### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда): ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ

Номер рецептуры: 286

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

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

ВЫХОД:	60/60	80/80
--------	-------	-------

Химический состав данного блюда

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

#### **Технология приготовления:**

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

Отпускают с соусом, в котором тушились тефтели.

#### **Требования к качеству:**

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

*Консистенция:* сочная, в меру плотная

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

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

*Запах:* свойственный входящим в рецептуру продуктам

#### **Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ

Номер рецептуры: 626

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Говядина (котлетное мясо)	86,9	79
<i>Масса готового мяса</i>	-	50
Картофель молодой до 1 сент.	290	232/225
***с 1 сентября по 31 октября	309	232/225
***с 1 ноября до 31 декабря	331	232/225
***с 1 января по 28-29 февраля	357	232/225
***с 1 марта	386,7	232/225
<i>Масса вареного протертого картофеля</i>	-	220
Лук репчатый	21	18
Масло растительное	3	3
<i>Масса пассерованного лука</i>	-	9

Масло сливочное	3	3
Сухари	5	5
<b>ВЫХОД:</b>	-	243

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки г	Жирыг	Угле- воды, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Mg	Р	Fe	В <sub>1</sub>	С	А
18,27	20,54	28,74	372,49	33,20	63,26	203,85	3,65	0,24	5,62	0,04

#### **Технология приготовления:**

Отварную говядину нарезают кусками по 75—100 г, пропускают через мясорубку, добавляют пассерованный лук, заправляют солью. Кладут на смазанный маслом противень слоем 2—3 см и прогревают, помешивая, в жарочном шкафу при температуре 160—180 °С в течение 8—10 минут.

Картофель заливают горячей водой, добавляют соль и варят до готовности. Воду сливают, картофель обсушивают при закрытой крышке на огне в течение 10—20 секунд. Сваренный картофель протирают и делят на две части. Одну часть кладут на смазанный маслом противень слоем 1—1,5 см, разравнивают. Затем кладут ровным слоем мясо, а сверху оставшуюся часть картофеля. После разравнивая картофель смазывают яйцом, посыпают сухарями, сбрызгивают маслом и запекают в течение 20-25 минут при температуре 250—280 °С. Готовую запеканку нарезают на порционные куски.

Температура подачи 65°С.

#### **Требования к качеству:**

Поверхность ровная, с легкой румяной корочкой. Вкус в меру соленый, соответствует входящим в состав продуктам, без привкуса пригоревшего картофеля. На разрезе прослойка фарша серого цвета. Консистенция картофеля рыхлая, нетягучая, фарш сочный.

#### **Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ,  
ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ**

Номер рецептуры: 281

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур  
блюд и кулинарных изделий для питания детей  
дошкольных образовательных учреждений / Под ред.  
М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. –  
М.: ДеЛи принт, 2010, с. 278

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	1 порция					
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина (котлетное мясо)	35,2	32	47	42,7	58,6	53,3
Хлеб пшеничный	8	8	10,7	10,7	13,3	13,3
Молоко или вода	10	10	13,3	13,3	1,7	1,7
Котлетная масса	-	49	-	65,3	-	81,2
Соус № 352	-	22	-	29,3	-	37
Масло растительное	4	4	5,3	5,3	6,7	6,7
Сыр	2,2	2	3	2,7	3,7	3,3
<i>Масса полуфабриката</i>	-	77	-	102	-	128,3

ВЫХОД:	60	80	100
--------	----	----	-----

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
60	7,32	8,15	6,31	128,00	49,10	15,20	89,60	0,61	0,04	0,17	32,00
80	9,76	10,87	8,41	170,66	65,47	20,27	119,46	0,81	0,05	0,23	42,67
100	12,20	13,58	10,52	213,34	81,83	25,33	149,34	1,02	0,07	0,28	53,33

**Технология приготовления:**

Мясо измельчают на мясорубке, добавляют масло. Из полученной котлетной массы формируют котлеты, кладут на противень. В середине котлеты делают углубление, заполняют густым молочным соусом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают без предварительного обжаривания при температуре 180-200 град. С в течение 15-20 мин.

**Требования к качеству:**

*Внешний вид:* форма котлеты - овально-приплюснутая с заостренным концом, сверху густой молочный соус.

