***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 рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 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 листы.

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 °C. 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 °C. 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°C.

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 1**

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

Номер рецептуры: 14

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 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 | Р | Fe | В1 | 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) № 2**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ

Номер рецептуры: 45

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

|  |  |
| --- | --- |
| 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 |
|  |  |  |  |  |
| Сахар  | 3 | 3 | 5 | 5 |
| Масло растительное | 3 | 3 | 5 | 5 |
| Соль | 1 | 1 | 1 | 1 |
| ВЫХОД: | 60 | 100 |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | Минер. вещества, мг | Витамины, мг |
| Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| С луком |
| 60 | 0,85 | 3,05 | 5,19 | 51,54 | 26,80 | 7,90 | 14,83 | 0,32 | 0,01 | 20,97 | 0,00 |
| 100 | 1,41 | 5,08 | 8,65 | 85,90 | 44,67 | 13,16 | 24,71 | 0,54 | 0,02 | 34,95 | 0,00 |
| С морковью |
| 60 | 0,85 | 3,05 | 5,41 | 52,44 | 22,42 | 9,10 | 16,57 | 0,31 | 0,02 | 19,47 | 0,00 |
| 100 | 1,41 | 5,08 | 9,02 | 87,40 | 37,37 | 15,16 | 27,61 | 0,51 | 0,03 | 32,45 | 0,00 |

***Технология приготовления:***

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

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

Температура подачи не ниже +15 °С.

***Требования к качеству:***

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

*Консистенция:* хрустящая, не жесткая, сочная

*Цвет:* свойственный входящим в блюдо продуктам

*Вкус:* свойственный входящим в блюдо продуктам

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

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №3**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ

Номер рецептуры: 52

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

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов |
| 1 порция |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Свекла свежая до 1 января | 73 | 571 | 121,6 | 951 |
|  с 1 января | 78,1 | 571 | 130,1 | 951 |
| Масло растительное | 3,6 | 3,6 | 6 | 6 |
| Соль | 1 | 1 | 1 | 1 |
| ВЫХОД: | 60 | 100 |

1 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 | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 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) № 4**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ

# С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ

Номер рецептуры: 53

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

|  |  |
| --- | --- |
| 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 |
| Соль | 1 | 1 | 1 | 1 |
| ВЫХОД: | 60 | 100 |

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 | В1 | С | А |
| 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) № 5**

Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ВИТАМИННЫЙ.

Номер рецептуры: № 49

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

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
|  | 1 порция | 100 порций |
|  | брутто, гр. | нетто, гр. | брутто, кг. | Нетто, кг. |
| Капуста свежая  | 51,3 | 40,0 | 5,13 | 4,00 |
| Морковь  | 31,3 | 25,0 | 3,13 | 2,50 |
| Горошек или кукуруза консервированная  | 30,8  | 20,0 | 3,08 | 2,0 |
| Сахар  | 5,0 | 5,0 | 0,5 | 0,5 |
| Лимонная кислота  | 1,5 | 1,5 | 0,15 | 0,15 |
| Вода кипяченная  | 5,0 | 5,0 | 0,5 | 0,5 |
| Масло растительное  | 6,0 | 6,0 | 0,6 | 0,6 |
| Соль  | 2,0 | 2,0 | 0,2 | 0,2 |
| Выход  | 100,0 | 10,0 |

**Химический состав, витамины и микроэлементы**

|  |
| --- |
| В 100 граммах **блюда с зеленым горошком.** Энерг. ценность (ккал): 187,24 |
| Пищевые вещества г. | Минеральные вещества мг. |  |
| Белки | Жиры  | Углеводы | Са | Mg | P | Fe |
| 8,29 | 6,80 | 24,73 | 74,81 | 42,79 | 121,45 | 3,48 |
| Витамины |  |
| А,мг. | В1,мг. | В2,мг. | В5,мг. | В 6,мг. | В9,мкг. | В12,мкг. | С,мг. | D,мкг. | Е,мг | Н,мкг. | РР,мг |
| 0,27 | 0,27 | 0,09 | - | 0,15 | 10.95 | - | 18,95 | - | 5,81 | 6,37 | 0,99 |
| В 100 граммах **блюда с кукурузой.** Энерг. ценность (ккал): 198,93 |
| Пищевые вещества г. | Минеральные вещества мг. |  |
| Белки | Жиры  | Углеводы | Са | Mg | P | Fe |
| 4,14 | 8,02 | 10,95 | 52,23 | 41,81 | 112,28 | 1,75 |
| Витамины |  |
| А,мг. | В1,мг. | В2,мг. | В5,мг. | В 6,мг. | В9,мкг. | В12,мкг. | С,мг. | D,мкг. | Е,мг | Н,мкг. | РР,мг |
| 0,37 | 0,14 | 0,05 | - | 0,22 | 14,22 | - | 18,95 | - | 4,63 | 7,02 | 0,96 |

