

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №45** *Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из белокочанной капусты с морковью.*

*Номер рецептуры:45.*

*Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов-Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред.М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.-М.:Дели плюс, 2015*

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
		1 порц		100 порц
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Капуста белокочанная свежая	98,6	78,9	9,860	7,890
<i>Масса прогретой капусты</i>	-	71	-	7,100
Морковь	12,5	10	1,250	1,000
Кислота лимонная	0,3	0,3	30	30
Вода кипячёная	9,7	9,7	970	970
Сахар	5	5	500	500
Масло растительное	5	5	500	500
<i>Выход</i>	-	100	-	10,000

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):1,31	Ca (мг): 24,97
Жиры (г):3,25	Mg (мг): 15,09
Углеводы (г):6,50	Fe (мг): 0,47
Эн. ценность (ккал):60,40	C (мг): 17,01

**Технология приготовления:**

Лимонную кислоту растворяют в воде. Капусту шинкуют, добавляют соль (15 г на 1 кг), раствор лимонной кислоты и нагревают при непрерывном помешивании.

*! Не следует перегревать капусту, так как она будет мягкой.*

Прогретую капусту охлаждают, смешивают с нашинкованной морковью, нарезанной соломкой, добавляют сахар и растительное масло.

Требования к качеству:

Внешний вид: капуста и морковь, нарезанные тонкой соломкой. Салат заправлен раствором лимонной кислоты, растительным маслом.

Консистенция: овощей – хрустящая, не жёсткая, сочная.

Цвет: свойственный входящим в салат продуктам.

Вкус: приятно-кисловатый со слегка ощутимой сладостью, умеренно солёный, без горечи. Запах: свежей белокочанной капусты и смеси с заправкой.

## Технологическая карта кулинарного изделия(блюда) № 295

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Котлета, рубленная из птицы.**

Номер рецептуры: 295.

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов-Сборник рецептур**

на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Мозильного и В.А. Тутельяна.-М.: Дели плюс, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
		1 котлету		100 порц
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Мясо птицы	85	35	8,5	3,5
Хлеб пшеничный	8	8	0,8	0,8
Молоко или вода	12	12	1,2	1,2
Внутренний жир	2	2	0,2	0,2
Сухари	5	5	0,5	0,5
Масса п\ф	-	59	-	5,9
Масло растительное	3	3	0,3	0,3
Масса жареных котлет	-	50	-	5,0
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Выход с маслом	-	55	-	5,5

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (2 котлеты)

Белки (г):15,30
Жиры (г):29,40
Углеводы (г):15,46
Эн. ценность (ккал):388,0

Ca (мг): 55,54
Mg (мг):20,80
Fe (мг):1,42
C (мг): 1,04

### Технология приготовления:

Мясо птицы нарезают на кусочки и пропускают через мясорубку с внутренним жиром, соединяют с замоченным в молоке или воде хлебом, кладут соль, хорошо перемешивают, пропускают через мясорубку и выбивают. Готовую котлетную массу порционируют, панируют в сухарях. Формуют котлеты, затем обжаривают с обеих сторон и доводят до готовности в жарочном шкафу.

#### Требования к качеству:

Внешний вид: изделие овально-приплюснутой формы с одним заостренным концом, поверхность равномерно обжаренная.

Консистенция: сочная, мягкая.

Цвет: корочки – коричневый, на разрезе серый. Вкус:

мяса жареной птицы, умеренно соленый.

Запах: жареного мяса птицы (данного вида), приятный.

### Салат из моркови с яблоками

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из моркови с яблоками. Номер рецептуры:59.

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов-Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред.М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.-М.:Дели плюс, 2015**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
		1 порц		100 порц
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Морковь	93,8	75	9,380	7,500
Яблоки свежие	35,7	25	3,570	2,500
Сахар	1	1	100	100
<i>Выход</i>	-	100	-	10,000

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):1,06	Ca (мг): 23,99
Жиры (г):0,17	Mg (мг): 30,39
Углеводы (г):8,52	Fe (мг): 1,07
Эн. ценность (ккал):39,90	C (мг):4,38

Технология приготовления:

Сырую очищенную морковь нарезают соломкой. Очищенные яблоки с удалённым семенным гнездом нарезают тонким ломтиками. Морковь соединяют с яблоками, добавляют сахар.