*Консистенция:* сочная, пышная, однородная

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

*Вкус:* в меру соленый, мясной

*Запах:* свойственный входящим в рецептуру продуктам

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): ПТИЦА ОТВАРНАЯ

Номер рецептуры: 637

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

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

Химический состав данного блюда

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

100	21,10	13,60	0,00	206,25	39,00	20,00	143,00	1,80	0,04	0,00	20,00
-----	-------	-------	------	--------	-------	-------	--------	------	------	------	-------

### Технология приготовления:

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

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

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

### Требования к качеству:

Цвет от серо-белого до светло-кремового.

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

Консистенция: сочная, мягкая, нежная.

Запах: птицы в вареном виде.

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

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда): ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ

Номер рецептуры: 304

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

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

Химический состав данного блюда

	Пищевые вещества	Минер. вещества, мг	Витамины, мг
--	------------------	---------------------	--------------

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	В <sub>1</sub>	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

#### **Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ, запеченные с соусом молочным**

Номер рецептуры: 307

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010, с. 298

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Бройлер-цыпленок	131	42*	163,8	52,5*
Хлеб пшеничный	11	11	13,8	13,8
Молоко или вода	15	15	18,8	18,8
Масса котлетной массы	-	67	-	83,8
Соус молочный № 352	-	27	-	33,8
Масло сливочное	5	5	6,3	6,3
Сыр	4,3	4	5,4	5
<b>ВЫХОД:</b>	80		100	

\* - мякоть без кожи и костей

Химический состав данного блюда

	Пищевые вещества	Минер. вещества, мг	Витамины, мг
--	------------------	---------------------	--------------

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	В <sub>1</sub>	С	А
80	9,70	13,92	7,89	196,00	56,00	15,40	105,90	1,01	0,04	0,26	64,00
100	12,13	17,40	9,86	245,00	70,00	19,25	132,38	1,26	0,05	0,33	80,00

#### Технология приготовления:

Мясо птицы нарезают на кусочки и пропускают через мясорубку. Измельченное мясо смешивают с замоченным в молоке или воде хлебом, кладут соль, хорошо перемешивают, пропускают через мясорубку и выбивают. Готовую котлетную массу порционируют, панируют в сухарях, придавая форму котлет.

Готовые полуфабрикаты укладывают на смазанные маслом растительным противни, в середине котлеты делают углубление, заполняют густым молочным соусом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом сливочным и запекают при температуре 250-280 град. С в течение 20-25 мин.

#### Требования к качеству:

*Внешний вид:* изделия овально-приплюснутой формы, на поверхности углубление с равномерно запеченным молочным густым соусом

*Консистенция:* мягкая, сочная, нежная

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

*Вкус:* в меру соленый, свойственный запеченному мясу птицы

*Запах:* свойственный запеченному мясу птицы

#### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда): ПТИЦА ТУШЕНАЯ

Номер рецептуры: 301

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010, с. 294

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Цыпленок-бройлер	139,7	100,3	174,7	125,3
Соус № 354, 355	-	80	-	100
<b>ВЫХОД:</b>	80/80		100/100	

#### Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	В <sub>1</sub>	С	А
С соусом № 354 - сметанным											
80/80	17,65	14,58	4,70	221,00	54,50	20,30	132,90	1,62	0,05	0,02	43,00
100/100	22,06	18,23	5,88	276,25	68,13	25,38	166,13	2,03	0,06	0,03	53,75
С соусом № 355 – сметанным с томатом											
80/80	17,92	14,58	5,62	225,00	56,10	23,90	138,20	1,77	0,06	0,54	43,00



100/100	22,40	18,23	7,03	281,25	70,13	29,88	172,75	2,21	0,08	0,68	53,75
---------	-------	-------	------	--------	-------	-------	--------	------	------	------	-------

**Технология приготовления:**

Подготовленные тушки птицы варят до готовности, охлаждают, нарезают на порционные куски, складывают в глубокую посуду. Добавляют бульон куриный (10% к массе соуса), соединяют с соусом, доводят до кипения и тушат в закрытой посуде 15-20 минут при слабом кипении.

