

## Технологическая карта блюда № 1

Наименование блюда: **Огурец долькой**

Номер рецептуры: 54-2з-2020

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей школьного возраста», Издательство, Новосибирск, 2021.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Огурцы свежие	63/105	60/100	6,3/10,5	6,0/10,0
<b>Выход</b>	-	<b>60/100</b>	-	<b>6,0/10,0</b>

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

<b>Белки (г):</b>	2,4	<b>Ca (мг):</b>	24,57	<b>K (мг):</b>	11,58	<b>B1</b>		<b>C</b>	0,2
<b>Жиры (г):</b>		<b>Mg (мг):</b>	1,2	<b>I (мг):</b>	0,001	<b>B2</b>	0,03,		
<b>Углеводы (г):</b>	4,2	<b>Fe (мг):</b>	0,41	<b>Se (мг):</b>	0,009	<b>A</b>	24,7		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	89	<b>P (мг):</b>	19,38	<b>F (мг):</b>	0,33	<b>D</b>			

**Технология приготовления:**

Свежие огурцы перебирают, замачивают в 10% растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут небольшими партиями с использованием дуршлагов и сеток. У огурцов отрезают кончики с частью мякоти, затем нарезают на ломтики или дольки и раскладывают по тарелкам.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

## Технологическая карта блюда № 2

Наименование блюда: **Помидор долькой**

Номер рецептуры: 54-3з-2020

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей школьного возраста», Издательство, Новосибирск, 2021.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Помидоры свежие	68/114	60/100	6,8/11,4	6,0/10,0
<b>Выход</b>	-	<b>60/100</b>	-	<b>6,0/10,0</b>

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

<b>Белки (г):</b>	1,02	<b>Ca (мг):</b>	25,84	<b>K (мг):</b>	96	<b>B1</b>		<b>C</b>	5,11
<b>Жиры (г):</b>	3,64	<b>Mg (мг):</b>	4,93	<b>I (мг):</b>		<b>B2</b>	0,0003		
<b>Углеводы (г):</b>	5,64	<b>Fe (мг):</b>		<b>Se (мг):</b>		<b>A</b>	1,14		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	50,76	<b>P (мг):</b>		<b>F (мг):</b>		<b>D</b>			

**Технология приготовления:**

Свежие помидоры перебирают, замачивают в 10% растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут небольшими партиями с использованием дуршлагов и сеток. У помидор вырезают место прикрепления плодоножки, затем нарезают на дольки и раскладывают по тарелкам.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

### Технологическая карта блюда № 3

**Наименование блюда:** икра морковная или свекольная

**Номер рецептуры:** 129

**Наименование сборника рецептов:** «Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений», Пермь, 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Морковь свежая	57/95	45/75	5,7/9,5	4,5/7,5
Или свекла свежая	58/97	45/75	5,8/9,7	4,5/7,5
Лук репчатый	12/20	10,5/17,5	1,2/2,0	1,05/1,75
Томатное пюре	16,5/27,5	16,5/27,5	1,65/2,75	1,65/2,75
Масло растительное	4,5/7,5	4,5/7,5	0,45/0,75	0,45/0,75
Сахар	0,75/1,25	0,75/1,25	0,075/0,125	0,075/0,125
<b>Выход</b>	-	<b>60/100</b>	-	<b>6,0/10,0</b>

#### Химический состав на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	1,65	<b>Ca (мг):</b>	21	<b>K (мг):</b>	11,6	<b>B1</b>	0,012	<b>C</b>	3,8
<b>Жиры (г):</b>	0,3	<b>Mg (мг):</b>	30	<b>I (мг):</b>		<b>B2</b>	0,003		
<b>Углеводы (г):</b>	5,7	<b>Fe (мг):</b>	1,35	<b>Se (мг):</b>	0,0003	<b>A</b>	1,2		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	84,5	<b>P (мг):</b>	14,6	<b>F (мг):</b>	0,011	<b>D</b>			

#### Технология приготовления:

Морковь или свеклу отваривают, очищают от кожицы и измельчают. Лук репчатый шинкуют и пассеруют, в конце пассерования добавляют томатное пюре. Измельченные овощи соединяют с пассерованным луком, добавляют сахар, соль, лавровый лист, прогревают на плите на медленном огне 10 минут, помешивая и охлаждают.

**Технолог:**

**Михайлик Н.Н.**

#### Технологическая карта блюда № 4

**Наименование блюда:** маринад овощной с томатом (из моркови)

**Номер рецептуры:** 612

**Наименование сборника рецептов:** «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Морковь	45/75	36/60	4,5/7,5	3,6/6,0
Лук репчатый	11/18	9/15	1,1/1,8	0,9/1,5
Масло растительное	6/10	6/10	0,6/1,0	0,6/1,0
Томатная паста	9/15	9/15	0,9/1,5	0,9/1,5
Сахар	2/3	2/3	0,2/0,3	0,2/0,3
Вода	7/12	7/12	0,7/1,2	0,7/1,2
<b>Выход</b>	-	<b>60/100</b>	-	<b>6,0/10,0</b>

#### Химический состав на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	0,8	<b>Ca (мг):</b>	16,78	<b>K (мг):</b>	29,3	<b>B1</b>	0,003	<b>C</b>	0,05
<b>Жиры (г):</b>	2,6	<b>Mg (мг):</b>	9,11	<b>I (мг):</b>	0,0001	<b>B2</b>	0,003		
<b>Углеводы (г):</b>	6,9	<b>Fe (мг):</b>	0,04	<b>Se (мг):</b>	0,00004	<b>A</b>	7,7		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	85,36	<b>P (мг):</b>	20,8	<b>F (мг):</b>	0,011	<b>D</b>			

#### Технология приготовления:

Овощи нарезают соломкой, пассеруют на масле растительном, затем добавляют томатное пюре и пассеруют еще 7-10 минут. После этого вводят воду и кипятят 15-20 минут. В конце варки добавляют лавровый лист, соль, сахар.