**Технологический процесс**

Капусту, морковь, перец, лук нарезают, горошек или кукурузу доводят до кипения, охлаждают, сливают отвар и соединяют с овощами. Заправляют раствором лимонной кислоты с сахаром, перед отпуском заправляют растительным маслом, солью.

**Требования к оформлению, реализации и хранению**

Изготовление салатов и их заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Не заправленные салаты допускается хранить не более 3 часов в холодильнике при температуре +4/-2 градусов. Хранение заправленных салатов не допускается, согласно СанПиН 2.4.5.2409-08.

**Органолептические показатели качества:**

Внешний вид — эстетично оформленный, повышающий аппетит.

Цвет — цвет соответствует рецептурным компонентам.

Вкус и запах — приятный аромат свежеприготовленного салата витаминного, вкус характерный для рецептурного компонента, без посторонних привкусов и запахов.

***Первые блюда***

В питании школьников приготавливаются горячие заправочные, молочные, пюрообразные 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 листы.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

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

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

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

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

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

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

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

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

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 6**

# 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.: ДеЛи принт, 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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Вы-ход, г | Пищевые вещества | Минер. вещества, мг | Витамины, мг |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 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 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 мин до окончания варки кладут соль, специи. Крупу рисовую кладут в бульон или воду одновременно с пассерованными овощами.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* в жидкой частисупа 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) № 7**

# 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.: ДеЛи принт, 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 | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 200 | 2,15 | 2,27 | 13,71 | 83,80 | 19,68 | 21,60 | 53,32 | 0,87 | 0,09 | 6,60 | 0,00 |
| 250 | 2,69 | 2,84 | 17,14 | 104,75 | 24,60 | 27,00 | 66,65 | 1,09 | 0,11 | 8,25 | 0,00 |

***Технология приготовления:***

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

***Требования к качеству:***

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

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

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

*Вкус:* умеренно соленый, свойственный картофелю и овощам

*Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 8**

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

#

Номер рецептуры: 82

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Вы-ход, г | Пищевые вещества | Минер. вещества, мг | Витамины, мг |
| Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | Энерг. цен-ность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 200 | 1,45 | 3,93 | 100,20 | 82,00 | 35,50 | 21,00 | 42,58 | 0,95 | 0,04 | 8,23 | 0,00 |
| 250 | 1,81 | 4,91 | 125,25 | 102,50 | 44,38 | 26,25 | 53,23 | 1,19 | 0,05 | 10,29 | 0,00 |

***Технология приготовления:***

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

Борщ можно готовить с мясом, которое закладывается в следующем количестве: масса брутто – 27 г, масса нетто – 20 г.

При отпуске в тарелку можно положить прокипяченную сметану.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* в жидкой части борща распределены овощи, сохранившие форму нарезки (свекла, капуста, морковь, лук – соломкой, картофель – брусочками)

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

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

*Вкус:* кисло-сладкий, умеренно соленый

*Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 9**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ

# С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ

Номер рецептуры: 104

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

|  |  |
| --- | --- |
| 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 |
| Соль | 1 | 1 | 1 | 1 |
| **На фрикадельки:** |  |  |  |  |
| Говядина (котлетное мясо) б/к | 18,8 | 17,1 | 54 | 40 |
| Лук репчатый | 1,8 | 0,2 | 4 | 3,5 |
| Вода  | 0,2 | 0,2 | 3,5 | 3,5 |
| Яйцо  | 1,25 | 1,2 | 1/10 | 1,/10 |
| ВЫХОД: | 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 | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 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 частисупа 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) № 10**