**Требования к качеству:**

*Внешний вид:* мясо сохранило форму, залито соусом, сбоку гарнир

*Консистенция:* мягкая, сочная, нежная

*Цвет:* сероватый – для мякоти ножки, белый – филе, соуса сметанного – белый, соуса сметанного с томатом – светло-оранжевый

*Вкус:* в меру соленый

*Запах:* свойственный мясу птицы и соусу

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): ПТИЦА ТУШЕНАЯ

Номер рецептуры: 301

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010, с. 294

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Цыпленок-бройлер	139,7	100,3	174,7	125,3
Соус № 354, 355	-	80	-	100
<b>ВЫХОД:</b>	80/80		100/100	

**Химический состав данного блюда**

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A	
С соусом № 354 - сметанным												
80/80	17,65	14,58	4,70	221,00	54,50	20,30	132,90	1,62	0,05	0,02	43,00	
100/100	22,06	18,23	5,88	276,25	68,13	25,38	166,13	2,03	0,06	0,03	53,75	
С соусом № 355 – сметанным с томатом												
80/80	17,92	14,58	5,62	225,00	56,10	23,90	138,20	1,77	0,06	0,54	43,00	
100/100	22,40	18,23	7,03	281,25	70,13	29,88	172,75	2,21	0,08	0,68	53,75	

**Технология приготовления:**

Подготовленные тушки птицы варят до готовности, охлаждают, нарезают на порционные куски, складывают в глубокую посуду. Добавляют бульон куриный (10% к массе соуса), соединяют с соусом, доводят до кипения и тушат в закрытой посуде 15-20 минут при слабом кипении.

**Требования к качеству:**

*Внешний вид:* мясо сохранило форму, залито соусом, сбоку гарнир

*Консистенция:* мягкая, сочная, нежная

*Цвет:* сероватый – для мякоти ножки, белый – филе, соуса сметанного – белый, соуса сметанного с томатом – светло-оранжевый

*Вкус:* в меру соленый

*Запах:* свойственный мясу птицы и соусу

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **ТЕФТЕЛИ ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ**

Номер рецептуры: 284

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010, с. 280

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Печень говяжья	48	40	60	50
Крупа рисовая	12	34	42,5	42,5
Лук репчатый	18	15	22,5	18,8
Масло сливочное	2	3	2,5	3,8
Масса припущ. лука	-	11	-	13,8
Яйца	1/6 шт	7	9	8,8
<i>Масса полуфабриката</i>	-	92	-	115
Вода	16	16	20	20
Масло сливочное	7	7	8,8	8,8
<i>Масса готовых тефтелей</i>	-	80	-	100
Соус № 352, 354	-	80	-	100
<b>ВЫХОД:</b>	80/80		100/100	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
<b>С соусом № 352 - молочным</b>											
80/80	10,28	11,84	17,45	217,00	67,50	23,00	203,2	3,26	0,15	7,48	3189,0
100/100	12,85	14,80	21,81	271,25	84,38	28,75	254,00	4,08	0,19	9,35	3986,25
<b>С соусом № 354 – сметанным</b>											
80/80	9,78	11,66	16,41	210,00	37,90	19,80	181,30	3,27	0,14	7,37	3192,0
100/100	12,23	14,58	20,51	262,50	47,38	24,75	226,63	4,09	0,18	9,21	3990,0

**Технология приготовления:**

Печень промывают в холодной воде и снимают пленку, вырезают внутренние кровеносные сосуды. Подготовленную печень пропускают через мясорубку со средней решеткой, соединяют с отварным рисом, мелко нарезанным припущенным луком, добавляют сырые яйца, соль, перемешивают. Массу разделяют в виде шариков по 3-4 шт на порцию, кладут на противень, смазанный маслом, и запекают 6-8 минут до полуготовности, затем заливают молочным соусом с добавлением воды (12-16 г на порцию) и тушат до готовности 8-10 минут.

Отпускают с соусом, в котором тушились тефтели.

**Требования к качеству:**

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

*Консистенция:* сочная, в меру плотная

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

*Вкус:* в меру соленый, свойственный тушеной в соусе печени

*Запах:* свойственный входящим в рецептуру продуктам

### Технологическая карта кулинарного блюда №

Наименование кулинарного изделия (блюда): ПЕЧЕНКА ПО-СТРОГАНОВСКИ

Номер рецептуры: 690

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. - М. Госторгиздат, 1955

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Печень говяжья	76	71
Масло растительное	6	6
Соус сметанный с луком	50	50
Томат	5	5
<b>ВЫХОД:</b>	50/55	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
17,43	11,64	7,10	162,31	20,40	16,25	241,17	5,10	6,36	25,61	5,84

### *Технология приготовления:*

Печенку нарезают брусочками длиной 3-4 см, весом 5-7 г и обжаривают. Затем заливают сметанным соусом с луком, добавляют томат-пюре, доводят до кипения.