**Технолог:**

**Михайлик Н.Н.**

### Технологическая карта блюда № 5

**Наименование блюда:** свекла отварная с маслом растительным

**Номер рецептуры:** 50

**Наименование сборника рецептур:** «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Свекла	75/125	56/94	7,5/12,5	5,6/9,4
Масло растительное	6/10	6/10	0,6/1,0	0,6/1,0
<b>Выход</b>	-	<b>60/100</b>	-	<b>6,0/10,0</b>

#### Химический состав на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	1,02	<b>Ca (мг):</b>	25,84	<b>K (мг):</b>	96	<b>B1</b>	0,001	<b>C</b>	5,11
<b>Жиры (г):</b>	3,64	<b>Mg (мг):</b>	4,93	<b>I (мг):</b>		<b>B2</b>	0,0003		
<b>Углеводы (г):</b>	5,64	<b>Fe (мг):</b>		<b>Se (мг):</b>		<b>A</b>	1,14		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	90,76	<b>P (мг):</b>		<b>F (мг):</b>		<b>D</b>			

#### Технология приготовления:

Свеклу варят в кожуре, очищают и режут соломкой. Заправляют растительным маслом.

**Технолог:**

**Михайлик Н.Н.**

## Технологическая карта блюда № 6

Наименование блюда: **суп картофельный с крупой**

Номер рецептуры: **138**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Картофель	100	75	10,0	7,5
Гречневая крупа	10	10	1,0	1,0
Морковь	13	10	1,3	1,0
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Бульон или вода	190	190	19,0	19,0
<b>Выход:</b>	-	<b>250</b>	-	<b>25,0</b>

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

<b>Белки (г):</b>	5,25	<b>Ca (мг):</b>	58,6	<b>K (мг):</b>	12,3	<b>B1</b>	0,007	<b>C</b>	0,7
<b>Жиры (г):</b>	6,5	<b>Mg (мг):</b>	15,93	<b>I (мг):</b>		<b>B2</b>	0,01		
<b>Углеводы (г):</b>	7,5	<b>Fe (мг):</b>	1,67	<b>Se (мг):</b>		<b>A</b>	32,5		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	186	<b>P (мг):</b>	19,25	<b>F (мг):</b>		<b>D</b>			

### Технология приготовления:

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

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, картофель, пассерованные овощи и варят до готовности. За 5-10 минут до окончания варки кладут соль. Крупу гречневую кладут в бульон одновременно с пассерованными овощами.

Температура подачи 75°C.

Технолог:

Михайлик Н.Н.

## Технологическая карта блюда № 7

Наименование блюда: **борщ с капустой и картофелем с мясом и сметаной**

Номер рецептуры: **110**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Свекла	50	40	5,0	4,0
Капуста свежая	25	20	2,5	2,0
Картофель	27	20	2,7	2,0
Морковь	13	10	1,3	1,0
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Томатное пюре	8	8	0,8	0,8
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Сахар	3	3	0,3	0,3
Лимонная кислота	0,14	0,14	0,014	0,014
Бульон или вода	200	200	20,0	20,0
<b>Выход:</b>	-	<b>250</b>	-	<b>25,0</b>
Со сметаной	-	<b>250/10</b>	-	<b>25,0/1,0</b>

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

<b>Белки (г):</b>	6	<b>Ca (мг):</b>	46,83	<b>K (мг):</b>	63,3	<b>B1</b>	0,03	<b>C</b>	0,22
<b>Жиры (г):</b>	3,75	<b>Mg (мг):</b>	3,87	<b>I (мг):</b>	0,005	<b>B2</b>	0,0001		
<b>Углеводы (г):</b>	8,75	<b>Fe (мг):</b>	0,15	<b>Se (мг):</b>	0,0002	<b>A</b>	12		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	199	<b>P (мг):</b>	75,75	<b>F (мг):</b>	0,158	<b>D</b>	0,2		

### Технология приготовления:

В кипящий бульон или воду закладывают, нашинкованную свежую капусту, доводят до кипения, затем добавляют нарезанный брусочками картофель, варят 10-15 минут, кладут пассированные овощи, тушеную или вареную свеклу и варят борщ до готовности. За 5-10 минут до окончания варки добавляют соль, сахар, специи и прокипяченную сметану и кипятят 5-7 минут.

Температура подачи 75°C.

Технолог:

Михайлик Н.Н.

## Технологическая карта блюда № 8

Наименование блюда: **суп картофельный с бобовыми и курицей**

Номер рецептуры: **139**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Картофель	67	50	6,7	5,0
Фасоль, или горох лущеный	20	20	2,0	2,0
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Морковь	13	10	1,3	1,0
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Бульон или вода	180	180	18,0	18,0
<b>Выход</b>	-	<b>250</b>	-	<b>25,0</b>
С курицей отварной Рецептура № 487	-	250/30	-	25,0/3,0

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

<b>Белки (г):</b>	2,25	<b>Ca (мг):</b>	17,5	<b>K (мг):</b>	46,3	<b>B1</b>	0,001	<b>C</b>	3,3
<b>Жиры (г):</b>	5,25	<b>Mg (мг):</b>	6,75	<b>I (мг):</b>	0,001	<b>B2</b>	0,008		
<b>Углеводы (г):</b>	18	<b>Fe (мг):</b>	1,04	<b>Se (мг):</b>		<b>A</b>	125,5		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	185	<b>P (мг):</b>	16,75	<b>F (мг):</b>		<b>D</b>	0,022		

### Технология приготовления:

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

Подготовленные фасоль (горох) кладут в бульон или воду, доводят до кипения, добавляют картофель, пассерованные морковь, лук и варят до готовности.