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

Номер рецептуры: 111

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

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов |
| 1 порция |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Макаронные изделия | 18 | 18 | 20 | 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 |
| Масло растительное | 4 | 4 | 5 | 5 |
| Томатная паста | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 2,4 |
| 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 | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 200 | 2,15 | 2,27 | 13,71 | 83,80 | 19,68 | 21,60 | 53,32 | 0,87 | 0,09 | 6,60 | 0,00 |
| 250 | 2,69 | 2,84 | 17,14 | 104,75 | 24,60 | 27,00 | 66,65 | 1,09 | 0,11 | 8,25 | 0,00 |

***Технология приготовления:***

В кипящую воду (бульон) кладут подготовленные макароны, доводят до кипения и варят 10-15 минут, затем добавляют пассерованные морковь, лук и томатное пюре и варят до готовности.

***Требования к качеству:***

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

 *Консистенция:* овощи 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

***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 виде при дозировании жидкости. Гречневую крупу, манную и друге дробленные крупы, а также «Геркулес», не промывают. Крупы промывают проточной водой (п. 8.15 СанПиНа 2.4.5.2409-08).

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

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

Значительно лучше и быстрее развариваются «Геркулес», манная и дробленные 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 оС 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).

Макароны 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 косков. 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°C.

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°C (п. 8.24 СанПиН 2.4.5.2409 – 08).

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 11**

Наименование кулинарного изделия (блюда): МАКАРОНЫЕ 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.: ДеЛи принт, 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 | Са | Mg | P | Fe |
| 8,77 | 9,35 | 57,93 | 1,55 | 13,70 | 73,37 | 1,55 |
| Витамины |  |
| А,мг. | В1,мг. | В2,мг. | В5,мг. | В 6,мг. | В9,мкг. | В12,мкг. | С,мг. | D,мкг. | Е,мг | Н,мкг. | РР,мг |
| - | 0,16 | 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) № 12**

Наименование кулинарного изделия: Каша рассыпчатая с маслом и сахаром**.**

 Номер рецептуры: № 171

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

|  |  |
| --- | --- |
| *Наименование продуктов, полуфабрикатов* | *Масса* |
| *брутто, г* | *нетто, г* |
| Крупа гречневая из ядрицы быстроразвариваюшейся | 63 | 63 |
| или рисовая | 54 | 54 |
| или перловая | 50 | 50 |
| или пшенная, пшеничная | 60 | 60 |
| *Масса каши* | - | 150 |
| Масло сливочное | 10 | 10 |
| или сахар | 10 | 10 |
| Соль  | 2 | 2 |
| или молоко | 160 | 150 |
| *Выход: с маслом и сахаром с маслом или сахаром с молоком* |  | 150 |

Химический состав, витамины, и микроэлементов на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Белки (г) | 4,82 |
| Жиры (г) | 8,71 |
| Углеводы (г) | 30,66 |
| Энергетическая ценность (ккал) | 220,35 |
|  |
| Са (мг) | 16 |
| Mg (мг) | 65 |
| F е(мг) | 2,2 |
| С (мг) | 0 |

Технология приготовления

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

Требования к качеству

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

*Консистенция:* однородная, крупинки плотные, рассыпчатая.

*Цвет:*  свойственный данному виду крупы.

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

*Запах:*  свойственный данному виду крупы.

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 13**

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.: ДеЛи принт, 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 |  |
| А,мг. | В1,мг. | В2,мг. | В5,мг. | В 6,мг. | В9,мкг. | В12,мкг. | С,мг. | D,мкг. | Е,мг | Н,мкг. | РР,мг |
| 0,77 | - | 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 |  |
| А,мг. | В1,мг. | В2,мг. | В5,мг. | В 6,мг. | В9,мкг. | В12,мкг. | С,мг. | D,мкг. | Е,мг | Н,мкг. | РР,мг |
| 0,09 | 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