Требования к качеству:

Внешний вид: морковь, нарезанная соломкой, яблоки - ломтиками. Салат уложен горкой. Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: оранжевый.

Вкус: умеренно солёный, свойственный моркови, яблокам. Запах: моркови, яблок



**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №54 Салат из свеклы отварной с яблоками**

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из свеклы отварной с яблоками

Номер рецептуры: 54.

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
		1 порц		100 порц
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Свекла отварная	85,6	67,0 <sup>1</sup>	8,56	6,70
Масло растительное	6	6	0,6	0,6
Яблоки свежие	35,7	25,0	3,57	2,50
Сахар	3	3	0,3	0,3
Выход	-	100	-	10

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

Белки (г): 1,09
Жиры (г): 6,08
Углеводы (г): 11,2
Эн. ценность (ккал): 103,9

Ca (мг): 29,27
Mg (мг): 16,83
Fe (мг): 1,48
C (мг): 6,44

<sup>1</sup> Масса вареной очищенной свеклы**Технология приготовления:**

Подготовленную свеклу отваривают, затем очищают и измельчают на овощерезке.

Добавляют нарезанные соломкой яблоки, очищенные с удаленным семенным гнездом, сахар.

При отпуске салат заправляют маслом растительным Требования к качеству:Внешний вид: свекла и яблоки мелко измельчены. Салат уложен горкой, заправлен маслом растительным  
Консистенция: мягкая, сочная  
Цвет: темно-малиновый

Вкус: умеренно-соленый, свойственный свекле и яблокам

Запах: свеклы и яблок

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

Наименование кулинарного изделия (блюда): **ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ**

Номер рецептуры: 286

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

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

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Mg	P	Fe	В1	C	A
60/60	8,87	9,83	11,71	171,00	43,90	21,60	106,7	0,96	0,06	0,85	39,00
80/80	11,78	12,91	14,90	223,00	57,80	28,40	141,40	1,27	0,07	1,13	51,00

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

Требования к качеству:

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

*Консистенция:* сочная, в меру плотная тефтелей - светло-коричневый, соуса – кремово-белый  
в меру соленый, свойственный тушеному в соусе мясу  
свойственный входящим в рецептуру продуктам

**ФРИКАДЕЛЬКИ В ТОМАТНО-СМЕТАННОМ СОУСЕ**

Номер рецептуры: 288/355

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина (котлетное мясо)	57	51,8	76	69,1
Хлеб пшеничный	12	12	16	16
Молоко	16,5	16,5	22	22
Лук репчатый	7,5	7,2	10	8,1
Мука пшеничная	7,5	7,5	10	10
Масса п/ф	-	97,5	-	130
Масса готовых изделий	-	75	-	100
<b>Соус сметанный с томатом, № 355</b>	-	<b>75</b>	-	<b>100</b>
Бульон или вода	56,3	56,3	75	75
Сметана	18,8	18,8	18,8	18,8
Мука пшеничная	5,6	5,6	7,4	7,4
Томатное пюре	7,5	7,5	10	10
<b>ВЫХОД:</b>	<b>75/75</b>		<b>100/100</b>	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
75/75	10,51	11,78	13,75	202,50	34,02	25,85	119,38	1,07	0,07	0,97	47,91
100/100	13,98	15,67	18,29	269,33	45,25	34,38	158,78	1,42	0,09	1,29	63,72

**Технология приготовления:**

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

Отпускают с соусом, в котором тушились фрикадельки.