Добавляют нарезанное филе отварной курицы и подвергают вторичному кипячению в течение 5-7 минут.

Температура подачи 75°C.

Технолог:

Михайлик Н.Н.



## Технологическая карта блюда № 9

Наименование блюда: суп картофельный с крупой и рыбой отварной

Номер рецептуры: 138

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Картофель	100	75	10,0	7,5
Рис или перловка	5	5	0,5	0,5
Морковь	13	10	1,3	1,0
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Масло сливочное	3	2	0,3	0,2
Бульон или вода	190	190	19,0	19,0
Рыба отварная	-	25	-	2,5
<b>Выход:</b>	-	<b>250/25</b>	-	<b>25,0/2,5</b>

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

<b>Белки (г):</b>	6	<b>Ca (мг):</b>	21,62	<b>K (мг):</b>	37,5	<b>B1</b>	0,03	<b>C</b>	0,2
<b>Жиры (г):</b>	3	<b>Mg (мг):</b>	22,5	<b>I (мг):</b>	0,01	<b>B2</b>	0,02		
<b>Углеводы (г):</b>	4,25	<b>Fe (мг):</b>	0,6	<b>Se (мг):</b>	0,03	<b>A</b>	33		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	168,8	<b>P (мг):</b>	35	<b>F (мг):</b>	1,35	<b>D</b>			

### Технология приготовления:

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

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, картофель, пассерованные овощи и варят до готовности. За 5-10 минут до окончания варки кладут соль и нарезанную отварную рыбу. Крупу рисовую кладут в бульон одновременно с пассерованными овощами.

Температура подачи 75°C.

Технолог:

Михайлик Н.Н

### Технологическая карта блюда № 10

**Наименование блюда:** Рассольник «Ленинградский» со сметаной

**Номер рецептуры:** 132

**Наименование сборника рецептов:** «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Картофель	120	90	12,0	9,0
Крупа перловая или рисовая	5	5	0,5	0,5
Морковь	13	10	1,3	1,0
Лук репчатый	7	5	0,7	0,5
Огурцы соленые	17	15	1,7	1,5
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Бульон или вода	190	190	19,0	19,0
Сметана	-	10	-	1,0
<b>Выход</b>	-	<b>250/10</b>	-	<b>25,0/1,0</b>

#### Химический состав на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	6,25	<b>Ca (мг):</b>	62,07	<b>K (мг):</b>	14,22	<b>B1</b>	0,007	<b>C</b>	0,85
<b>Жиры (г):</b>	3	<b>Mg (мг):</b>	6,22	<b>I (мг):</b>	0,005	<b>B2</b>	0,12		
<b>Углеводы (г):</b>	15,75	<b>Fe (мг):</b>	1,6	<b>Se (мг):</b>	0,005	<b>A</b>	138,25		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	184	<b>P (мг):</b>	33	<b>F (мг):</b>	0,61	<b>D</b>	0,005		

#### Технология приготовления:

В кипящий бульон или воду кладут картофель, доводят до кипения, кладут подготовленную крупу, через 10 минут добавляют пассерованные морковь и лук, а через 5-10 минут вводят припущенные огурцы, в конце варки кладут соль, прокипяченную сметану и вновь кипятят 5-7 минут.

Температура подачи блюда 65<sup>0</sup>С.

**Технолог:**

**Михайлик Н.Н.**

## Технологическая карта блюда № 11

Наименование блюда: **щи из свежей капусты с картофелем**

Номер рецептуры: **124**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Капуста свежая	63	50	6,3	5,0
Картофель	40	30	4,0	3,0
Морковь	13	10	1,3	1,0
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Томатное пюре	3	3	0,3	0,3
Бульон или вода	200	200	20,0	20,0
<b>Выход</b>	-	<b>250</b>	-	<b>25,0</b>
Со сметаной	-	250/10	-	25,0/1,0

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

<b>Белки (г):</b>	6,25	<b>Ca (мг):</b>	7,72	<b>K (мг):</b>	16,3	<b>B1</b>	0,003	<b>C</b>	0,2
<b>Жиры (г):</b>	3	<b>Mg (мг):</b>	4,27	<b>I (мг):</b>	0,005	<b>B2</b>	0,04		
<b>Углеводы (г):</b>	14,75	<b>Fe (мг):</b>	1,56	<b>Se (мг):</b>		<b>A</b>	13,8		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	189	<b>P (мг):</b>	13,75	<b>F (мг):</b>	0,3	<b>D</b>	0,015		

### Технология приготовления:

В кипящий бульон или воду кладут картофель, доводят до кипения и варят до полуготовности. Затем добавляют капусту тушеную с томатным пюре и варят с момента закипания 15-20 минут, добавляют пассерованные овощи и доводят до готовности. Щи можно готовить и без томатного пюре.

Добавляют прокипяченную сметану и подвергают вторичному кипячению в течение 5-7 минут.

Температура подачи 75°С.

Технолог:

Михайлик Н.Н.