**Пшено**

|  |
| --- |
|  В 100 граммах данного блюда содержится |
| Пищевые вещества г. | Минеральные вещества мг. |  |
| Белки | Жиры  | Углеводы | Са | Mg | P | Fe |
| 4,4 | 3,82 | 25,26 | 11,09 | 31,56 | 89,62 | 1,03 |
| Витамины |  |
| А,мг. | В1,мг. | В2,мг. | В5,мг. | В 6,мг. | В9,мкг. | В12,мкг. | С,мг. | D,мкг. | Е,мг | Н,мкг. | РР,мг |
| - | 0,11 | 0,015 | - | - | - | - | - | 0,01 | 1,0 | 9,49 | 3,01 |

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 153

**Перловка**

|  |
| --- |
|  В 100 граммах данного блюда содержится |
| Пищевые вещества г. | Минеральные вещества мг. |  |
| Белки | Жиры  | Углеводы | Са | Mg | P | Fe |
| 2,97 | 2,9 | 21,14 | 12,85 | 12,66 | 103,27 | 0,58 |
| Витамины |  |
| А,мг. | В1,мг. | В2,мг. | В5,мг. | В 6,мг. | В9,мкг. | В12,мкг. | С,мг. | D,мкг. | Е,мг | Н,мкг. | РР,мг |
| - | 0,0027 | 0,018 | - | - | - | - | - | - | - | - | - |

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 122,4

**Технологический процесс**

Перед варкой каши крупу просеивают, перебирают. Подготовленную крупу всыпают в подсоленную кипящую воду, варят до загустения, помешивая.

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

При отпуске горячую кашу кладут на тарелку и поливают растопленным маслом. 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.

**6.1. Органолептические показатели качества:**

Внешний вид — крупа полностью разварена, консистенция рассыпчатая.

Цвет — характерный для рецептурных компонентов.

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

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 14**

Наименование кулинарного изделия: КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ**.**

 Номер рецептуры: 310.

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

|  |  |
| --- | --- |
| *Наименование продуктов, полуфабрикатов* | *Масса* |
| *брутто, г* | *нетто, г* |
| картофель  | 138 | 110 |
| *Масса картофеля вареного* |  | 100 |
| Масло сливочное | 5 | 5 |
| Соль  | 1 | 1 |
| *Выход* |  | 100 |

Химический состав, витамины, и микроэлементов на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Белки (г) | 3,2 |
| Жиры (г) | 5,2 |
| Углеводы (г) | 22,88 |
| Энергетическая ценность (ккал) | 151,36 |
|  |
| Са (мг) | 18 |
| Mg (мг) | 33 |  |
| Fе(мг) | 1,2 |  |
| С (мг) | 21,75 |  |

**Технология приготовления**

Очищенный картофель кладут в кипящую подсоленную воду и ва­рят. Когда картофель сварится, сливают воду, а картофель подсушива­ют, для чего посуду с ним оставляют на 5-7 мин на менее горячем уча­стке плиты. При варке рассыпчатого картофеля воду сливают примерно через 15 мин после момента закипания, затем картофель доводят до го­товности паром, образующимся в котле.

Варят картофель небольшими партиями по мере спроса. При про­должительном хранении в горячем состоянии у картофеля изменяется цвет, ухудшается вкус и снижается его пищевая ценность. Картофель, сваренный на пару, имеет лучшие вкусовые качества.

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 15**

Наименование кулинарного изделия: КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ЛУКОМ**.**

 Номер рецептуры: 145.

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

|  |  |
| --- | --- |
| *Наименование продуктов, полуфабрикатов* | *Масса* |
| *брутто, г* | *нетто, г* |
| Картофель  | 132 | 99 |
| Масло растительное | 4 | 4 |
| Лук репчатый | 24 | 20 |
| Масло растительное | 2 | 2 |
| Соль  | 1 | 1 |
| *Выход* |  | 100 |

Химический состав, витамины, и микроэлементов на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Белки (г) | 3,2 |
| Жиры (г) | 5,2 |
| Углеводы (г) | 22,88 |
| Энергетическая ценность (ккал) | 151,36 |
|  |
| Са (мг) | 18 |
| Mg (мг) | 33 |  |
| Fе(мг) | 1,2 |  |
| С (мг) | 21,75 |  |

**Технология приготовления**

Очищенный картофель нарезают кубиками или дольками и обжаривают. В картофель добавляют слегка пассерованный или припущенный лук, нарезанный полукольцами, тушат до готовности.

