

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 «Агрхимиздат», 1987., Т. 1

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 использовался Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2011. – 544 с.

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 ± 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 ± 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) № 2

Наименование кулинарного изделия (блюда): СЫР (ПОРЦИЯМИ)

Номер рецептуры: 15

Наименование сборника рецептур: Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2011. –с 86.

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
ВЫХОД:	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 ₁	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) № 1

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

Номер рецептуры: 14

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2011. –с 86.

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
ВЫХОД:	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	Са	Mg	P	Fe	В ₁	С	А
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) № 67

наименование кулинарного изделия (блюда): ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ выход: 30	30	30	3	3

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Жиры, г	2,3
Углеводы, г	0,2
Энергетическая ценность, ккал	15,1
	71

С, мг	0
А, мкг рет. экв.	0
Е, мг	0,6
Д, мкг	0
В1, мг	0
В2, мг	0
В12, мкг	0
В6, мкг	0
РР, мг	0,5
Фолиевая кислота, мкг	8,1

Са, мг	6,9
Р, мг	25,2
Mg, мг	9,9
Fe, мг	0,6
Zn, мг	0,2
I, мкг	0

технология приготовления:

способ употребления:

Хлеб предназначен для непосредственного употребления в пищу. Хлеб поступает на предприятия школьного питания формованный или в виде батонов, или в виде мелкоштучных изделий массой нетто одного изделия от 20 до 40г. Хлеб формованный нарезают ломтиками толщиной 1-1,5 см, изделия мелкоштучные подают в целом виде. Хлеб нарезают непосредственно перед подачей. Нарезанный хлеб накрывают, чтобы он не заветривался и не черствел.

температура подачи от 10 до 20 градусов.

Срок реализации не более одного часа с момента нарезки или в соответствии с указаниями на упаковке.

источник рецептуры:

технологическая инструкция по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах (к ГОСТ 30390-95/ГОСТ Р 50763-95), Москва, 2006г, рецептура №480

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 66

Наименование кулинарного изделия (блюда): ХЛЕБ РЖАНОЙ

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
ХЛЕБ РЖАНОЙ ФОРМОВОЙ	60	60	6	6
Выход: 60				

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	4
Жиры, г	0,5
Углеводы, г	25,4
Энергетическая ценность, ккал	122,4

С, мг	0
А, мкг рет. экв.	0
Е, мг	1,3
Д, мкг	0
В1, мг	0,1
В2, мг	0
В12, мкг	0
В6, мкг	0,1
РР, мг	0,4
Фолиевая кислота, мкг	18

Са, мг	10,8
Р, мг	52,2
Mg, мг	11,4
Fe, мг	2,4
Zn, мг	0,7
I, мкг	3,4

Способ употребления:

Хлеб предназначен для непосредственного употребления в пищу. Хлеб поступает на предприятия школьного питания формованный или в виде батонов, или в виде мелкоштучных изделий массой нетто одного изделия от 20 до 40г. Хлеб формованный нарезают ломтиками толщиной 1-1,5 см, изделия мелкоштучные подают в целом виде. Хлеб нарезают непосредственно перед подачей. Нарезанный хлеб накрывают, чтобы он не заветривался и не черствел. Температура подачи от 10 до 20 градусов.

Срок реализации не более одного часа с момента нарезки или в соответствии с указаниями на упаковке.

Источник рецептуры:

Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах (к ГОСТ 30390-95/ГОСТ Р 50763-95), Москва, 2006г, рецептура №481

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 10

Наименование кулинарного изделия (блюда): КОНСЕРВЫ ОВОЩНЫЕ ЗАКУСОЧНЫЕ
(порциями)

Номер рецептуры: 50

Наименование сборника рецептур: 'Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛиПринт, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Икра кабачковая	65	60	107	100
или зеленый горошек	92,3	60	154	100
ВЫХОД:	60		100	

Химический состав данного блюда

Икра кабачковая

Выход, г	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
60	1,20	5,40	5,10	73,20	24,60	9,00	22,20	0,42	0,01	4,20	0,00
100	2,00	9,00	8,50	122,00	41,00	15,00	37,00	0,70	0,02	7,00	0,00

Зеленый горошек

Выход, г	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
60	1,86	0,12	3,90	24,00	12,00	12,60	37,20	0,42	0,06	0,42	0,00
100	3,10	0,20	6,50	40,00	20,00	21,00	62,00	0,70	0,10	0,70	0,00

Технология приготовления:

Банки с икрой кабачковой промывают проточной водой, протирают ветошью, открывают и икру прогревают перед раздачей.

Банки с консервированным зеленым горошком промывают проточной водой, протирают ветошью. Затем открывают, выливают вместе с жидкостью в сотейник или кастрюлю, доводят до кипения, кипятят в течение 5 минут, откидывают на дуршлаг. После остывания подают к блюдам.

Требования к качеству:

Икры кабачковой: консистенция густой сметаны, не допускается жидкая консистенция. Цвет от светлого до темного желто-оранжевого. Вкус и запах кабачков, растительного масла и специй. Не допускается затхлый запах, а также темно-оранжевый цвет продукта.

Зеленого горошка: цвет зеленый, консистенция рассыпчатая, горошинки не разварены, сохранившие форму.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 12

Наименование кулинарного изделия (блюда): ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ

Номер рецептуры: 67

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2011.