## Технологическая карта блюда № 12

Наименование блюда: **борщ с картофелем (свекольник) со сметаной**

Номер рецептуры: **114**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Свекла	51	40	5,1	4,0
Картофель	67	50	6,7	5,0
Морковь	13	10	1,3	1,0
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Томат-паста	8	8	0,8	0,8
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Сахар	1,25	1,25	0,125	0,125
Бульон мясной или вода	180	180	18,0	18,0
<b>Выход:</b>	-	<b>250</b>	-	<b>25,0</b>
Со сметаной	-	250/10	-	25,0/1,0

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

<b>Белки (г):</b>	3,75	<b>Ca (мг):</b>	29,15	<b>K (мг):</b>	34,8	<b>B1</b>		<b>C</b>	1,57
<b>Жиры (г):</b>	3,25	<b>Mg (мг):</b>	8,22	<b>I (мг):</b>	0,002	<b>B2</b>	0,1		
<b>Углеводы (г):</b>	45	<b>Fe (мг):</b>	0,05	<b>Se (мг):</b>	0,0015	<b>A</b>	195,3		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	130	<b>P (мг):</b>	15,8	<b>F (мг):</b>	0,027	<b>D</b>			

### Технология приготовления:

Картофель нарезают брусочками, закладывают в кипящий бульон или воду и варят 10-15 минут, затем кладут подготовленную вареную свеклу, пассерованные овощи и томатное пюре, за 5-10 минут до готовности добавляют соль, сахар, специи.

Добавляют прокипяченную сметану и подвергают вторичному кипячению в течение 5-7 минут.

Температура подачи 75°C.

Технолог:

Михайлик Н.Н.

### Технологическая карта блюда № 13

**Наименование блюда:** суп картофельный с макаронными изделиями и курицей отварной

**Номер рецептуры:** 140

**Наименование сборника рецептов:** «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Макаронные изделия	10	10	1,0	1,0
Картофель	125	75	12,5	7,5
Морковь	13	10	1,3	1,0
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Бульон или вода	188	188	18,8	18,8
Курица отварная Рецептура № 487	-	30	-	3,0
<b>Выход</b>	-	<b>250/30</b>	-	<b>25,0/3,0</b>

#### Химический состав на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	4,75	<b>Ca (мг):</b>	72,2	<b>K (мг):</b>	5,6	<b>B1</b>		<b>C</b>	0,75
<b>Жиры (г):</b>	4,75	<b>Mg (мг):</b>	8,45	<b>I (мг):</b>	0,016	<b>B2</b>	0,021		
<b>Углеводы (г):</b>	11,5	<b>Fe (мг):</b>	0,32	<b>Se (мг):</b>	0,0006	<b>A</b>	5,75		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	156,5	<b>P (мг):</b>	63,8	<b>F (мг):</b>	1,12	<b>D</b>			

#### Технология приготовления:

В кипящую воду кладут картофель, припущенные со сливочным маслом морковь, бланшированный репчатый лук и варят 10-15 минут, затем добавляют макаронные изделия и варят еще 15 минут. Макароны закладывают до овощей, лапшу одновременно с картофелем, а вермишель за 10-15 минут до готовности супа.

Добавляют нарезанное филе отварной курицы и подвергают вторичному кипячению в течение 5-7 минут.

Температура подачи 75°C.

**Технолог:**

**Михайлик Н.Н.**

## Технологическая карта блюда № 14

Наименование блюда: **Суп из овощей**

Номер рецептуры: **135**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Капуста б/к свежая	25	20	2,5	2,0
Картофель	67	50	6,7	5,0
Морковь	13	10	1,3	1,0
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Горошек зеленый консервированный	12	10	1,2	1,0
Помидоры свежие	12	10	1,2	1,0
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Бульон или вода	190	190	19,0	19,0
<b>Выход</b>	-	<b>250</b>	-	<b>25,0</b>

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

<b>Белки (г):</b>	4,25	<b>Ca (мг):</b>	61,25	<b>K (мг):</b>	28	<b>B1</b>	0,02	<b>C</b>	5
<b>Жиры (г):</b>	4	<b>Mg (мг):</b>	7	<b>I (мг):</b>	0,002	<b>B2</b>	0,075		
<b>Углеводы (г):</b>	10,5	<b>Fe (мг):</b>	0,55	<b>Se (мг):</b>	0,002	<b>A</b>	250		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	181,75	<b>P (мг):</b>	77	<b>F (мг):</b>	0,195	<b>D</b>	1,2		

### Технология приготовления:

В кипящий бульон или воду кладут нашинкованную капусту, затем дольки картофеля и варят 15-20 минут. За 8-10 минут до окончания варки супа добавляют припущенные со сливочным маслом морковь, лук, зеленый горошек, ломтики помидоров, в конце – соль. Добавляют нарезанное отварное мясо, прокипяченную сметану и подвергают вторичному кипячению в течение 5-7 минут.  
Температура подачи 75°С.

Технолог:

Михайлик Н.Н.

### Технологическая карта блюда № 15

**Наименование блюда:** рыба отварная

**Номер рецептуры:** 369

**Наименование сборника рецептур:** «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Горбуша п/п	49	34	49	34
Соль	0,5	0,5	0,5	0,5
<b>Выход</b>	-	<b>25</b>	-	<b>25</b>

#### Химический состав на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	2,64	<b>Ca (мг):</b>	11,48	<b>K (мг):</b>	6,76	<b>B1</b>		<b>C</b>	2,03
<b>Жиры (г):</b>	0,18	<b>Mg (мг):</b>	3,15	<b>I (мг):</b>		<b>B2</b>	0,05		
<b>Углеводы (г):</b>	6,84	<b>Fe (мг):</b>	0,37	<b>Se (мг):</b>		<b>A</b>	51,66		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	33,64	<b>P (мг):</b>	21,16	<b>F (мг):</b>	0,098	<b>D</b>			

#### Технология приготовления:

Рыбу, разделанную на филе с кожей без костей, нарезают порционными кусками. Затем их укладывают в один слой на противень и заливают горячей водой, уровень которой должен быть на 3-5см выше поверхности рыбы, добавляют лавровый лист, соль. Когда жидкость закипит, удаляют пену и варят рыбу до готовности.