Внешний вид: картофель нарезан кубиками или дольками, лук полукольцами, овощи сохранили первоначальную форму нарезки.

Консистенция: картофеля, овощей -мягкая, плотная.

Вкус: умеренно соленый, тушеного картофеля с пассированным луком.

Запах: тушеного картофеля с пассированным луком.

***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) № 17**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ

Номер рецептуры: 209

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

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

Химический состав данного блюда

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | Минер. вещества, мг | Витамины, мг |
| Белки, г | Жирыг | Угле-воды, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 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) № 18**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ

 с маслом сливочным

Номер рецептуры: 210

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

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов |
| 1 порция |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Яйца | 1 шт. | 40 | 4 шт. | 156,6 |
| Молоко  | 15 | 15 | 55 | 55 |
| Масло сливочное | 2 | 2 | 5 | 5 |
| ВЫХОД: | 53/5 | 200/5 |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | Минер. вещества, мг | Витамины, мг |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 53/5 | 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 нарезанныепорционные 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) № 19**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): ОМЛЕТ С КОЛБАСОЙ ИЛИ СОСИСКАМИ

Номер рецептуры: 212

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

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов |
| 1 порция |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Яйца | 1 шт. | 40 | 4 шт. | 156,6 |
| Молоко  | 15 | 15 | 55 | 55 |
| Масло сливочное | 3 | 3 | 5 | 5 |
| Колбаса вареная ил сосиски | 21 | 20 | 21 | 20 |
| Масло сливочное | 1 | 1 | 1 | 1 |
| ВЫХОД: | 75/5 | 200/5 |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | Минер. вещества, мг | Витамины, мг |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 53/5 | 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. Очищенную колбасу или сосиски нарезают мелкими кубиками, обжаривают, заливают омлетной смесью. Запекают в течение 8-10 минут при температуре 180-200 °С до образования легкой румяной корочки.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* аккуратно нарезанныепорционные 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, колбасы

*Запах:* свежих запеченных яиц, сливочного масла, колбасы

***Блюда из мяса и птицы***

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 20**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): СОСИСКИ (САРДЕЛЬКИ, КОЛБАСА) ОТВАРНЫЕ

Номер рецептуры: №

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

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

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | Минер. вещества, мг | Витамины, мг |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 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) № 21**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ

Номер рецептуры: 259

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

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов |
| 1 порция |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Говядина  | 75 | 55 | 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 |
| ВЫХОД: | 35/100 | 80/160 |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | Минер. вещества, мг | Витамины, мг |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 35/100 | 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 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 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) № 22**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ

Номер рецептуры: 291

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

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов |
| 1 порция |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Бройлер-цыпленок | 139,7 | 100,3 | 174,7 | 125,3 |
| *Масса отварной птицы* | *-* | *80* | *-* | *100* |
| Масло растительное | 7 | 7 | 9 | 9 |
| Морковь до 1 января | 10 | 8 | 16 | 13,3 |
| \*\*\*с 1 января | 17,3 | 13 | 21,7 | 16,3 |
| Лук репчатый | 8 | 7 | 11,8 | 9,3 |
| Томатное пюре | 7 | 7 | 8,8 | 8,8 |
| Крупа рисовая | 35 | 35 | 57,5 | 57,5 |
| *Масса готового риса с овощами* | *-* | *100* | *-* | *160* |
| ВЫХОД: | 180 | 260 |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | Минер. вещества, мг | Витамины, мг |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 80/130 | 20,30  | 17,00  | 35,69 | 377,00 | 45,10 | 47,50 | 199,30 | 2,19 | 0,06 | 1,01 | 48,00 |
| 100/160 | 25,38 | 21,25 | 44,61 | 471,25 | 56,38 | 59,38 | 249,13 | 2,74 | 0,08 | 1,26 | 60,00 |

***Технология приготовления:***

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

***Требования к качеству:***

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

*Консистенция:* мягкая

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

*Вкус:* в меру соленый, свойственный тушеному в соусе мясу *Запах:* свойственный входящим в рецептуру продуктам