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

¹ Масса отварных очищенных овощей

² С использованием огурцов консервированных без уксуса

³ 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. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
С луком зеленым											
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
С луком репчатым											
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

1
8
1
3
5
4
8

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 4

Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ

Номер рецептуры: 20

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2011.

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
ВЫХОД:	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 ₁	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. 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: 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) № 5

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

Номер рецептуры: **23**

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2011.

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
ВЫХОД:	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 ₁	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. 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: 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) № 15

Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ

Номер рецептуры: 42

Наименование сборника рецептов: Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель	68	49
Огурцы соленые	30	24
Зеленый горошек консервированный	26	17
Масло растительное	6	6
Лук репчатый	6	6
ВЫХОД:	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 ₁	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:

Картофель варят, очищают, нарезают тонкими ломтиками. Соленые огурцы очищают, нарезают тонкими ломтиками, репчатый лук шинкуют, добавляют консервированный горошек, предварительно прокипяченный в собственном соку. Компоненты смешивают, 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: картофель и огурцы нарезаны тонкими ломтиками, салат уложен горкой, заправлен растительным маслом.

Консистенция: мягкая

Цвет: соответствует продуктам входящим в состав блюда

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

Запах: свойственный входящим в рецептуру продуктам

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): **№54 ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ 60**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
СВЕКЛА	59,7	47,8	5,97	4,78
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,79	9,9	1,18	0,99
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	16,5	16,5	1,65	1,65
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0,36	0,36
САХАР ПЕСОК	0,7	0,7	0,07	0,07
Выход: 60				

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	1,4
Жиры, г	3,5
Углеводы, г	7,4
Энергетическая ценность, ккал	68,2

С, мг	4,0
А, мкг рет. экв.	27,2
Е, мг	1,6
Д, мкг	0
В1, мг	0
В2, мг	0
В12, мкг	0
В6, мкг	0
РР, мг	0,2
Фолиевая кислота, мкг	7,1

Са, мг	21,7
Р, мг	34,1
Mg, мг	17,6
Fe, мг	1,0
Zn, мг	0,3
I, мкг	3,6

Технология приготовления:

Свеклу или морковь отваривают очищают от кожицы и измельчают, репчатый лук шинкуют и пассеруют, в конце пассерования добавляют томатное пюре. Измельченные овощи соединяют с пассерованным луком, добавляют сахар, прогревают и охлаждают. Выход порции определяется возрастной группой.

Правила оформления, подачи блюд:

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид — Икра имеет однородную консистенцию, все компоненты равномерно перемешаны.

Консистенция — мягкая, сочная;

Цвет — продуктов, входящих в блюдо.

Вкус — продуктов, входящих в блюдо.

Запах свойственный входящим в блюдо продуктам.

Источник рецептуры:

Сборник технологических 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. - 628с. (технологическая карта № 54)

Первые блюда

В питании школьников приготавливаются горячие заправочные, молочные, порообразные 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 $+75^{\circ}\text{C}$ до раздачи не более 1 часа.

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

Температура подачи горячих супов $+60...+65^{\circ}\text{C}$.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 19

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

Номер рецептуры: 103

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: Деллипринт, 2011.

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
Соль	1	1	1	1
ВЫХОД:	200		250	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	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) № 20

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

Номер рецептуры: 82

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛиПринт, 2011.

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 растительное	4	4	5	5
Сахар	2	2	2,5	2,5
Лимонная кислота	3,2	3,2	4	4
Вода	160	160	200	200
Соль	1	1	1	1
ВЫХОД:	200		250	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Энерг. цен-ность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	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) № 21

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

Номер рецептуры: **88**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2011.**

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
Соль	1	1	1	1
Сметана	10	10	5	5
ВЫХОД:	200		250	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
200	1,40	3,91	6,79	67,80	34,66	17,8	38,1	0,64	0,05	14,77	0,00
250	1,75	4,89	8,49	84,75	43,33	22,25	47,63	0,80	0,06	18,46	0,00

Технология приготовления:

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

При приготовлении щей из ранней капусты ее закладывают после картофеля.

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

Требования к качеству:

Внешний вид: в жидкой части – капуста, нарезанная квадратиками, морковь, лук, картофель – дольками. Бульон прозрачный, на поверхности видны 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 №23

Наименование кулинарного изделия: Рассольник ленинградский.

Номер рецептуры: 96.

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2011.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса	
	брутто, г	нетто, г
Картофель	100	
Крупа (перловая, или пшеничная, или рисовая, или овсяная)	5	5
Морковь	13	12,22
Лук репчатый	8	7
Огурцы соленые	17	17
Масло растительное	5	5
Говядина бескостная	20	20
Вода	225	225
Соль	2	2
Выход		

Химический состав, витамины, и микроэлементов на 1 порцию

Белки (г)	2,7
Жиры (г)	7,2
Углеводы (г)	13,35
Энергетическая ценность (ккал)	123,9

Ca (мг)	54
Mg (мг)	40,5
Fe(мг)	1,35
C (мг)	14,1

Технология приготовления

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

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части рассольника огурцы без кожицы и семян, нарезаны ромбиками или соломкой, картофель - брусочками, коренья - соломкой.

Консистенция: овощей - сочная; огурцов - слегка хрустящая; перловая крупа хорошо разварившаяся, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет: желтый, жира на поверхности - желтый, овощей - натуральный.