Температура подачи блюда 65<sup>0</sup>С.

**Технолог:**

**Михайлик Н.Н.**

### Технологическая карта блюда № 16

Наименование блюда: **рыба, тушенная в томате с овощами**

Номер рецептуры: **374**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Горбуша п/п	85/127	58/86	8,5/12,7	5,8/8,6
Вода	23	23	2,3	2,3
Морковь	28	22	2,8	2,2
Лук репчатый	19	14	1,9	1,4
Томатное пюре	12	10	1,2	1,0
Масло растительное	6	6	0,6	0,6
Лимонная кислота	0,15	0,15	0,015	0,015
Сахар	2	2	0,2	0,2
Лавровый лист	0,015	0,015	0,0015	0,0015
Масса тушеной рыбы	-	50/75	-	5,0/7,5
Масса соуса и овощей	-	50	-	50
<b>Выход:</b>	-	<b>50/50</b> <b>75/50</b>	-	<b>5,0/5,0</b> <b>7,5/5,0</b>

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

<b>Белки (г):</b>	12	<b>Ca (мг):</b>	45	<b>K (мг):</b>	117,5	<b>B1</b>	0,07	<b>C</b>	11,5
<b>Жиры (г):</b>	10,63	<b>Mg (мг):</b>	12,13	<b>I (мг):</b>	0,02	<b>B2</b>	0,125		
<b>Углеводы (г):</b>	10,62	<b>Fe (мг):</b>	1,12	<b>Se (мг):</b>	0,009	<b>A</b>	125		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	223,4	<b>P (мг):</b>	165,4	<b>F (мг):</b>	1,5	<b>D</b>	1,22		

#### Технология приготовления:

Рыбу дефростируют, разделяют на филе с кожей без костей.

Филе укладывают в посуду в два слоя, чередуя со слоями нашинкованных овощей, заливают бульоном или водой, добавляют масло растительное, томатное пюре, лимонную кислоту, сахар, соль, посуду закрывают крышкой и тушат до готовности (45-60 минут); за 5-7 минут до окончания тушения добавляют лавровый лист.

При отпуске рыбу поливают соусом с овощами, в котором она тушилась.

Температура подачи 65°C.

Технолог:

Михайлик Н.Н.



## Технологическая карта блюда № 17

Наименование блюда: **птица отварная**

Номер рецептуры: **487**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Бедро куриное	176	130	17,6	13,0
Лук репчатый	6	6	0,6	0,6
<b>Выход:</b>	-	<b>100</b>	-	<b>10,0</b>

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

<b>Белки (г):</b>	6,15	<b>Ca (мг):</b>	37,8	<b>K (мг):</b>	69,6	<b>B1</b>	0,02	<b>C</b>	
<b>Жиры (г):</b>	18,24	<b>Mg (мг):</b>	9,6	<b>I (мг):</b>		<b>B2</b>	0,15		
<b>Углеводы (г):</b>	0,97	<b>Fe (мг):</b>	2,62	<b>Se (мг):</b>		<b>A</b>	52		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	204	<b>P (мг):</b>	171,7	<b>F (мг):</b>		<b>D</b>			

### Технология приготовления:

Охлажденные куриные бедрышки кладут в кипящую воду и варят до готовности при слабом кипении, периодически удаляя пену. В конце варки добавляют соль. Отварные куриные бедрышки рубят на порции, укладывают на противень, заливают бульоном и кипятят 5-7 минут.

Хранят в бульоне при температуре 75°C до раздачи не более 1 часа.

Температура подачи 75°C.

Технолог:

Михайлик Н.Н.

## Технологическая карта блюда № 18

Наименование блюда: **соус сметанный**

Номер рецептуры: **600**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Сметана	13	13	1,3	1,3
Мука пшеничная	4	4	0,4	0,4
Бульон или вода	38	38	3,8	3,8
<b>Выход:</b>	-	<b>50</b>	-	<b>5,0</b>

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

<b>Белки (г):</b>	1,2	<b>Ca (мг):</b>	13,08	<b>K (мг):</b>		<b>B1</b>		<b>C</b>	0,04
<b>Жиры (г):</b>	5,1	<b>Mg (мг):</b>	3,96	<b>I (мг):</b>		<b>B2</b>	0,064		
<b>Углеводы (г):</b>	2,5	<b>Fe (мг):</b>	0,16	<b>Se (мг):</b>		<b>A</b>	134,4		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	61,0	<b>P (мг):</b>	4,0	<b>F (мг):</b>		<b>D</b>			

### Технология приготовления:

Муку пассеруют при непрерывном помешивании, не допуская пригорания, до слегка кремового цвета. В пассерованную муку, охлажденную до 60-70°C, вливают четвертую часть горячего бульона и вымешивают до образования однородной массы, затем постепенно добавляют оставшийся бульон.

В горячий соус белый кладут прокипяченную сметану, соль, варят 3-5 минут, процеживают и доводят до кипения.