Подают горячим, гарниры – предпочтительнее картофельное пюре.

### *Требования к качеству:*

Печень мягкая, хорошо протушенная, цвет серый. Соус густой, цвет молочно-красный, без посторонних запахов и привкусов. Овощи сохранили форму нарезки, мягкие. Вкус и аромат, свойственные продуктам рецептуры. Не допускается запах пареных овощей.

## *Гарниры*

Гарниры повышают питательную ценность блюд, разнообразят их вкус, дают возможность красиво аппетитно оформить блюдо и тем самым вызвать аппетит у малыша и повысить усвояемость пищи.

В питании детей используют крупяные и овощные гарниры.

Крупяные гарниры представляют собой рассыпчатые и вязкие каши. Каши можно варить из любого вида крупы. Крупы не должны содержать посторонних примесей. Перед использованием крупы промывают проточной водой (п. 8.15 СанПиН 2.4.5.2409-08): пшено, рисовую и перловую крупу сначала промывают теплой, а затем горячей водой, ячневую – только теплой. При этом следует учитывать, что в крупе после промывания остается значительное количество воды, которое колеблется в пределах 10-30% от массы крупы. Это нужно иметь в виду при дозировании жидкости. Гречневую крупу, манную и другие дробленые крупы, а также «Геркулес», не промывают.

Макаронные изделия используют для гарнира отварными, бобовые – отварными и в виде пюре.

Широкое применение находят овощные гарниры для их приготовления используют свежие, квашеные, отварные, припущенные овощи.

Согласно п.п. 8.12, 8.17-8.19, 8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08 следует соблюдать следующие правила обработки овощей:

- Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток. При обработке белокочанной капусты необходимо обязательно удалить 3-4 наружных листа.
- Не допускается предварительное замачивание овощей.
- Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.
- При кулинарной обработке овощей, для сохранения витаминов, следует соблюдать следующие правила: кожуру овощей чистят тонким слоем, очищают их непосредственно перед приготовлением; закладывают овощи только в кипящую воду, нарезав их перед варкой; свежую зелень добавляют в готовые блюда во время раздачи.
- Для обеспечения сохранности витаминов в блюдах, овощи, подлежащие отвариванию в очищенном виде, чистят непосредственно перед варкой и варят в подсоленной воде (кроме свеклы).

Гарниры из риса и макаронных изделий варят в большом объеме воды (в соотношении не менее 1:6), без последующей промывки (п. 8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Для приготовления гарниров рекомендуется использовать сливочное масло, в некоторых случаях – растительное масло.

## Технологическая карта кулинарного блюда №

Наименование кулинарного изделия (блюда): **КАША РАССЫПЧАТАЯ**

Номер рецептуры: 679

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий

для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:  
А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К.,  
2005, с. 315

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
*** или ячневая	48,5	48,5	58,2	58,2	64,6	64,6
*** или пшеничная	58,2	58,2	51,8	51,8	77,6	77,6
***или пшено						
Масло сливочное	5,3	5,3	6,3	6,3	7	7
<b>ВЫХОД:</b>	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	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
<b>гречневая</b>											
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
<b>ячневая</b>											
150	4,79	4,26	30,83	187,02	39,14	0,02	168,0	0,83	0,09	0,00	0,02
180	5,74	5,11	36,99	224,42	46,96	0,02	201,6	0,99	0,11	0,00	0,02
200	6,38	5,68	41,10	249,36	52,18	0,02	224,0	1,10	0,12	0,00	0,02
<b>пшеничная</b>											
150	6,60	4,38	35,27	213,71	1,22	0,03	162,0	2,43	0,11	0,00	0,02
180	7,92	5,26	42,32	256,45	1,46	0,04	194,4	2,92	0,13	0,00	0,02
200	8,80	5,84	47,02	284,94	1,62	0,04	216,0	3,24	0,14	0,00	0,02
<b>пшеничная</b>											
150	6,60	5,72	37,88	229,50	16,64	47,34	134,43	1,55	0,17	0,00	21,00
180	7,92	6,86	45,45	275,40	19,96	56,81	161,32	1,85	0,20	0,00	25,20
200	8,80	7,62	50,50	306,00	22,18	63,12	179,24	2,06	0,22	0,00	28,00

### *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, ячневой – сероватый, пшеничной – желтовато-серый

*Вкус:* умеренно соленый

*Запах:* каши из данного вида крупы с маслом

## Технологическая карта кулинарного блюда №

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

Номер рецептуры: 688

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий  
для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:  
А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К.,  
2005, с. 317

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

Химический состав данного блюда

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

### *Технология приготовления:*

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

Сваренные макароны откидывают и перемешивают с прокипяченным сливочным маслом.