Вкус: острый, умеренно соленый, с умеренной кислотностью.

Запах: огуречного рассола; приятный - овощей.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 24

Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ

Номер рецептуры: 102

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель молодой до 1 сент.	75	60	67	50
***с 1 сентября по 31 октября	80	60	67	50
***с 1 ноября до 31 декабря	85,7	60	74	50
***с 1 января по 28-29 февраля	92,3	60	80	50
***с 1 марта	100	60	83	50
Горох	16,2	16	20,3	20,3
Морковь до 1 января	10	8	12,5	10
***с 1 января	10,7	8	13,3	10
Лук репчатый	9,6	8	12	10
Масло растительное	4	4	5	5
Вода	140	140	175	175
ВЫХОД:	200		250	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	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 частисупа распределены картофель и овощи, горох лущеный в виде разваренных зерен

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

Цвет: светло-желтый (горчичный)

Вкус: умеренно соленый, свойственный гороху

Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 13

Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ

Номер рецептуры: 101

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2011.

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
Соль	1	1	1	1
ВЫХОД:	200		250	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A	
С пшеничной крупой												
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	
С перловой крупой												
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	
С рисом												
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	
С пшеном												
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 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 рыб 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 ИЗ ОВОШЕЙ С ФАСОЛЬЮ

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	43,8	35	4,38	3,5
КАРТОФЕЛЬ	50	36	5	3,6
МОРКОВЬ КРАСНАЯ	6,3	5	0,63	0,5
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	6,8	5	0,68	0,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	1,2	1
РАСОЛЬ	7,5	7,5	0,75	0,75
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,5	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	187,5	187,5	18,75	18,75
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	50	37,5	5	3,75
Выход: 250				

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	9,5
Жиры, г	8,7
Углеводы, г	11,6
Энергетическая ценность, ккал	168,8

С, мг	11,0
А, мкг рет. экв.	105,4
Е, мг	0,3
Д, мкг	0,1
В1, мг	0
В2, мг	0,1
В12, мкг	1
В6, мкг	0,2
РР, мг	2,4
Фолиевая кислота, мкг	12,2

Са, мг	47,2
Р, мг	129,3
Mg, мг	31,7
Fe, мг	2,3
Zn, мг	1,5
I, мкг	6,2

Технология приготовления:

Подготовленную капусту белокочанную нарезают шашками, картофель - кубиками, морковь, корень петрушки, лук - мелкими кубиками. Измельченные морковь, корень петрушки, лук припускают в небольшом количестве бульона с добавлением масла сливочного в течение 10-15 мин. В кипящий бульон закладывают капусту белокочанную, доводят до кипения, добавляют припущенные морковь, корень петрушки, лук и варят суп на медленном огне до готовности. За 5-10 мин до окончания варки кладут предварительно сваренную фасоль, соль.

Температура подачи 60-65 градусов.

Срок реализации не более 2-х часов с момента приготовления.

Источник рецептуры:

Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах (к ГОСТ 30390-95/ГОСТ Р 50763-95), Москва, 2006г, рецептура №110

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, предназначенная 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 изна 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) № 28

Наименование кулинарного изделия (блюда): №9185 КАША ЖИДКАЯ ("Геркулес") 200/5

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	30,8	30,8	3,08	3,08
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	176	176	17,6	17,6
САХАР ПЕСОК	5	5	0,5	0,5
Выход: 200/5				

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	8,6	С, мг	0,9
Жиры, г	7,2	А, мкг рет. экв.	31
Углеводы, г	31,4	Е, мг	1
Энергетическая ценность, ккал	216,7	Д, мкг	0
Са, мг	204,6	В1, мг	0,2
Р, мг	233,5	В2, мг	0,3
Мд, мг	57,8	В12, мкг	0
Ре, мг	1,3	В6, мкг	0,1
2п, мг	1,7	РР, мг	0,4
І, мкг	17,6	Фолиевая кислота, мкг	7,1

Технология приготовления:

Подготовленную для варки крупу всыпают в подсоленную кипящую жидкость. При этом всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения, периодически помешивая.

Сливочное масло можно добавлять во время варки или использовать его, поливая кашу при отпуске. Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают котел крышкой и дают каше упреть, за это время она приобретает своеобразный приятный запах и цвет.

Правила оформления, подачи блюд:

При отпуске рассыпчатую кашу кладут на тарелку и поливают прокипяченным сливочным маслом или посыпают сахаром, можно отпускать с прокипяченным сливочным маслом и сахаром.

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: зерна крупы хорошо разварены, утратили форму, без комочков

Консистенция: жидкая

Цвет: соответствует виду каши

Вкус: характерный для крупы и входящих в блюдо продуктов Запах: характерный для крупы и входящих в блюдо продуктов

Источник рецептуры:

Сборник технологических 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. - 628с. (технологическая карта № 185)

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
ВЫХОД:	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 ₁	C	A
200	6,24	6,10	19,70	158,64	192,17	23,52	156,05	0,30	0,08	1,09	36,72

Технология приготовления:

Крупы подготавливать в соответствии с требованиями СанПиНа.

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

Можно готовить на цельном молоке, на смеси молока и воды, на сгущенном молоке.