Температура подачи 65°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

### Технологическая карта блюда № 19

**Наименование блюда:** рыба, тушенная в сметанном соусе

**Номер рецептуры:** 139

**Наименование сборника рецептов:** «Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений», Пермь, 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Горбуша п/п	85/127	58/86	8,5/12,7	5,8/8,6
Мука пшеничная	6	6	0,6	0,6
Масло растительное	12	12	1,2	1,2
Масса готовой рыбы	-	50/75	-	5,0/7,5
Масло сливочное	6	6	0,6	0,6
Соус сметанный	50	50	5,0	5,0
Сыр	10	10	1,0	1,0
<b>Выход</b>	-	<b>50/50 75/50</b>	-	<b>5,0/5,0 7,5/5,0</b>

#### Химический состав на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	12	<b>Ca (мг):</b>	45	<b>K (мг):</b>	117,5	<b>B1</b>	0,07	<b>C</b>	11,5
<b>Жиры (г):</b>	10,63	<b>Mg (мг):</b>	12,13	<b>I (мг):</b>	0,02	<b>B2</b>	0,125		
<b>Углеводы (г):</b>	10,62	<b>Fe (мг):</b>	1,12	<b>Se (мг):</b>	0,009	<b>A</b>	125		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	213,4	<b>P (мг):</b>	165,4	<b>F (мг):</b>	1,5	<b>D</b>	1,22		

#### Технология приготовления:

Рыбу дефростируют при комнатной температуре и разделывают на филе с кожей без костей.

Филе панируют в муке, запекают без предварительного обжаривания при температуре 250-280°C до слабой золотистой корочки. Затем заливают сметанным соусом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают растопленным сливочным маслом и продолжают запекание при температуре 250°C 25-30 минут.

Отпускают с гарниром.

Температура подачи 65°C.

Технолог :

Михайлик Н.Н.

### Технологическая карта блюда № 20

**Наименование блюда:** курица в соусе с томатом (из полуфабриката высокой степени готовности)

**Номер рецептуры:** 179

**Наименование сборника рецептов:** «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Куриное филе (полуфабрикат высокой степени готовности)	-	77/116	-	7,7/11,6
Отварная курица	-	50/75	-	5,0/7,5
Масло сливочное	10	10	1,0	1,0
Лук репчатый	10	8	1,0	0,8
Томат-пюре	10	10	1,0	1,0
Мука пшеничная	3	3	0,3	0,3
Чеснок	0,75	0,75	0,9	0,9
Сметана	5	5	0,5	0,5
Морковь	10	8	1,0	0,8
Вода и бульон	53	53	5,3	5,3
<b>Выход</b>	-	<b>50/50 75/50</b>	-	<b>5,0/5,0 7,5/7,5</b>

#### Химический состав на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	13,1	<b>Ca (мг):</b>	46,2	<b>K (мг):</b>	76,2	<b>B1</b>	0,13	<b>C</b>	0,8
<b>Жиры (г):</b>	16,9	<b>Mg (мг):</b>	11,4	<b>I (мг):</b>	0,003	<b>B2</b>	0,02		
<b>Углеводы (г):</b>	9	<b>Fe (мг):</b>	1,8	<b>Se (мг):</b>	0,01	<b>A</b>	27,2		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	249,96	<b>P (мг):</b>	2,9	<b>F (мг):</b>	0,011	<b>D</b>	2,3		

#### Технология приготовления:

Полуфабрикат высокой степени готовности филе куриное отваривают до готовности. Морковь шинкуют соломкой, пассеруют на сливочном масле с добавлением куриного бульона. Томат-пюре, пассеруют до исчезновения сырого запаха томата. Лук репчатый, нарезанный полукольцами, бланшируют, затем пассеруют – без изменения цвета. Муку пассеруют – без изменения цвета (без масла), разводят горячим бульоном, доводят до кипения при постоянном помешивании, закладывают подготовленные морковь, лук – проваривают 15-20 минут (до готовности овощей), вводят томат-пюре, варят 5 минут, закладывают мякоть курицы и тушат 10-15 минут. В конце тушения добавляют растертый чеснок, сметану, доводят до кипения и подают.

Температура подачи 65°C.

**Технолог:**

**Михайлик Н.Н.**

### Технологическая карта блюда № 21

Наименование блюда: **печень (говяжья) по-строгановски**

Номер рецептуры: **431**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Печень говяжья	89/177	74/148	8,9/17,7	7,4/14,8
Масло растительное	12	12	1,2	1,2
Масса готовой печени	-	100	-	10,0
Соус сметанный	-	50	-	5,0
Томатное пюре	10	10	1,0	1,0
Выход:	-	50/50 100/50	-	5,0/5,0 10,0/5,0

#### Химический состав на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	7	<b>Ca (мг):</b>	67,8	<b>K (мг):</b>	80	<b>B1</b>	0,1	<b>C</b>	
<b>Жиры (г):</b>	14	<b>Mg (мг):</b>	11,4	<b>I (мг):</b>	0,005	<b>B2</b>	0,6		
<b>Углеводы (г):</b>	6,6	<b>Fe (мг):</b>	3,9	<b>Se (мг):</b>	0,0001	<b>A</b>	250		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	280,7	<b>P (мг):</b>	33,9	<b>F (мг):</b>	0,99	<b>D</b>	0,6		

#### Технология приготовления:

Подготовленную печень нарезают брусочками длиной 3-4см массой 5-7г, посыпают солью, кладут ровным слоем на разогретую сковороду с маслом и обжаривают при помешивании 3-4 мин. Затем заливают соусом сметанным, добавляют томатное пюре, размешивают и кипятят. Отпускают вместе с соусом, гарнир укладывается сбоку. Температура подачи 65°C.

Технолог:

Михайлик Н.Н.