**Требования к качеству:**

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



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

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

Номер рецептуры: 321

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

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

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Эн. цен- ность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	В1	C	A
150	2,29	11,00	14,44	166,00	23,90	27,80	61,80	0,98	0,07	8,67	31,00
180	2,75	13,20	17,33	199,20	28,68	33,36	74,16	1,18	0,08	10,4	37,20

**Технология приготовления:**

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

**Требования к качеству:**

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

Наименование кулинарного изделия (блюда): **САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ**

Номер рецептуры: 33

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

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

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

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
60	0,86	3,65	5,02	56,34	21,09	12,54	24,58	0,80	0,01	5,70	0,00
100	1,43	6,09	8,36	93,9	35,15	20,90	40,97	1,33	0,02	9,50	0,00

#### *Технология приготовления:*

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

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

Свеклу нарезают соломкой, добавляют соль, заправляют растительным маслом.

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

#### *Требования к качеству:*

*Внешний вид:* свекла нарезана мелкой соломкой, салат уложен горкой, заправлен растительным маслом

*Консистенция:* мягкая, сочная

*Цвет:* темно-малиновый

*Вкус:* свойственный свекле и растительному маслу

*Запах:* свеклы и растительного масла



### 307. Фрикадельки мясные

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	1 вариант		2 вариант		3 вариант	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Фрикадельки охлажденные	-	-	-	-	100	100
Говядина (мясо бескостное) охлажденная	76,0	75	76,0	75	-	-
или говядина (мясо бескостное) замороженная	83,3	75	83,3	75	-	-
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	-	-	10	10	-	-
или лук репчатый свежий	-	-	11,9	10	-	-
Хлеб пшеничный	25	25	16	16	-	-
Молоко	21	21	15	15	-	-
или вода	21	21	15	15	-	-
Яйцо	-	-	5	5	-	-
Соль	0,5	0,5	0,5	0,5	-	-
<b>Масса полуфабриката:</b>	-	<b>118</b>	-	<b>118</b>	-	-
<b>Выход:</b>	-	<b>100</b>	-	<b>100</b>	-	<b>100</b>

**По 1 варианту:** Подготовленное мясо нарезают, пропускают через мясорубку вместе с замоченным в молоке или воде хлебом, еще раз пропускают через мясорубку, добавляют соль, тщательно перемешивают, и выбивают. Из готовой котлетной массы формируют изделия в форме шариков, выкладывают в емкость и припускают в воде в течение 20-25 минут на плите или в пароконвектомате. Хранят фрикадельки в бульоне, в котором они припускались.

**По 2 варианту:** Подготовленное мясо нарезают, пропускают через мясорубку вместе с луком репчатым и с замоченным в молоке или воде хлебом, еще раз пропускают через мясорубку, добавляют соль, сырое яйцо, тщательно перемешивают и выбивают. Из готовой котлетной массы формируют изделия в форме шариков, выкладывают в емкость и припускают в воде в течение 20-25 минут на плите или в пароконвектомате. Хранят фрикадельки в бульоне, в котором они припускались.

*Консистенция:* сочная, в меру плотная, однородная

*Цвет:* фрикаделек - светло-коричневый, соуса – кремово-розовый в меру соленый, свойственный тушеному в соусе мясу свойственный входящим в рецептуру продуктам

### 324. Птица, тушенная с сметанным соусе

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
Мясо птицы (бескостное) охлажденное	68,7	68
или мясо птицы (бескостное) замороженное	73,1	68
<b>Масса отварной птицы:</b>	-	<b>50</b>
Масло сливочное	5	5
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	10	10
или морковь столовая свежая	12,5	10,0
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	6,8	6,8
или лук репчатый свежий	8,1	6,8
Сметана	8,8	8,8
Бульон и/или вода	30,0	30,0
Мука пшеничная	2,6	2,6
Соль	0,6	0,6
<b>Масса соуса сметанного с овощами:</b>	-	<b>50</b>
Зелень (петрушка, укроп)	1,3	1
<b>Выход:</b>		<b>100</b>

Подготовленное филе птицы закладывают в горячую воду (2 л на 1 кг продукта), доводят до кипения, снимают образовавшуюся на поверхности пену и варят в закрытой посуде при слабом кипении до готовности, охлаждают. Отварное филе птицы нарезают брусочками. Бульон процеживают. Морковь нарезают соломкой, лук — полукольцами. Овощи по отдельности припускают с добавлением сливочного масла.