При приготовлении на молоке сгущенном соотношение цельного молока к сгущенному 1 : 0,38

Требования к качеству:

Внешний вид: крупа разваренная, на поверхности – сливочное масло

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

Цвет: молочно-белый, сливочного масла - желтый

Вкус: сладковатый, молока и сливочного масла

Запах: кипяченого молока, свойственный входящим в блюдо продуктам

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 32

Наименование кулинарного изделия (блюда): КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
МУКА РИСОВАЯ	15,4	15,2	1,54	1,52
САХАР ПЕСОК	10	10	1	1
СЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	1	1
МАСЛО	20	19,8	2	1,98
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	176	176	17,6	17,6
Выход: 200				

Энергетический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	8,1	С, мг	0,9	Са, мг	197,3
Жиры, г	12,6	А, мкг рет. экв.	78,2	Р, мг	206,3
Углеводы, г	39,6	Е, мг	0,8	Mg, мг	43,7
Энергетическая ценность, ккал	296,9	Д, мкг	0,2	Fe, мг	0,9
		В1, мг	0,2	Zn, мг	1,2
		В2, мг	0,3	I, мкг	16,9
		В12, мкг	0		
		В6, мкг	0,1		
		РР, мг	0,6		
		Фолиевая кислота, мкг	10,8		

Технология приготовления:

Перед варкой каши крупу просеивают, перебирают и промывают. Пшено и рисовую крупу сначала промывают холодной водой, затем горячей. Сначала крупы варят в кипящей воде (10-20 мин), после чего сливают лишнюю воду, добавляют горячее молоко, соль, сахар и варят до готовности. Отпускают кашу в горячем виде с топленым сливочным маслом.

Источник рецептуры:

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. Сборник технологических нормативов, Москва, 1994г Раздел "Каша"

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 27

Наименование кулинарного изделия (блюда): МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ
 Номер рецептуры: № 309

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛиПринт, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	нетто, кг.
Макаронные изделия	35,0	35,0	3,50	3,50
Масло сливочное	3,5	3,5	0,35	0,35
Соль	3,0	3,0	0,3	0,3
Выход	100,0		10,0	

Химический состав, витамины и микроэлементы

В 100 граммах данного блюда содержится						
Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
8,77	9,35	57,93	1,55	13,70	73,37	1,55

Витамины											
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B 6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг	H, мкг.	PP, мг
-	0,16	0,03	-	0,16	16,86	-	-	-	5,31	1,68	1,01

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 336,51

Технологический процесс

Макаронные изделия закладывают в кипящую подсоленную воду и варят в большом количестве воды (6-7 л на 1 кг). Макароны варят 20-30 минут. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывая воду, в результате чего масса увеличивается в 3 раза. Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с 1/3 -1/2 частью растопленного сливочного масла, чтобы они не склеивались и не образовывали комков, остальной частью растопленного сливочного масла заправляют непосредственно перед отпуском.

Требования к оформлению, реализации и хранению

Подают макароны на гарнир. Температура подачи +65⁰С. Срок реализации – 2 часа с момента приготовления. Срок годности согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 – 2 часа с момента приготовления. Подогрев остывших ниже температуры раздачи готовых горячих блюд не допускается.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид — вермишель не разварена, консистенция не слипшаяся.

Цвет — характерный для рецептурных компонентов.

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

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 29

Наименование кулинарного изделия (блюда): КАША РАССЫПЧАТАЯ

Номер рецептуры: № 302

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛиПринт, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	нетто, кг.
Гречка	45,9	45,9	4,59	4,59
Пшено	39	39	3,9	3,9
Рис	36	36	3,6	3,6
Перловка	33,3	33,3	3,3	3,3
Масло сливочное	3,5	3,5	0,35	0,35
Соль	1	1	0,1	0,1
Выход	100,0		10,0	

4. Химический состав, витамины и микроэлементы

Гречка

В 100 граммах данного блюда содержится											
Пищевые вещества г.						Минеральные вещества мг.					
Белки	Жиры	Углеводы	Са	Mg	P	Fe					
5,75	4,06	25,76	9,8	0,95	14,77	0,80	Витамины				
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B 6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг	H, мкг.	PP, мг
0,77	-	0,07	-	-	-	-	-	0,15	1,71	-	0,03

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 162,5

Рис

В 100 граммах данного блюда содержится											
Пищевые вещества г.						Минеральные вещества мг.					
Белки	Жиры	Углеводы	Са	Mg	P	Fe					
2,4	2,88	25,02	3,54	16,97	51,94	0,74	Витамины				
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B 6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг	H, мкг.	PP, мг
0,09	0,39	0,08	-	0,39	27,69	-	-	0,01	1,0	9,49	3,01

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 135,7

Технологическая карта кулинарного блюда №

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

Номер рецептуры: 694

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. 319

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

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

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	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

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. Св течение 20-25 мин.