### *Требования к качеству:*

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

*Консистенция:* мягкая, рассыпчатая

*Цвет:* светло-кремовый

*Вкус:* умеренно соленый

*Запах:* отварных макаронных изделий с маслом

## Технологическая карта кулинарного блюда №

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

Номер рецептуры: 694

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий

для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:  
А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К.,  
2005, с. 319

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
<b>ВЫХОД:</b>	150		180		200	

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

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
150	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

### **Технологическая карта кулинарного блюда №**

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

Номер рецептуры: 692

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий

для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:  
А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К.,  
2005, с. 318

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.	187,5	150	225	180	250	200
***с 1 сентября по 31 октября	200	150	240	180	266,7	200
***с 1 ноября до 31 декабря	214,3	150	257,1	180	285,7	200
***с 1 января по 28-29 февраля	230,8	150	277	180	307,7	200
***с 1 марта	250	150	300	180	333,3	200
Масло сливочное	5,3	5,3	6,3	6,3	7	7
<b>ВЫХОД:</b>	150		180		200	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
150	2,86	4,32	23,01	142,35	14,64	29,33	79,73	1,16	0,15	21,00	21,00
180	3,43	5,18	27,62	170,82	17,57	35,19	95,67	1,39	0,18	25,20	25,20
200	3,81	5,76	30,68	189,80	19,52	39,10	106,30	1,54	0,20	28,00	28,00

#### **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, а картофель подсушивают, для чего посуду с ним оставляют на 5-7 минут на менее горячем участке плиты.

Отпускают картофель целыми клубнями, политыми сливочным или растительным маслом.

#### **Требования к качеству:**

*Внешний вид:* очищенный картофель, клубни мягкие, не разваренные

*Консистенция:* плотная, рыхлая, но не разварившаяся

*Цвет:* белый с кремовым оттенком

*Вкус:* свойственный вареному картофелю, с привкусом сливочного масла, умеренно соленый

*Запах:* вареного картофеля, сливочного масла

### **Технологическая карта кулинарного блюда №**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **КАПУСТА ТУШЕНАЯ**  
Номер рецептуры: 336



Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна – М.:ДеЛи принт, 2010, с. 315

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	1 порция					
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Капуста свежая белокочанная	214	171,9	258	206,3	286,6	229,2
***или квашеная	214,4	150	257,2	180	285,8	200
Масло растительное	5,3	5,3	6,3	6,3	7	7
Морковь до 1 января	3,8	3	4,5	3,6	5	4
***с 1 января	3,9	3	4,7	3,6	5,2	4
Лук репчатый	7,2	6	8,6	7,2	9,6	8
Томатное пюре	9	9	10,8	10,8	12	12
Мука пшеничная	1,8	1,8	2,2	2,2	2,4	2,4
Сахар	4,5	4,5	5,4	5,4	6	6
<b>ВЫХОД:</b>	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	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
150	2,78	6,48	34,52	213,53	21,96	43,99	119,59	1,73	0,23	31,50	31,50
180	3,33	7,77	41,42	256,23	26,35	52,79	143,51	2,08	0,28	37,80	37,80
200	3,70	8,64	46,03	284,70	29,28	58,65	159,45	2,31	0,31	42,00	42,00

#### **Технология приготовления:**

Нарезанную тонкими ломтиками капусту укладывают в котел слоем до 30 см, добавляют бульон или воду (20-30% к массе сырой капусты), жир, пассерованное томатное пюре и тушат до полуготовности при периодическом помешивании.

Затем добавляют пассерованные нарезанные соломкой морковь и лук, лавровый лист, перец и тушат до готовности.

За 5 минут до конца тушения капусту заправляют мучной пассеровкой, сахаром, солью и вновь доводят до кипения.