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

# Наименование кулинарного изделия (блюда): ПТИЦА ЗАПЕЧЕНАЯ

Номер рецептуры: 293

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

|  |  |
| --- | --- |
| 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 |
| Масло растительное | 4,5 | 4,5 | 5 | 5 |
| Масло сливочное | 5 | 5 | 5,5 | 5,5 |
| Соль | 1 | 1 | 1 | 1 |
| ВЫХОД: | 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 | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 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 |

**Технология приготовления:**

Подготовленные тушки птицы солят, кладут на противень. Доводят до полной готовности в жарочном шкафу. Порции птицы непосредственно пред подачей поливают сливочным маслом.

**Требования к качеству:**

*Внешний вид:* мясо сохранило форму, сбоку гарнир

*Консистенция:* мягкая, сочная, нежная

*Цвет:*  золотистый,

*Вкус:* в меру соленый

*Запах:* свойственный мясу птицы

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 24**

# Наименование кулинарного изделия (блюда):ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ

Номер рецептуры: 284

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

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов |
| 1 порция |
| Брутто, г | Нетто, г |
| Говядина (котлетное мясо) | 107 | 79 |
| *Масса готового мяса* | *-* | *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 |
| *Масса вареного протертого картофеля* | *-* | *220* |
| Лук репчатый | 10 | 10 |
| Масло растительное | 1 | 1 |
| *Масса пассерованного лука* | *-* | *4* |
| Масло растительное | 2 | 2 |
| Сухари  | 2 | 2 |
| ВЫХОД: | - | 170 |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | Минер. вещества, мг | Витамины, мг |
| Белки г | Жирыг | Угле-воды, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | 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) № 25**

Наименование кулинарного изделия: ПЛОВ

Номер рецептуры: 265.

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

|  |  |
| --- | --- |
| *Наименование продуктов, полуфабрикатов* | *Масса* |
| *брутто, г* | *нетто, г* |
| Говядина (боковой и наружный кускитазобедренной 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 |
|  |
| Са (мг) | 36 |
| Mg (мг) | 34 |
| F е(мг) | 1,0 |
| С (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.

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 26**

Наименование кулинарного изделия (блюда): ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ

 ГОВЯДИНЫ.

Номер рецептуры: № 246

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

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
|  | 1 порция | 100 порций |
|  | брутто, гр. | нетто, гр. | брутто, кг. | нетто, кг. |
| Говядина  | 77 | 57 | 11, | 8,1 |
| Морковь | 3 | 2 | 0,3 | 0,2 |
| Лук | 2,5 | 2 | 0,25 | 0,2 |
| Масса отварного мяса |  | 50 |  | 5,0 |
| Морковь  | 12,5 | 10 | 1,25 | 1,0 |
| Масло растительное  | 5 | 10 | 0,5 | 0,1 |
| Лук  | 12 | 10 | 1,2 | 1,0 |
| Мука пшеничная  | 2 | 2 | 0,2 | 0,2 |
| Томат паста | 4 | 4 | 0,4 | 0,4 |
| Соль  | 1 | 1 | 0,1 | 0,1 |
| Выход  | 85,0 | 8,5 |

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

|  |
| --- |
|  В 100 граммах данного блюда содержится |
| Пищевые вещества г. | Минеральные вещества мг. |  |
| Белки | Жиры  | Углеводы | Са | Mg | P | Fe |
| 12,55 | 12,99 | 4,01 | 30,52 | 24,03 | 119,19 | 2,10 |
| Витамины |  |
| А,мг. | В1,мг. | В2,мг. | В5,мг. | В 6,мг. | В9,мкг. | В12,мкг. | С,мг. | D,мкг. | Е,мг | Н,мкг. | РР,мг |
| 1,49 | 0,07 | 0,11 | - | 0,04 | 4,42 | - | 5,07 | - | 2,25 | 0,31 | 1,23 |

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

**Технологический процесс**

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

**Требования к оформлению, реализации и хранению**

Отпускают гуляш с соусом и гарниром. 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 — консистенция мяса мягкая.