*Приготовление соуса:* просеянную пшеничную муку пассеруют при непрерывном

помешивании до светло-желтого цвета, охлажденную муку смешивают с бульоном, затем постепенно вливают в кипящую сметану и помешивая варят 8-10 минут. В соус добавляют подготовленные овощи, доводят до кипения. Готовый соус соединяют с подготовленным филе и тушат в течение 10-15 минут. Перед подачей посыпают подготовленной рубленой зеленью.

### 599. Рагу из мяса птицы (курица)

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	1 вариант		2 вариант		3 вариант	
	Брут-то, г	Нет-то, г	Брут-то, г	Нет-то, г	Брут-то, г	Нет-то, г
Рагу из мяса птицы (курица) охлажденное	-	-	-	-	100	100
Мясо птицы (бескостное) охлажденное	30,3	30	30,3	30	-	-
или мясо птицы (бескостное) замороженное	32,3	30	32,3	30	-	-
Соль	1	1	1	1	-	-
<b>Масса птицы отварной:</b>		<b>25</b>		<b>25</b>	-	-
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	50	50	46,7	46,7	-	-
или картофель свежий продовольственный	66,7	50	62,2	46,7	-	-
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	10	10	10	10	-	-
или морковь столовая свежая	12,5	10	12,5	10	-	-
Томатная паста	1,2	1,2	1,2	1,2	-	-
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	6	6	6	6	-	-
или лук репчатый свежий	7,1	6	7,1	6	-	-
Мука пшеничная	2,7	2,7	5	5	-	-
Масло растительное	2	2	2	2	-	-
Бульон и/или вода	30	30	31	31	-	-
<b>Масса овощей с соусом:</b>		<b>75</b>		<b>75</b>	-	-
<b>Выход готового продукта:</b>		<b>100</b>		<b>100</b>		<b>100</b>

**По 1, 2 варианту:** подготовленное мясо птицы нарезают кубиком весом 15-20 г, закладывают в горячую воду (2 л на 1 кг продукта), доводят до кипения, снимают образовавшуюся на поверхности пену и варят в закрытой посуде при слабом кипении до готовности. Бульон сливают, процеживают. Подготовленные овощи нарезают: картофель – кубиком, морковь – соломкой или кубиком, лук мелко рубят. Измельченную морковь и лук репчатый припускают в течение 5-10 минут в бульоне и/или воде (часть от рецептурной нормы) с добавлением масла растительного и томатной пасты. Пшеничную муку пассеруют при непрерывном помешивании до светло-желтого цвета. В охлажденную муку вливают оставшуюся часть бульона и/или воды, добавляют припущенные овощи и тушат в течение 5 минут. Подготовленные овощи с соусом соединяют с птицей и тушат в закрытой посуде в течение 15-20 минут. **По 3 варианту:** упаковку вскрывают. Перекладывают содержимое в гастроёмкость. Накрывают крышкой. Помещают в прогретое оборудование. Разогревают до температуры 80-85 °С в центре продукта.



## 612. Котлеты рубленые из птицы

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	1 вариант		2 вариант		3 вариант	
	Брут-то, г	Нет-то, г	Брут-то, кг	Нет-то, кг	Брут-то, кг	Нет-то, кг
Котлеты рубленые из птицы (курица) охлажденные	-	-	-	-	100	100
Мясо птицы (бескостное) охлажденное	69,7	69	69,7	69	-	-
или мясо птицы (бескостное) замороженное	74,2	69	74,2	69	-	-
Хлеб из муки пшеничной	17	17	20	20	-	-
Молоко	24	24	24	24	-	-
или вода	24	24	24	24	-	-
Масло сливочное	3	3	-	-	-	-
Соль	0,3	0,3	0,3	0,3	-	-
Сухари панировочные	10	10	-	-	-	-
Мука пшеничная	-	-	5	5	-	-
<b>Масса п/ф:</b>		<b>118</b>		<b>115</b>	-	-
Масло растительное	3	3	2	2	-	-
<b>Выход:</b>		<b>100</b>		<b>100</b>		<b>100</b>