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

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 31

Наименование кулинарного изделия (блюда): КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
5 ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА 1 СОРТ	18	18	1,8	1,8
ПАНИРОВАЧНЫЕ	10	10	1	1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	26	26	2,6	2,6
МЯСО ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	119,4	83,6	11,94	8,36
ПАНИРОВАЧНЫЕ	10	10	1	1
СОСИС. СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	1	1

код: 100

Элементарный состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Жиры, г	21,4
Углеводы, г	15,1
Белки, г	20,6
Энергетическая ценность, ккал	291,6

С, мг	0,7
А, мкг рет. экв.	71,9
Е, мг	0,6
Д, мкг	0,2
В1, мг	0,1
В2, мг	0,1
В12, мкг	0
В6, мкг	0,5
РР, мг	6,4
Фолиевая кислота, мкг	9,7

Са, мг	55,0
Р, мг	243,3
Мg, мг	42,7
Fe, мг	3,0
Zn, мг	1,9
I, мкг	7,3

Технология приготовления:

Подготовленное мясо птицы (с кожей или без нее) нарезают на кусочки, пропускают через мясорубку вместе с растительным жиром. Измельченное мясо птицы соединяют с замоченным в молоке или в воде хлебом, добавляют соль поваренную йодированную, хорошо перемешивают, пропускают через мясорубку и выбивают. Готовую фаршуют массу порционируют, панируют в сухарях, формуют котлеты, которые затем обжаривают на сковороде с двух сторон в разогретом масле сливочном в течение 10 мин, затем котлеты укладывают на противень, смазанный маслом сливочным и доводят до готовности в духовом шкафу при температуре 250-280 градусов в течение 5-8 мин.

Температура подачи не ниже 65 градусов
Срок реализации не более трех часов с момента приготовления

Источник рецептуры:

Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах (к ГОСТ 30390-95/ГОСТ Р 50763-95), Москва, 2006г, рецептура №347

Технологическая карта № 32

Наименование кулинарного изделия (блюда): **КУРИЦА ОТВАРНАЯ**

Номер рецептуры: № 487

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», под ред. Лапшиной В. Т., 2004 г.

1. Область применения

Настоящая технологическая карта распространяется на курицу отварную, отпускаемую на пищеблоке МБОУ Верхнедобринской СОШ.

2. Требования к сырью

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

3. Рецепттура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	нетто, кг.
Курица	208,0	144,0	20,8	14,4
Лук репчатый	3,0	2,0	0,3	0,2
Соль	2,0	2,0	0,2	0,2
Выход	100,0		10,0	

4. Химический состав, витамины и микроэлементы

В 100 граммах данного блюда содержится												
Пищевые вещества г.						Минеральные вещества мг.						
Белки		Жиры		Углеводы		Ca	Mg	P	Fe			
19,2		7,4		0,6		16,0	17,23	138,93	1,6			
Витамины												
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B 6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг.	H, мкг.	PP, мг.	
0,05	0,07	0,2	-	0,5	4,3	0,6	1,8	0,21	1,46	2,98	0,74	

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 150

5. Технологический процесс

Обработанную куриную тушку (или филе мяса птицы) кладут в кипящую воду и варят до готовности при слабом кипении, периодически удаляя пену. В конце варки добавляют соль. Отварную курицу (или филе мяса птицы) охлаждают, удаляют спинную кость, рубят на порции, укладывают в посуду, заливают бульоном и кипятят 5-7 минут.

6. Требования к оформлению, реализации и хранению

Хранят на мармите в закрытой посуде не более 2 часов с момента приготовления, согласно СанПиН 2.4.5.2409-08. Подогрев остывших ниже температуры раздачи готовых горячих блюд не допускается. При отпуске отварную птицу гарнируют и поливают соусом или подают натуральной без соуса.

6.1. Органолептические показатели качества:

Внешний вид — консистенция мякоти курицы (или филе мяса птицы) нежная, сочная, не волокнистая
 Цвет — цвет филейной части - белый, ножек — коричневый.
 Вкус и запах — соответствуют вареной курице.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 47

Наименование кулинарного изделия: ПЛОВ

Номер рецептуры: 265.

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛиПринт, 2011.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса	
	брутто, г	нетто, г
Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	107	79
или свинина (лопаточная часть, грудинка)	87	74
или баранина (лопаточная часть, грудинка)	99	71
Крупа рисовая	34	34
Масло растительное	5	5
Лук репчатый	6	5
Морковь	10	8
Томатная паста	-	4
Соль	1	1
Масса тушеного мяса		50
Масса гарнира		100
Выход		50/100

Химический состав, витамины, и микроэлементов на 1 порцию

Белки (г)	19,4
Жиры (г)	9,5
Углеводы (г)	34,7
Энергетическая ценность (ккал)	301

Ca (мг)	36
Mg (мг)	34
F e(мг)	1,0
C (мг)	0

Технология приготовления

Нарезанное кусочками по 20-30 г мясо посыпают солью, обжаривают, добавляют пассерованные с томатным пюре морковь и лук. Мясо и овощи заливают водой (80 г), доводят до кипения, всыпают перебранный промытый рис и варят до полуготовности. После того как рис впитает всю жидкость, посуду закрывают крышкой, помещают на противень с водой и ставят в жарочный шкаф на 25-40 мин. Отпускают, равномерно распределяя мясо вместе с рисом и овощами. Плов можно готовить без томатного пюре.

Мясо тушеное по № 627 (Свинина тушеная): Вторые горячие блюда Категория

Наименование Мясо тушеное по № 627 (Свинина тушеная)

Мясо тушеное по № 627 (Свинина тушеная): Выход, г 125.00

Мясо тушеное по № 627 (Свинина тушеная): Использование при расчёте меню диеты (вариантов суточного функционального рациона питания) - Да

Для того чтобы приготовить блюдо Мясо тушеное делают следующее. Обжаренные крупные куски мяса тушат с добавлением бульона или воды, обжаренных овощей и томатного пюре до готовности. На бульоне, полученном после тушения, приготавливают соус: бульон процеживают, соединяют с пассерованной без жира мукой, кипятят в течение 25-30 минут, протирают в него разварившиеся при тушении овощи и доводят до кипения. Готовое мясо нарезают по 1-2 куску на порцию, заливают соусом и доводят до кипения. Отпускают с соусом и гарниром. Гарнирами к мясу тушеному могут служить макаронные изделия отварные, картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с жиром, овощи, припущенные с жиром, пюре из моркови или свеклы, капуста тушеная, свекла тушеная, тыква, кабачки, баклажаны жареные.