## Технологическая карта блюда № 22

Наименование блюда: **котлеты, биточки, тефтели из говядины из полуфабрикатов высокой степени готовности**

Номер рецептуры: **451**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Тефтели, биточки, котлеты (п/ф высокой ст.готовности)	-	117/130	-	17,7/13,0
Масло растительное	3	3	0,3	0,3
Масса готового п/ф	-	100	-	10,0
Масло сливочное	10	10	1,0	1,0
<b>Выход</b>	-	<b>90/10</b> <b>100/10</b>	-	<b>9,0/1,0</b> <b>10,0/1,0</b>

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

<b>Белки (г):</b>	9,6	<b>Ca (мг):</b>	36,09	<b>K (мг):</b>	33,6	<b>B1</b>	0,009	<b>C</b>	0,73
<b>Жиры (г):</b>	6,8	<b>Mg (мг):</b>	7,74	<b>I (мг):</b>	0,001	<b>B2</b>	0,015		
<b>Углеводы (г):</b>	3,1	<b>Fe (мг):</b>	1,98	<b>Se (мг):</b>	0,01	<b>A</b>	99,6		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	229,6	<b>P (мг):</b>	41,2	<b>F (мг):</b>	0,074	<b>D</b>	2,6		

### Технология приготовления:

При поступлении в доготовочный цех котлеты, биточки, тефтели подвергают дефростации в течение 1 часа и запекают в духовом шкафу на противнях с маслом без предварительного обжаривания при температуре 250-280°C в течение 20-25 минут.

При отпуске изделий их гарнируют и поливают прокипяченным сливочным маслом или соусом молочным, сметанным, томатным.

Температура подачи 65°C.

Технолог:

Михайлик Н.Н.

## Технологическая карта блюда № 23

Наименование блюда: **омлет натуральный**

Номер рецептуры: **340**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, кг
Яйца	2шт/3шт	85,5/114	200/300шт г	8,55/11,4
Молоко	28,5/57	28,5/57	2,85/5,7	2,85/5,7
Масло сливочное	4/5	4/5	0,4/0,5	0,4/0,5
Масса готового омлета	-	150/200	-	15,0/20,0
Масло сливочное	10	10	1,0	1,0
<b>Выход</b>	-	<b>150/10 200/10</b>	-	<b>15,0/1,0 20,0/1,0</b>

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

<b>Белки (г):</b>	14,3	<b>Ca (мг):</b>	141,7	<b>K (мг):</b>	45,7	<b>B1</b>	0,1	<b>C</b>	0,3
<b>Жиры (г):</b>	12,6	<b>Mg (мг):</b>	11,6	<b>I (мг):</b>	0,003	<b>B2</b>	0,6		
<b>Углеводы (г):</b>	2,85	<b>Fe (мг):</b>	1,45	<b>Se (мг):</b>	0,0001	<b>A</b>	250		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	232,9	<b>P (мг):</b>	181,9	<b>F (мг):</b>	0,081	<b>D</b>	4		

### Технология приготовления:

Подготовленные, в соответствии с санитарными правилами, яйца разбивают, в яичную смесь добавляют молоко, соль, размешивают и слегка взбивают до образования пены. Затем выливают в разогретую посуду, смазанную маслом слоем 2,5-3,0 см и запекают в жарочном шкафу при температуре 180-200<sup>0</sup>С 8-10 мин до образования легкой румяной корочки.

При подаче поливают прокипяченным маслом сливочным.

Яйца необходимо разбивать в отдельную посуду по 2-3 шт. и соединять с общей массой.

Температура подачи 65<sup>0</sup>С.

Технолог:

Михайлик Н.Н.

### Технологическая карта блюда № 24

**Наименование блюда:** каша ячневая молочная вязкая

**Номер рецептуры:** 99

**Наименование сборника рецептов:** «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа ячневая	44/56	44/56	4,4/5,6	4,4/5,6
Молоко	100/125	100/125	10,0/12,5	10,0/12,5
Вода	71/89	71/89	7,1/8,9	7,1/8,9
Сахар	6/7,5	6/7,5	0,6/0,75	0,6/0,75
Масса каши	-	200/250	-	20,0/25,0
Масло сливочное	10	10	1,0	1,0
<b>Выход</b>	-	<b>200/10</b> <b>250/10</b>	-	<b>20,0/1,0</b> <b>25,0/1,0</b>

#### Химический состав на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	7,3	<b>Ca (мг):</b>	93,7	<b>K (мг):</b>	35,4	<b>B1</b>		<b>C</b>	
<b>Жиры (г):</b>	9,2	<b>Mg (мг):</b>	18,98	<b>I (мг):</b>	0,015	<b>B2</b>	0,16		
<b>Углеводы (г):</b>	17,5	<b>Fe (мг):</b>	0,896	<b>Se (мг):</b>	0,003	<b>A</b>	19		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	258	<b>P (мг):</b>	73,8	<b>F (мг):</b>	0,34	<b>D</b>	0,15		

#### Технология приготовления:

Подготовленную ячневую крупу всыпают в кипящую воду, добавляют соль и варят, периодически помешивая, до тех пор, пока каша не загустеет, вливают кипящее молоко и снова уваривают до загустения. Кашу доводят до готовности при умеренном нагреве, плотно закрыв посуду крышкой, на медленном огне. Перед отпуском заправляют прокипяченным маслом сливочным.

Температура подачи блюда 65<sup>0</sup>С.