**По 1 варианту:** подготовленное мясо птицы нарезают на кусочки, пропускают через мясорубку вместе с замоченным в молоке или воде хлебом и маслом сливочным, добавляют соль, хорошо перемешивают и выбивают. Из готовой котлетной массы формируют изделия овальной формы, панируют в сухарях, укладывают в емкость, предварительно смазанную маслом растительным, и запекают с двух сторон в жарочном шкафу при температуре 250-280 °С в течение 15-20 минут или в пароконвектомате в режиме «жар-пар» при температуре 180 °С в течение 10-12 минут до готовности.

**По 2 варианту:** подготовленное мясо птицы нарезают на кусочки, пропускают через мясорубку вместе с замоченным в молоке или воде хлебом, добавляют соль, хорошо перемешивают и выбивают. Из готовой котлетной массы формируют изделия овальной формы, обваливают в муке, укладывают в емкость, предварительно смазанную маслом растительным, и запекают с двух сторон в жарочном шкафу при температуре 250-280 °С в течение 15-20 минут или в пароконвектомате в режиме «жар-пар» при температуре 180 °С в течение 10-12 минут до готовности.

### 619. Фрикадельки куриные

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 вариант		2 вариант	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Мясо птицы (бескостное) охлажденное	74,7	74	119,9	118,7
или мясо птицы (бескостное) замороженное	79,6	74	127,6	118,7
Хлеб пшеничный	13	13	-	-
Молоко	23	23	-	-
или вода	23	23	-	-
Яйцо	8	8	-	-
Соль	0,5	0,5	0,5	0,5
<b>Масса полуфабриката:</b>	-	<b>118</b>	-	<b>118</b>
<b>Выход:</b>		<b>100</b>		<b>100</b>

**По 1 варианту:** подготовленное мясо птицы нарезают на кусочки, пропускают через мясорубку. Добавляют замоченный в молоке или воде хлеб, соль и пропускают через мясорубку. Добавляют подготовленное яйцо, хорошо перемешивают и выбивают. Из готовой котлетной массы формируют шарики, массой 35-45 г, отваривают фрикадельки в небольшом количестве воды или в пароконвектомате в режиме «пар» при температуре 90–100 °С в течение 15-20 минут.

**По 2 варианту:** подготовленное мясо птицы нарезают на куски, мелко измельчают на мясорубке, добавляют соль, тщательно перемешивают. Котлетную массу разделяют в виде шариков, отваривают фрикадельки в небольшом количестве воды или в пароконвектомате в режиме «пар» при температуре 90–100 °С в течение 15-20 минут.

Режимы тепловой обработки могут быть изменены в зависимости от используемого теплового оборудования, а также при использовании стандартного сырья других кондиций или способов промышленной обработки, отличающихся от предусмотренных в рецептуре.

## 598. Биточки рубленые куриные С Т Н

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 вариант		2 вариант	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Биточки рубленые куриные охлажденные	-	-	100	100
Мясо птицы (бескостное) охлажденное	69,7	69	-	-
или мясо птицы (бескостное) замороженное	74,2	69	-	-
Хлеб из муки пшеничной	20	20	-	-
Молоко или вода	24	24	-	-
Соль	0,3	0,3	-	-
Мука пшеничная	5	5		
<b>Масса полуфабриката:</b>		<b>115</b>	-	-
Масло растительное	2	2	-	-
<b>Выход:</b>		<b>100</b>		<b>100</b>

**По 1 варианту:** подготовленное мясо птицы нарезают на кусочки, пропускают через мясорубку вместе с замоченным в молоке или воде хлебом, добавляют соль, тщательно перемешивают и выбивают. Из готовой котлетной массы формируют биточки кругло-приплюснутой формы, обваливают в муке, выкладывают на смазанный маслом растительным противень (гастроёмкость), запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280 °С в течение 15-20 минут или в пароконвектомате при температуре 180 °С в режиме «жар-пар» в течение 10-12 минут до готовности.