Мясо тушеное по № 627 (Свинина тушеная)

Мясо тушеное по № 627 (Свинина тушеная): Фото

Мясо тушеное по № 627 (Свинина тушеная): Технологическая карта

125.00

Введите желаемую массу блюда, г

№	Наименование продукта	Масса продукта (нетто),г	Способ термической обработки	Уточнение способа термической обработки
1	Свинина (свинина) филе, охлажденная	74.00	Тушение	Мясные
2	Порей	4.00	Тушение	Растительные
3	Лук репчатый	4.00	Тушение	Растительные
4	Жир животный топленый	5.00	Тушение	Без уточнения
5	Томат-пюре	12.00	Тушение	Без уточнения
6	Мука пшеничная	4.00	Варка	Растительные без слива
7	Соль	2.00	Без обработки	Без уточнения
8	Вода	59.00	Без обработки	Без уточнения

Мясо тушеное по № 627 (Свинина тушеная): Нутриентный состав (БЖУ, минеральные вещества, витамины и энергетическая ценность)

Вода, г	80.90
Белки, г	11.20
Жиры, г	25.50
Углеводы (общие), г	4.40
Углеводы (моно- и дисахариды), г	1.80
Углеводы (крахмал и другие полисахариды), г	2.60
Углеводы (лактоза), г	0.00
Углеводы (сахароза), г	0.00
Клетчатка, г	0.10

Наиболее популярные блюда в этой категории
Азу по № 637

Шницель натуральный рубленый по № 657 (Шницель говяжий)

Рыба, жаренная с луком, по-ленинградски по № 525 (Треска жареная)

Котлеты или биточки рыбные по № 541 (Котлеты из трески)

Котлеты домашние по № 661

Тельное из рыбы по № 545 (Тельное из рыбы ледяной)

Тельное из рыбы по № 545

Куриная отбивная в кляре

Котлеты из говядины

Органические кислоты, г	0.10
Зола (общая), г	2.80
Зола (в том числе добавленный NaCl), г	0.00
Алкоголь (% массы)	0.00
Алкоголь (% общее)	0.00
Минеральные вещества (Na), мг	746.00
Минеральные вещества (K), мг	234.00
Минеральные вещества (Ca), мг	20.00
Минеральные вещества (Mg), мг	18.00
Минеральные вещества (P), мг	116.00
Минеральные вещества (Fe), мг	1.10
Витамины (A), мг	0.00
Витамины (в-каротин), мг	0.46
Витамины (B1), мг	0.41
Витамины (B2), мг	0.10
Витамины (PP), мг	1.29
Витамины (C), мг	1.10
Энергетическая ценность, ккал	294.00
Энергетическая ценность 100г блюда, ккал	235.20

[Бифштекс рубленый с яйцом по № 655](#)

[Бифштекс рубленый с картофелем по № 655](#)

[Зразы картофельные по № 359](#)

[Котлеты натуральные рубленые по № 656](#)

[Котлеты \(Котлеты свиные\)](#)

[Котлеты рубленые с картофелем по № 656](#)

[Биточки или котлеты манные \(рисовые\) по № 426](#)

[Рецепт блюда](#)

[Котлеты манные рисовые по № 426](#)

[Гуляш по № 632](#)

[Зразы рыбные по № 544](#)

[Зразы рыбные рубленые по № 544 \(Зразы из судака\)](#)

Рейтинг: значение - 5; голосов: 3

[Зразы рыбные рубленые по № 544 \(Зразы из судака\)](#)

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № _____

Наименование блюд Гуляш.

Сборник рецептов 1996 года

Раскладка № 401

Колонка по сборнику рецептов № 3

Выход 50/75 гр

Наименование	Расход сырья			
	на 1 порцию, гр.		на 100 порций, кг	
	Норма брутто	Норма нетто	Норма брутто	Норма нетто
Свинина без костей	74	74	7,4	7,4
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Лук репчатый	18	15	1,8	1,5
Томатное пюре	12	12	1,2	1,2
Мука пшеничная	4	4	0,4	0,4
Масса тушеного мяса	-	50		
Масса соуса	-	75		

Технология приготовления:

Мясо размораживают при температуре +20С, промывают проточной водой (20-30С), нарезанное кубиками по 20-30 гр. и обжаренное мясо заливают бульоном или водой и тушат с добавлением пассерованного томатного пюре в закрытой посуде около часа. Лук перебирают, очищают от кожицы, промывают в проточной воде. На бульоне оставшемся после тушения, готовят соус, добавляя в него пассерованный лук, соль, заливают им мясо и тушат еще 20-30 мин. За 5-10 мин. до готовности кладут лавровый лист.