#### **Требования к качеству:**

*Внешний вид:* смесь тушеной капусты с овощами: капуста, лук и морковь – в виде соломки

*Консистенция:* сочная, слабо хрустящая

*Цвет:* светло-коричневый

*Вкус:* свойственный капусте и продуктам, входящим в состав, умеренно соленый, кисло-сладкий

*Запах:* тушеной капусты, томата и овощей

## **Сладкие блюда**

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

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

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

В качестве желирующих веществ действующим СанПиНом разрешен крахмал картофельный.

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

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

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

При недостаточной кислотности в компоты добавляют лимонную кислоту.

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

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

Густые и средней густоты кисели используются в качестве самостоятельного блюда.

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

### Технологическая карта кулинарного блюда №

Наименование кулинарного изделия (блюда): ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ

Номер рецептуры: 847

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 365

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Яблоки или груши, или абрикосы, или сливы	100	100
<b>ВЫХОД:</b>	100	

Химический состав данного блюда

Блюдо	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
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.

## **Технологическая карта кулинарного блюда №**

Наименование кулинарного изделия (блюда): КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ

Номер рецептуры: 859

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

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

Химический состав данного блюда

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

### **Технология приготовления:**

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

*Консистенция:* компота – жидкая, плодов - мягкая  
*Цвет:* от светло-желтого до светло-розового  
*Вкус:* приятный, сладкий или кисло-сладкий, соответствует виду плодов или ягод  
*Запах:* соответствует виду плодов или ягод

### Технологическая карта кулинарного блюда №

Наименование кулинарного изделия (блюда): КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ  
 Номер рецептуры: 868  
 Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 372

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
<b>ВЫХОД:</b>	200	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
0,04	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 или 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

## Технологическая карта кулинарного блюда №

Наименование кулинарного изделия (блюда): КИСЕЛЬ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ

Номер рецептуры: 874

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Смесь сухофруктов	20	20
Сахар	20	20
Крахмал картофельный	9	9
Кислота лимонная	0,2	0,2
Вода	220	220
<b>ВЫХОД:</b>	200	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
0,20	0,00	32,60	132,00	18,00	0,00	4,29	0,60	0,00	0,00	0,00

### **Технология приготовления:**

Подготовленные сухофрукты заливают горячей водой и оставляют на 2-3 ч для набухания. Затем варят в той же воде до готовности, протирают, соединяют с отваром, сахаром, добавляют лимонную кислоту, доводят до кипения, вводят подготовленный крахмал и вновь доводят до кипения.

### **Требования к качеству:**

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

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

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

*Вкус:* сладкий с кисловатым привкусом

*Запах:* сушеных яблок

## Технологическая карта кулинарного блюда №

Наименование кулинарного изделия (блюда): КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ

Номер рецептуры: 869

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

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

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
0,14	0,04	27,50	110,80	13,98	4,16	9,06	0,14	0,01	1,83	0,00

### **Технология приготовления:**

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

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

### **Требования к качеству:**

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

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

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

*Вкус:* сладкий с кисловатым привкусом

*Запах:* соответствует виду плодов или ягод

### **Технологическая карта кулинарного блюда №**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **ЧАЙ С САХАРОМ**

Номер рецептуры: 943

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

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	Угле- воды, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Mg	Р	Fe	В <sub>1</sub>	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°C.

#### **Требования к качеству:**

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

*Консистенция:* жидкая

*Цвет:* золотисто-коричневый

*Вкус:* сладкий, чуть терпкий

*Запах:* соответственный чаю

### **Технологическая карта кулинарного блюда №**

Наименование кулинарного изделия (блюда): ЧАЙ С МОЛОКОМ

Номер рецептуры: 945

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Чай высшего или 1-го сорта	0,8	0,8
Сахар	15	15
Молоко	150	150
ВЫХОД:	200	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Mg	Р	Fe	В <sub>1</sub>	С	А

1,40	1,60	16,40	86,00	33,00	10,50	67,50	0,40	0,02	0,00	0,08
------	------	-------	-------	-------	-------	-------	------	------	------	------

### **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, горячее кипяченое молоко 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.

Можно приготавливать чай на молоке сгущенном, при этом соотношение свежего молока к сгущенному составляет 1 : 0,38, а закладку сахара уменьшают на 15% (12,8 г).

Температура подачи 75°C.