**По 2 варианту:** упаковку вскрывают. Перекладывают содержимое в гастроёмкость, накрывают крышкой. Помещают в прогретое оборудование. Разогревают до температуры 80-85 °С в центре продукта.



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

Номер рецептуры: 436

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах/ под ред. В.Т.Лапшиной. – М.:

«Хлебпродинформ», 2004, с. 345

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

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	В1	C	A
50/100	17,21	4,67	13,72	165,63	19,44	41,06	210,63	2,52	0,13	5,61	15,00
80/160	27,53	7,47	21,95	265,00	31,10	65,70	337,00	4,03	0,21	8,97	24,00

Технология приготовления:

Мясо нарезают по 2-4 куску 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 мяса от светло-коричневого до коричневого

в меру соленый, мясной свойственный входящим в рецептуру продуктам

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

Требования к качеству:

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

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

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

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

свойственный входящим в блюдо

продуктам Наименование

кулинарного изделия (блюда):

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

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

Номер рецептуры: 321

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

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

**Химический состав данного блюда**

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Эн. цен- ность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	В1	C	A
150	2,29	11,00	14,44	166,00	23,90	27,80	61,80	0,98	0,07	8,67	31,00
180	2,75	13,20	17,33	199,20	28,68	33,36	74,16	1,18	0,08	10,4	37,20



Наименование кулинарного изделия (блюда):  
ФРИКАДЕЛЬКИ В ТОМАТНО-СМЕТАННОМ СОУСЕ

Номер рецептуры: 288/355

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина (котлетное мясо)	57	51,8	76	69,1
Хлеб пшеничный	12	12	16	16
Молоко	16,5	16,5	22	22
Лук репчатый	7,5	7,2	10	8,1
Мука пшеничная	7,5	7,5	10	10
<i>Масса п/ф</i>	-	97,5	-	130
<i>Масса готовых изделий</i>	-	75	-	100
<b>Соус сметанный с томатом, № 355</b>	-	<b>75</b>	-	<b>100</b>
Бульон или вода	56,3	56,3	75	75
Сметана	18,8	18,8	18,8	18,8
Мука пшеничная	5,6	5,6	7,4	7,4
Томатное пюре	7,5	7,5	10	10
<b>ВЫХОД:</b>	75/75		100/100	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
75/75	10,51	11,78	13,75	202,50	34,02	25,85	119,38	1,07	0,07	0,97	47,91
100/100	13,98	15,67	18,29	269,33	45,25	34,38	158,78	1,42	0,09	1,29	63,72

*Технология приготовления:*

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

Отпускают с соусом, в котором тушились фрикадельки.

*Требования к качеству:*

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

*Консистенция:* сочная, в меру плотная, однородная

*Цвет:* фрикаделек - светло-коричневый, соуса – кремово-розовый в меру соленый, свойственный тушеному в соусе мясу свойственный входящим в рецептуру продуктам

Наименование кулинарного изделия (блюда): *Тефтели мясные паровые. Номер рецептуры: 278.*

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
		1 порц		100 порц
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Говядина (котлетное мясо)	52	38	5,2	3,8
Хлеб пшеничный	8	8	0,8	0,8
Вода	12	12	1,2	1,2
Лук репчатый	24	20	2,4	2,0
Масло растительное	3	3	0,3	0,3
<i>Масса пассированного лука</i>	-	10	-	1
Мука пшеничная	4	4	0,4	0,4
<i>Масса полуфабриката</i>	-	71	-	7,1
Масло растительное	3	3	0,3	0,3
<i>Масса готовых тефтелей</i>	-	60	-	6,0
Соус № 331:		50		5,0
Сметана	12,5	12,5	1,25	1,25
Мука пшеничная	3,75	3,75	0,38	0,38
Вода	37,5	37,5	3,75	3,75
Томатное пюре	5	5	0,5	0,5
<i>Выход:</i>				
<i>Выход:</i>	-	110		11,0

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

Белки (г):7,83	Ca (мг):27,95
Жиры (г):8,75	Mg (мг):18,33
Углеводы (г):10,25	Fe (мг):0,87
Эн. ценность (ккал):151	C (мг):0,72

#### Технология приготовления:

В котлетную массу добавляют измельченный слегка пассированный или припущенный репчатый лук (можно добавить зелёный лук), перемешивают и формируют в виде шариков по 3-4 шт. на порцию, панируют в муке, обжаривают, перекладывают в неглубокую посуду в 1-2 ряда, заливают соусом, в который добавляют 10-20 г воды и тушат 8-10 мин.