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

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

# Наименование кулинарного изделия (блюда): ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С ОТВАРНЫМ МЯСОМ

Номер рецептуры: 288

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

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов |
| 1 порция |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Говядина (котлетное мясо) | 34,6 | 31,5 | 69,2 | 63 |
| *Масса отварного мяса* | *-* | *19,5* | *-* | *39* |
| Капуста белокочанная | 90 | 72 | 180 | 140 |
| Масса припущенной капусты | - | 66,2 | - | 135 |
| Крупа рисовая | 8 | 8 | 15 | 15 |
| Масса рассыпчатой каши | - | 22,4 | 21,7 | 16,3 |
| Масло растительное | 1 | 1 | 2 | 2 |
| Томат паста | 1 | 1 | 2 | 2 |
| Масло сливочное | 2,5 | 2,5 | 4 | 4 |
| Бульон мясной  | 12 | 12 | 24 | 24 |
| Соль | 1 | 1 | 2 | 2 |
| ВЫХОД: | 100 | 200 |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | Минер. вещества, мг | Витамины, мг |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 100 | 20,30  | 17,00  | 35,69 | 377,00 | 45,10 | 47,50 | 199,30 | 2,19 | 0,06 | 1,01 | 48,00 |
| 200 | 25,38 | 21,25 | 44,61 | 471,25 | 56,38 | 59,38 | 249,13 | 2,74 | 0,08 | 1,26 | 60,00 |

***Технология приготовления:***

 Подготовленное мясо варят, охлаждают, пропускают через мясорубку 2 раза. Русовую крупу перебирают, промывают и варят до полуготовности. Мясо соединяют с отварным рисом, добавляют соль и перемешивают. Белокочанную капусту нарезают мелкой соломкой, закладывают в кипящую подсоленную воду, варят до полуготовности, перекладывают в дуршлаг, дают стечь отвару. Подготовленую капусту соединяют с мясом и рисом, перемешивают, добавляют бульон, масло, томат-пасту и тушат 30-40 минут.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* Капуста мелкая, фарш сочный, вкус и запах свойственный тушеному мясу и капусты.

*Консистенция:* мягкая

*Цвет:*  от светло- до темно-оранжевого

*Вкус:* в меру соленый, свойственный тушеному мясу и капусты.

*Запах:* свойственный входящим в рецептуру продуктам

***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 промываю проточной водой.

Компоты приготовляют 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 приготавливают 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 № 28**

# 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.: ДеЛи принт, 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 | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 3,52 | 3,72 | 25,49 | 145,2 | 122,0 | 14,00 | 90,00 | 0,56 | 0,04 | 1,30 | 0,01 |

***Технология приготовления:***

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

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

***Требования к качеству:***

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

*Консистенция:* жидкая

*Цвет:*  светло-шоколадный

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

*Запах:* аромат какао и кипяченого молока

**Технологическая карта кулинарного блюда № 29**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): ЧАЙ С САХАРОМ

Номер рецептуры: № 376

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 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 | Жирыг | Угле-воды, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 0,20 | 0,00 | 14,00 | 28,00 | 6,00 | 0,00 | 0,00 | 0,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |

***Технология приготовления:***

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

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

Температура подачи 75°С.

***Требования к качеству:***

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

*Консистенция:* жидкая

*Цвет:*  золотисто-коричневый

*Вкус:* сладкий, чуть терпкий

*Запах:* соответственный чаю

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №30**

**Наименование кулинарного изделия (блюда): Фрукты свежие (яблоко, банан)**

**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.: ДеЛи плюс, 2015г.**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов |
| 1 порц | 100 порц |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, кг | Нетто, кг |
| Яблоко | 150 | 150 | 15 | 15 |
|  |  |  |  |  |
| Банан | 150 | 150 | 15 | 15 |
| Выход: | 150 |  | 15 |

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию Яблоко свежее**

|  |  |
| --- | --- |
| Белки (г): | 0,6 |
| Жиры (г): | 0,6 |
| Углеводы (г): | 14,7 |
| Эн.ценность (ккал): | 70,3 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 24 |
| Mg (мг): | 13,5 |
| Fe (мг): | 3,3 |
| C (мг): | 15 |