### **Требования к качеству:**

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

*Консистенция:* жидкая

*Цвет:* серовато-белый

*Вкус:* сладкий, чуть терпкий, с привкусом молока

*Запах:* соответственный чаю с молоком

## **Технологическая карта кулинарного блюда №**

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

Номер рецептуры: 959

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 403

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

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
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 кипятком 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

## **Технологическая карта кулинарного блюда №**

Наименование кулинарного изделия (блюда): КОФЕ НА МОЛОКЕ

Номер рецептуры: 951

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 401

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Кофейный напиток	6	6
Сахар	20	20
Молоко	50	50
Вода	168	168
<b>ВЫХОД:</b>	-	200

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
1,40	2,00	22,40	116,00	34,00	7,00	45,00	0,00	0,02	0,00	0,08

### **Технология приготовления:**

Порошок кофейного напитка заливают кипятком и доводят до кипения, проваривают и процеживают. Затем добавляют сахар, молоко и доводят до кипения.

Можно приготавливать кофе 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 без осадка. Вкус умеренно сладкий, с привкусом кофе. Цвет светло-коричневый.

**Технологическая карта кулинарного блюда №**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ**

Номер рецептуры: 965

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 404

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Молоко	211	200
<b>ВЫХОД:</b>	-	200

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
5,80	5,00	9,60	108,00	240,0	28,00	180,0	0,20	0,08	2,60	0,02

*Технология приготовления:*

Молоко перед отпуском кипятят в посуде, предназначенной только для этой цели. Потери при кипячении составляют 5%.

*Требования к качеству:*

*Внешний вид:* молоко без пленки на поверхности

*Консистенция:* жидкая

*Цвет:* белый, с кремовым оттенком

*Вкус:* характерный для кипяченого молока, сладковатый

*Запах:* приятный, кипяченого молока

## Технологическая карта кулинарного блюда №

Наименование кулинарного изделия (блюда): КЕФИР, РЯЖЕНКА

Номер рецептуры: 966

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 405

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Кефир	206	200
или ряженка	206	200
<b>ВЫХОД:</b>	-	200

Химический состав данного блюда

Блюдо	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
Кефир	5,80	5,00	8,00	106,00	240	28,0	190	0,20	0,08	1,40	0,04
**ряженка	5,80	5,00	8,40	108,00	248	28,0	184	0,20	0,04	0,60	0,08

### **Технология приготовления:**

Пакеты или бутылки с продуктом ополаскивают. Кефир и другие кисломолочные продукты порционируют в чашки непосредственно из пакетов или бутылок перед их раздачей.

### **Требования к качеству:**

*Внешний вид:* густая жидкость белого или светло-кремового цвета

*Консистенция:* жидкая, сметанообразная

*Цвет:* кефира - белый, ряженки - со светло-кремовым оттенком

*Вкус:* молочно-кислый

*Запах:* кисломолочных продуктов

# *Мучные изделия*

## *Выпечка*

Мучные изделия приготавливают из муки тонкого помола высшего или первого сорта с добавлением молока или воды, сахара, масла, яиц, сметаны, дрожжей.

Мучные изделия в школьном питании используются следующих видов:

А) мучные блюда – блины, блинчики, оладьи;

Б) мучные кулинарные изделия – пирожки, ватрушки, булочки.

В рецептурах расход пшеничной муки указан с базисной влажностью 14,5%. При использовании муки с влажностью менее 14,5% ее расход снижается в размере 1% на каждый процент снижения влажности муки. при этом на такое же количество увеличивается расход влаги (воды или молока). При использовании муки с влажностью более 14,5% расход ее соответственно увеличивается, количество влаги, следовательно, уменьшается.

К сырью, используемому для приготовления мучных изделий, предъявляются следующие требования:

- В холодное время года, если мука имеет низкую температуру, ее следует выдержать в теплом помещении, чтобы ее температура была как минимум 12 °С.
- Перед употреблением муку просеивают. Благодаря этому удаляются сорные примеси, а также мука обогащается кислородом воздуха, что облегчает процесс замеса теста и способствует его лучшему подъему.
- Прессованные дрожжи перед использованием разводят в теплой воде. Сухих дрожжей берут по массе в три раза меньше, чем свежих, при этом дрожжи разводят теплой водой, дают 1 час настояться и затем процеживают. Для приготовления опары рекомендуется смешать сухие дрожжи с мукой и развести в теплой воде (на 100 г дрожжей 1 кг муки и 3 л воды), а через 1 час процедить.
- Сахар, соду предварительно растворяют в воде с температурой не выше 25 °С, раствор процеживают.
- Растопленное сливочное масло, молоко процеживают через сито с размером ячеек не более 0,1 мм и 1 мм соответственно.
- Яйцо обрабатывают в соответствии с требованиями п. 8.14 СанПиН 2.4.5.2409-08. Обработку яиц перед использованием в любые блюда проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха, используя для этих целей промаркированные ванны и (или) емкости, возможно использование перфорированных емкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке: I – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды; II – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах; III – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду; не допускается хранить яйцо в кассетницах поставщика в производственных цехах пищеблока.