Соус: томатное пюре уваривают до половины первоначального объёма, соединяют с соусом сметанным. Соус проваривают, процеживают и доводят до кипения.

Отпускают тефтели с гарниром и соусом, в котором они тушились. **Требования к качеству:**

Внешний вид: тефтели в виде шариков с равномерной (без трещин) мягкой корочкой, пропитаны соусом, сбоку уложен гарнир.

Консистенция: тефтелей-в меру плотная, сочная, однородная.

Цвет: тефтелей-коричневый, соус-светло-коричневый.

Вкус: тушёного мяса в соусе, умеренно солёный.

Запах: тушёного мяса с ароматом лука.

Наименование кулинарного изделия (блюда): **СУП С РЫБНЫМИ  
КОНСЕРВАМИ**

Номер рецептуры: 87

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Консервы рыбные в собственном соку	32	32	40	40
Картофель молодой до 1 сент.	70	56	87,5	70
***с 1 сентября по 31 октября	74,7	56	93,3	70
***с 1 ноября до 31 декабря	80	56	100	70
***с 1 января по 28-29 февраля	86,2	56	107,7	70
***с 1 марта	93,3	56	116,7	70
Морковь до 1 января	16	13	20,3	16,25
***с 1 января	17,3	13	21,7	16,25
Лук репчатый	7,6	6	9,5	7,5
Крупа рисовая	4	4	5	5
Масло сливочное	3	3	3,8	3,8
Вода	160	160	200	200
				0
<b>ВЫХОД:</b>	200		200	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамин	
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ккал	Ca	Mg	P	Fe	В1	C
200	6,89	6,72	11,47	133,80	36,24	37,88	141,22	1,01	0,08	7,29
250	8,61	8,40	14,34	167,25	45,30	47,35	176,53	1,26	0,10	9,11



## 626. Картофель тушеный

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	1 вариант		2 вариант		3 вариант	
	Брут-то, г	Нет-то, г	Брут-то, г	Нет-то, г	Брут-то, г	Нет-то, г
Картофель тушеный охлажденный	-	-	-	-	100	100
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	92	92	85	85	-	-
или картофель свежий продовольственный	122,7	92	113,3	85	-	-
Морковь свежая очищенная полуфабрикат	4	4	10	10	-	-
или морковь свежая продовольственная	5	4	12,5	10	-	-
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	4	4	16	16	-	-
или лук репчатый свежий	4,8	4	19	16	-	-
Томатная паста	-	-	1,5	1,5	-	-
Масло растительное	5,6	5,6	-	-	-	-
Масло сливочное	-	-	3	3	-	-
<b>Соус сметанный</b>						
Сметана	5	5	-	-	-	-
Мука пшеничная	1,5	1,5	-	-	-	-
Вода	15	15	10	10	-	-
Соль	0,5	0,5	0,5	0,5	-	-
<b>Масса готового соуса</b>		<b>20</b>	-	-	-	-
<b>Выход:</b>		<b>100</b>		<b>100</b>		<b>100</b>

**По 1 варианту:** подготовленные овощи нарезают: картофель, лук репчатый и морковь – кубиком. Измельченную морковь и картофель запекают до полуготовности в жарочном шкафу в течение 15-20 минут. Измельченный лук репчатый пассеруют в течение 10-15 минут с добавлением растительного масла. К запеченному картофелю с морковью добавляют пассерованный лук репчатый, соус сметанный и тушат до готовности.

**Приготовление соуса:** сметану доводят до кипения. Муку пшеничную подсушивают на сковороде до образования светло-кремового цвета. В охлажденную до 60-70 °С подсушенную муку вводят воду (часть от рецептурной нормы) и перемешивают, добавляют прокипяченную сметану, соль, кипятят 3-5 минут, процеживают и доводят до кипения.