Пассерование лука- Репчатый лук пассеруют на сливочном масле. В разогретом до температуры 130-140С. масло закладывают нашинкованный соломкой лук слоем 5-7 см. и пассеруют при температуре не выше 110С. Продолжительность пассерования лука -5-8 мин.

Отпускают гуляш вместе с соусом, рядом укладывают гарнир.

Гарниры – каши рассыпчатые, рис отварной, макаронные изделия, пюре картофельное, капуста тушеная.

Реализация готового блюда осуществляется не позднее 2 часов с момента приготовления.

Температура подачи блюда +65С.

Химический состав:

Белки (гр)	16,15
Жиры (гр)	7,02
Углеводы (гр.)	4,79
Эн. ценность (ккл.)	263

витамины				Минеральные в-ва			
А	В1	С	Е	Са	Мg	Р	Fe
0,02	0,1	3,12	0,5	16,93	25,65	178,64	8,85

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
294. Жаркое по-домашнему		64%				
Говядина (боковой и наружный куски газобедренной части)	216	159	162	119	107	79
или свинина (лопаточная и шейная части)	173	147	129	110	87	74
Картофель	253	190	253	190	267	200
Лук репчатый	30	25	30	25	24	20
Жир животный топленый свищевой	12	12	12	12	10	10
Томатное пюре	15	15	15	15	12	12
Масса тушеного мяса	—	100	—	75	—	50
Масса готовых овощей	—	250	—	250	—	250
Выход	—	350	—	325	—	300

Мясо нарезают по 2—4 куска 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, перец и бульон (продукты должны быть только покрыты жидкостью), закрывают крышкой и тушат до готовности. За 5—10 мин до окончания тушения кладут лагровый лист. Отпускают жаркое вместе с бульоном и гарниром в горшочках. Блюдо можно готовить без томатного пюре.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
416. Котлеты, биточки, шницели						
Говядина (котлетное мясо)	101	74	76	56	50	37
или свинина (котлетное мясо)	87	74	66	56	48	37
или телятина (котлетное мясо)	112	74	85	56	56	37
или баранина (котлетное мясо)	103	74	78	56	52	37
Хлеб пшеничный	18	18	14	14	9	9
Молоко или вода	24	24	17	17	12	12
Сухари	10	10	8	8	5	5
Масса полуфабриката	—	124	—	87	—	62
Жир животный топленый чистовой	6	6	5	—	3	3

Масса жареных котлет, биточков, шницелей	—	100	—	75	—	50
Гарнир №№ 463, 468—470, 472—474, 477, 482, 499	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 528, 530, 553, 554	—	50	—	50	—	50
или маргарин столовый, или масло сливочное	8	8	5	5	5	5

Выход:						
с соусом	—	300	—	275	—	250
с жиром	—	258	—	230	—	205

Из готовой котлетной массы разделяют изделия овально-приплюснутой формы с заостренным концом (котлеты) или кругло-приплюснутой формы толщиной 2,0—2,5 см (биточки), или плоскоовальной формы, толщиной 1 см (шницели).

Котлеты, биточки и шницели можно готовить с добавлением репчатого лука (10; 8 и 5 г нетто) и чеснока (1,0; 0,8; 0,5 г нетто) по I, II и III колонкам соответственно. Выход изделий при этом не изменяется, так как соответственно уменьшается норма молока или воды.

При отпуске изделий их гарнируют и поливают жиром или соусом.

Котлеты, биточки отпускают по 2 или 1 шт., шницели — по 1 шт. на порцию.

Гарниры — каши рассыпчатые, бобовые отварные, макаронные изделия отварные, картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с жиром, капуста тушеная, сложный гарнир.

Соусы — красный основной, луковый, сметанный, сметанный с томатом.

БРУТТО НЕТТО

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 $+12^{\circ}\text{C}$, 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 полнее 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 $\frac{1}{4}$ объема.

Тушеная рыба отличается приятным вкусом, так как готовится с добавлением лука, томатного шоре 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 $+65^{\circ}\text{C}$ (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 № 143 (Сб. рец. ДОУ, 2004)

Технологическая карта № _____

Наименование изделия: Котлеты или биточки рыбные

Номер рецептуры: 143

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений

Котлеты или биточки рыбные

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б	Ж	У	
Треска	89/76.3	56/48				
Минтай	92/79	56/48				
Хлеб пшеничный	13/11	13/11				
Молоко или вода	10/8.5	10/8.5				
Яйца	4/3	4/3				
Масса полуфабриката		83/71				
Масло сливочное	1,4/1.2	1,4/1.2				
Масса готовых котлет		70/60				
Итого:			9,5/8.1	2,4/2.1	7,2/6.2	88/75

Выход: 70 / 60

Технология приготовления: Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски, измельчают на мясорубке, второй раз пропускают через мясорубку вместе с замоченным в воде и отжатым черствым пшеничным хлебом высшего сорта, добавляют соль, сливочное масло, сырые яйца, оставшуюся воду, все тщательно перемешивают, выбивают. Из рыбной котлетной массы формируют котлеты.

Изделия укладывают в противень, смазанный маслом, в один ряд, добавляют воды, и запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280С в течении 20-25 мин.

температура подачи 65°С.

Гарниры: каши вязкие, овощные пюре, капуста тушеная.

Соусы: сметанный, молочный, томатный.