### **Технологическая карта кулинарного блюда № \_\_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): ПИРОГ ОТКРЫТЫЙ С ПОВИДЛОМ

Номер рецептуры: 459

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010, с. 389

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	1 порция					
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Мука пшеничная в/с	32,8	32,8	35,5	35,5	38,2	38,2
Сахар	2	2	2,2	2,2	2,4	2,4
Масло сливочное	1,6	1,6	1,8	1,8	2	2
Яйцо	1,6	1,6	1,8	1,8	2	2
Дрожжи	1	1	1	1	1,1	1,1
Соль	0,3	0,3	0,3	0,3	0,4	0,4
Молоко для замеса теста	13,8	13,8	15	15	16,1	16,1
Масса теста	-	51,6		56	-	60,2
Повидло	20	18	21,7	19,5	23,4	21
Масло растительное	1,8	1,8	2	2	2,1	2,1
Яйцо (для смазки)	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2
<b>ВЫХОД:</b>	60		65		70	

#### Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
60	3,71	1,93	33,19	165,00	11,70	14,46	36,84	0,83	0,07	0,05	10,20
65	4,02	2,09	35,96	178,75	12,68	15,67	39,91	0,90	0,07	0,05	11,05
70	4,33	2,25	38,72	192,50	13,65	16,87	42,98	0,97	0,08	0,06	11,90

#### **Технология приготовления:**

Дрожжевое тесто, приготовленное опарным или безопарным способом, раскатывают в пласт толщиной в 1 см, кладут на смазанный растительным маслом лист и выравнивают. Поверхность пласта покрывают ровным слоем повидла или джема, подогретых до температуры 30°C. Края теста загибают на 1,5-2 см. Из узких полосок теста делают поверх начинки решетку. Сформованным пирогам дают расстояться, после чего смазывают поверхность яйцом и выпекают при температуре 220-250°C в течение 10-15 минут.

Охлажденные пироги нарезают на порционные куски массой 60, 65 или 70 г..

#### **Требования к качеству:**

*Внешний вид:* куски прямоугольной формы, поверхность блестящая, глянцевая

*Консистенция:* мягкая, пышная

*Цвет:* от желтого до светло-коричневого

*Вкус:* свойственный свежеевыпеченному изделию из дрожжевого теста и повидлу

*Запах:* приятный, свойственный свежеевыпеченному изделию из дрожжевого теста

#### **Технологическая карта кулинарного блюда № \_\_\_\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **ТЕСТО ДЛЯ ОЛАДИЙ**

Номер рецептуры: 448

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010, с. 381

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Мука пшеничная	481	481
Яйцо	3/5 шт.	24
Молоко или вода	481	481
Дрожжи (прессованные)	14	14
Сахар-песок	17	17
Соль	9	9
<b>ВЫХОД:</b>	1000	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Энерг. ценность ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
1000	69,76	21,8	370,90	1959,00	743,30	291,0	1094,9	11,94	1,50	6,25	156

*Технология приготовления:*

В месильное корыто заливают подогретую до температуры 30-35°C воду, добавляют муку и остальное сырье согласно рецептуре, исключая сливочное масло. Массу тщательно перемешивают.

Затем вносят растопленное сливочное масло и вымешивают тесто, накрывают марлей и оставляют на 3-4 часа для брожения теплом месте. Во время брожения тесто один или два раза обминают.

Тесто разделяют на круглые булочки и укладывают на противни, смазанные растительным маслом. После расстойки смазывают поверхность яйцом и выпекают.

*Требования к качеству:*

Мягкие булочки светло-золотистого цвета, при надавливании на поверхность вмятина быстро разравнивается, аромат и вкус свежей выпечки.