**Банан свежий**

|  |  |
| --- | --- |
| Белки (г): | 2,26 |
| Жиры (г): | 0,76 |
| Углеводы (г): | 28,5 |
| Эн.ценность (ккал): | 141,76 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 12 |
| Mg (мг): | 63 |
| Fe (мг): | 0,9 |
| C (мг): | 15 |

**Технология приготовления.**

Первично фрукты промывают в условиях заготовочного цеха (при наличии) проточной водой в ванне для обработки сырых овощей, при отсутствии заготовочного цеха, первичная обработка проводится проточной водой в ванне для обработки сырых овощей и фруктов в горячем цехе в зоне приготовления сырой продукции. Вторично фрукты промывают кипяченой водой в горячем цехе в моечной ванне для обработки готовой продукции. Подготовленные плоды подают на десертной тарелке или вазочке.

**Требования к качеству.**

Внешний вид: целые плоды уложены на десертную тарелку или вазочку.

Консистенция: соответствует виду плодов.

Цвет: соответствует виду плодов. Вкус: соответствует виду плодов Запах: соответствует виду плодо

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №389.**

**Наименование кулинарного изделия (блюда): Соки овощные, фруктовые, ягодные Номер рецептуры: 389**

**Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикато | в |
| 1 порц | 100 порц |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, кг | Нетто, кг |
| Сок томатный, морковный, сливовый, яблочный, абрикосовый, вишневый, виноградный | 200 | 200 | 0.2 | 0.2 |
| Выход |  | 200 |  | 20 |

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию**

**Сок яблочный**

|  |  |
| --- | --- |
| Белки (г): | 1 |
| Жиры (г): | 0 |
| Углеводы (г): | 20,2 |
| Эн.ценность(ккал): | 84,8 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 14 |
| Mg (мг): | 10 |
| Fe (мг): | 2,8 |
| C (мг): | 4 |

**Сок томатный**

|  |  |
| --- | --- |
| Белки (г): | 2 |
| Жиры (г): | 0,2 |
| Углеводы (г): | 5,8 |
| Эн.ценность(ккал): | 33 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 14 |
| Mg (мг): | 24 |
| Fe (мг): | 1 |
| C (мг): | 20 |

**Сок морковный**

|  |  |
| --- | --- |
| Белки (г): | 2,2 |
| Жиры (г): | 0,2 |
| Углеводы (г): | 25,2 |
| Эн.ценность(ккал): | 111,4 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 38 |
| Mg (мг): | 14 |
| Fe (мг): | 1,2 |
| C (мг): | 6 |

**Сок сливовый**

|  |  |
| --- | --- |
| Белки (г): | 0,6 |
| Жиры (г): | 0,2 |
| Углеводы (г): | 30,4 |
| Эн.ценн-ть (ккал): | 125,8 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 20 |
| Mg (мг): | 14 |
| Fe (мг): | 0,6 |
| C (мг): | 8 |

**Сок абрикосовый**

|  |  |
| --- | --- |
| Белки (г): | 1,0 |
| Жиры (г): | 0 |
| Углеводы (г): | 25,4 |
| Эн.ценность(ккал): | 105,6 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 40 |
| Mg (мг): | 20 |
| Fe (мг): | 0,4 |
| C (мг): | 8 |

**Сок вишневый**

|  |  |
| --- | --- |
| Белки (г): | 1,4 |
| Жиры (г): | 0,4 |
| Углеводы (г): | 22,8 |
| Эн.ценность(ккал): | 100,4 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 34 |
| Mg (мг): | 12 |
| Fe (мг): | 0,6 |
| C (мг): | 14,8 |

**Сок виноградный**

|  |  |
| --- | --- |
| Белки (г): | 0,6 |
| Жиры (г): | 0,4 |
| Углеводы (г): | 32,6 |
| Эн.ценность(ккал): | 136,4 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca (мг): | 40 |
| Mg (мг): | 14 |
| Fe (мг): | 0,8 |
| C (мг): | 4 |

**Технология приготовления.**

Сок, выпускаемый промышленностью, разливают в стаканы непосредственно перед отпуском

**Требования к качеству:**Внешний вид: сок налит в стакан. Консистенция: жидкая

Цвет: соответствует соку. Вкус: соответствует соку. Запах: соответствует соку.