Требования к качеству: Внешний вид - изделие имеет круглую или яйцевидную приплюснутую форму, заостренную с одной стороны, без трещин. *Консистенция однородная, рыхлая, сочная.* Цвет белый с сероватым оттенком. Не допускаются посторонние привкусы, запах и привкус кислого хлеба.

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 ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 47

Наименование кулинарного изделия (блюда): СОК ЯБЛОЧНЫЙ

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	20	20
Выход: 200				

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Велки, г	1
Жиры, г	0,2
Углеводы, г	18,4
Энергетическая ценность, ккал	82,8

С, мг	1,6
А, мкг рет. экв.	0
Е, мг	0
Д, мкг	0
В1, мг	0
В2, мг	0
В12, мкг	0
В6, мкг	0,1
РР, мг	0,2
Фолиевая кислота, мкг	0,2

Са, мг	12,6
Р, мг	12,6
Mg, мг	7,2
Fe, мг	2,5
Zn, мг	0,1
I, мкг	2

Способ употребления

В школьном питании используются соки, напитки витаминизированные промышленного производства, изготовленные без соли и сахара, с содержанием соковых веществ не менее 50%. Предпочтение отдается сокам и напиткам витаминизированным в индивидуальной упаковке. На упаковке соков и напитков витаминизированных должно быть указано, что они предназначены для питания детей, а так же рекомендуемый возраст детей. Температура подачи не ниже 15 градусов. Срок реализации в течение одного часа после нарушения герметичности упаковки.

Источник рецептуры:

Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах (к ГОСТ 30390-95/ГОСТ Р 50763-95), Москва, 2006г, рецептура №407

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 52

Наименование кулинарного изделия (блюда): КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172	17,2	17
САХАР ПЕСОК	20	20	2	
ЯБЛОКИ	45,4	40	4,54	
Выход: 200				

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	0,2
Жиры, г	0,2
Углеводы, г	21,7
Энергетическая ценность, ккал	88,7

С, мг	1,6
А, мкг рет. экв.	1,6
Е, мг	0,3
Д, мкг	0
В1, мг	0
В2, мг	0
В12, мкг	0
В6, мкг	0
РР, мг	0,1
Фолиевая кислота, мкг	0,8

Са, мг	13,1
Р, мг	4
Mg, мг	4,4
Fe, мг	0,8
Zn, мг	0,1
I, мкг	0,8

Технология приготовления:

Яблоки моют, удаляют семенное гнездо, нарезают дольками. Сироп подготавливают следующим образом: в горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, проваривают 10-12 мин. и процеживают. В подготовленный горячий сироп погружают плоды и варят при слабом кипении не более 6-8 мин.

Источник рецептуры:

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, Москва, 204г, «Хлебпродинформ» № 631

Технологическая карта кулинарного блюда № 54

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

Номер рецептуры: № 376

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.Г.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛиПринт, 2011.

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	Жиры, г	Угле-воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
0,20	0,00	14,00	28,00	6,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00

Технология приготовления:

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

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

Температура подачи 75°C.

Требования к качеству:

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

Консистенция: жидкая

Цвет: золотисто-коричневый

Вкус: сладкий, чуть терпкий

Запах: соответственный чаю

Технологическая карта кулинарного блюда № 53

Наименование кулинарного изделия (блюда): ЧАЙ С ЛИМОНОМ.

Номер рецептуры: № 377

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	нетто, кг.
Чай – заварка	50	50	5,0	5,0
Сахар	15	15	1,5	1,5
Лимон	8	7	0,8	0,7
Вода	150	150	15,0	15,0
Выход	200/15/7		20,0/1,5/0,7	

Химический состав, витамины и микроэлементы

В 100 граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.								
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe					
4,51	1,14	7,71	112,55	99,08	185,54	18,42					
Витамины											
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B 6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг	H, мкг.	PP, мг
0,01	0,01	0,22	-	0	0,32	-	3,67	-	0,01	-	1,79

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 57,33

Технологический процесс: Чайник ополаскивают горячей водой, насыпают чай на определенное количество порций, заливают свежеприготовленным кипятком, примерно 1/3 объема чайника. Чай настаивают 5 – 10 минут, доливают кипятком. Добавляют сахар на определенное количество порций, залить кипятком на то же количество порций и настаивать 5 минут. Промытый теплой водой лимон, ошпаривают кипятком в течении 1-2 минут. Нарезают тонкими кружочками и кладут в стакан приготовленного чая с сахаром, непосредственно перед отпуском. Кипятить заваренный чай или длительно хранить его на плите нельзя. Требования к оформлению, реализации и хранению

Температура подачи чая в горячем виде +75° С. Срок реализации чая 2 – 3 часа с момента приготовления. Срок годности согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 – 2-3 часа с момента приготовления.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид — прозрачного цвета, без осадка, кружочки лимона.

Цвет — темно-коричневый.

Вкус и запах — приятный запах свежеприготовленной чая с лимоном, сахаром, вкус характерный для рецептурного компонента, без посторонних привкусов и запахов.

Технологическая карта кулинарного блюда № 52

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

Номер рецептуры: 382

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Какао-порошок	4	4
Сахар	20	20
Молоко	100	100
Вода	100	100
ВЫХОД:	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 ₁	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 № 56

Наименование кулинарного изделия (блюда): ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ

Номер рецептуры: 338

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
блоки или груши, или брикосы, или сливы	100	100
ВЫХОД:	100	

Химический состав данного блюда

Блюдо	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	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.