**По 2 варианту:** подготовленные овощи нарезают: картофель – кубиками, лук репчатый и морковь – соломкой. Картофель тушат в подсоленной воде до полу- готовности. Измельченный лук репчатый и морковь припускают с добавлением томатной пасты и масла сливочного. Припущенные овощи добавляют к картофелю и тушат при закрытой крышке до готовности.

## 245. Котлета натуральная рубленая в булочке пшеничной («Гамбургер школьный»)

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 вариант		2 вариант	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Булочка пшеничная без кунжута	45,5	45,5	45,5	45,5
Котлета для гамбургера охлажденная	-	-	45,5	45,5
Говядина (мясо бескостное) охлажденная	52,3	51,5	-	-
или говядина (мясо бескостное) замороженная	57,2	51,5	-	-
Вода	4,3	4,3	-	-
Соль	0,5	0,5	-	-
Масло растительное	4,3	4,3	-	-
Мука пшеничная	5	5		
<b>Масса готовой котлеты:</b>		45,5	-	45,5
Соус томатный кисло-сладкий	9	9	9	9
<b>Выход:</b>		<b>100</b>		<b>100</b>

**По 1 варианту:** Подготовленное мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку два раза, добавляют соль и воду, тщательно перемешивают и хорошо выбивают. Формуют изделия кругло-приплюснутой формы, панируют в муке. Сформованные котлеты укладывают в емкость, предварительно смазанную маслом растительным. Запекают в жарочном шкафу с двух сторон при температуре 250-280 °С в течение 15-20 минут или в пароконвектомате при температуре 180 °С в течение 10-12 минут, до готовности. Булочку разрезают на две части. При использовании булочки промышленного производства булочку предварительно разогревают в толще продукта до 40 °С или подготавливают в соответствии с рекомендациями производителя. Нижнюю часть булочки смазывают соусом томатным, кладут котлету и накрывают второй половинкой булочки.

**По 2 варианту:** Упаковку с котлетами аккуратно вскрывают. Перекладывают содержимое в один ряд в гастроемкость. Помещают в прогретое оборудование. Разогревают до температуры 80-85 °С в центре продукта. Булочку разрезают на две части. При использовании булочки промышленного производства булочку разогревают в толще продукта до 40 °С или подготавливают в соответствии с рекомендациями производителя. Нижнюю часть булочки смазывают соусом томатным, кладут котлету и накрывают второй половинкой булочки.

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Чай с сахаром.**

Номер рецептуры: 376.

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
		1 порц		100 порц
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Чай-заварка	50	50	5,000	5,000
№ 375				
Чай высшего или 1 сорта	2	2	0,200	0,200
Вода	216	216	21,600	21,600
Выход:	-	200	-	20,000
Сахар	15	15	1,500	1,500
Вода	150	150	15,000	15,000
Выход:	-	200/15	-	20,000/1,500

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г): 0,07	Ca (мг): 11,1
Жиры (г): 0,02	Mg (мг): 1,4
Углеводы (г): 15,0	Fe (мг): 0,28
Эн. ценность (ккал): 60,00	C (мг): 0,03

Технология приготовления:

Чайник ополаскивают кипятком, кладут в него чай по норме на определенное количество порций и заливают его свежеприготовленным кипятком на 1/3 объема чайника. Настаивают 5-10 мин. и доливают кипятком

На порцию чая (200 мл.) расходуют 50 мл. заварки, что равноценно 0,5 г сухого чая. Требования к качеству:

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

Консистенция: жидкая.

Цвет: золотисто-коричневый.

Вкус: чуть терпкий.

Запах: свойственный чаю.

Стакан или чашку наливают заварку чая и доливают кипятком. Сахар кладут в стакан или чашку, либо подают отдельно.

Требования к качеству:

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

Консистенция: жидкая.

Цвет: золотисто-коричневый.

Вкус: сладкий, чуть терпкий.

Запах: свойственный чаю.