**Технолог:**

**Михайлик Н.Н.**



### Технологическая карта блюда № 25

**Наименование блюда:** каша рисовая молочная вязкая

**Номер рецептуры:** 302

**Наименование сборника рецептов:** «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа рисовая	45	45	4,5	4,5
Молоко	100	100	10,0	10,0
Вода	71	71	7,1	7,1
Сахар	6,5	6,5	0,65	0,65
Масса каши	-	200	-	20,0
Масло сливочное	10	10	1,0	1,0
<b>Выход</b>	-	<b>200/10</b>	-	<b>20,0/1,0</b>

#### Химический состав на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	6,8	<b>Ca (мг):</b>	138,3	<b>K (мг):</b>	67,4	<b>B1</b>	0,012	<b>C</b>	0,017
<b>Жиры (г):</b>	8,25	<b>Mg (мг):</b>	16,07	<b>I (мг):</b>	0,02	<b>B2</b>	0,03		
<b>Углеводы (г):</b>	53,75	<b>Fe (мг):</b>	0,72	<b>Se (мг):</b>	0,0007	<b>A</b>	62		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	312,8	<b>P (мг):</b>	87,75	<b>F (мг):</b>	0,77	<b>D</b>	0,3		

#### Технология приготовления:

Подготовленную рисовую крупу всыпают в кипящую воду, добавляют соль и варят, периодически помешивая, до тех пор, пока каша не загустеет, вливают кипящее молоко и снова уваривают до загустения. Кашу доводят до готовности при умеренном нагреве, плотно закрыв посуду крышкой, на медленном огне. Перед отпуском заправляют прокипяченным маслом сливочным.

Температура подачи блюда 65<sup>0</sup>С.

**Технолог:**

**Михайлик Н.Н.**

### Технологическая карта блюда № 26

**Наименование блюда:** каша пшенная молочная вязкая

**Номер рецептуры:** 302

**Наименование сборника рецептов:** «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Пшено	62,5	62,5	6,25	6,25
Молоко	125	125	12,5	12,5
Вода	89	89	8,9	8,9
Сахар	7,5	7,5	0,75	0,5
Масса каши	-	250	-	25,0
Масло сливочное	10	10	1,0	1,0
<b>Выход</b>	-	<b>250/10</b>	-	<b>25,0/1,0</b>

#### Химический состав на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	6,8	<b>Ca (мг):</b>	138,25	<b>K (мг):</b>	67,4	<b>B1</b>	0,012	<b>C</b>	0,017
<b>Жиры (г):</b>	8,25	<b>Mg (мг):</b>	16,07	<b>I (мг):</b>	0,02	<b>B2</b>	0,03		
<b>Углеводы (г):</b>	53,75	<b>Fe (мг):</b>	0,72	<b>Se (мг):</b>	0,0007	<b>A</b>	30		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	238,12	<b>P (мг):</b>	87,75	<b>F (мг):</b>	0,77	<b>D</b>	0,3		

#### Технология приготовления:

Подготовленное пшено всыпают в кипящую воду, добавляют соль и варят, периодически помешивая, до тех пор, пока каша не загустеет, вливают кипящее молоко и снова уваривают до загустения. Кашу доводят до готовности при умеренном нагреве, плотно закрыв посуду крышкой, на медленном огне. Перед отпуском заправляют прокипяченным маслом сливочным.

Температура подачи блюда 65<sup>0</sup>С.

**Технолог:**

**Михайлик Н.Н.**

## Технологическая карта блюда № 27

Наименование блюда: каша молочная из «Геркулеса» жидкая

Номер рецептуры: 311

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Хлопья овсяные «Геркулес»	39	39	3,9	3,9
Молоко	132,5	132,5	13,25	13,25
Вода	87,5	87,5	8,75	8,75
Соль	1	1	0,1	0,1
Сахар	7,5	7,5	0,75	0,75
Масло сливочное	10	10	1,0	1,0
<b>Выход:</b>	-	<b>250/10</b>	-	<b>25,0/1,0</b>

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

<b>Белки (г):</b>	7,3	<b>Ca (мг):</b>	93,7	<b>K (мг):</b>	35,4	<b>B1</b>		<b>C</b>	
<b>Жиры (г):</b>	9,2	<b>Mg (мг):</b>	18,98	<b>I (мг):</b>	0,015	<b>B2</b>	0,16		
<b>Углеводы (г):</b>	17,5	<b>Fe (мг):</b>	0,896	<b>Se (мг):</b>	0,005	<b>A</b>	19		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	186,3	<b>P (мг):</b>	73,8	<b>F (мг):</b>	0,34	<b>D</b>	0,15		

### Технология приготовления:

Крупу перебирают. Смесь молока и воды доводят до кипения, добавляют соль, сахар, вводят крупу «Геркулес» и варят, при помешивании до готовности. В готовую кашу добавляют прокипяченное сливочное масло, все перемешивают.

Температура подачи 65°C.

Технолог:

Михайлик Н.Н.

### Технологическая карта блюда № 28

**Наименование блюда:** запеканка из творога

**Номер рецептуры:** 366

**Наименование сборника рецептов:** «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,кг	нетто,кг	брутто,кг	нетто,кг
Творог	190	189	190	189
Крупа манная	14	14	14	14
Сахар	14	14	14	14
Яйца	1/7	5	1/7	5
Масло сливочное	8	8	8	8
Сухари	8	8	8	8
Сметана	8	8	8	8
Молоко сгущенное	-	30	-	30
Выход:	-	200/30	-	200/30

#### Химический состав на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	16	<b>Ca (мг):</b>	260,5	<b>K (мг):</b>	22	<b>B1</b>	0,0008	<b>C</b>	0,73
<b>Жиры (г):</b>	7,8	<b>Mg (мг):</b>	19,4	<b>I (мг):</b>	0,0008	<b>B2</b>	0,5		
<b>Углеводы (г):</b>	38,6	<b>Fe (мг):</b>	0,94	<b>Se (мг):</b>	0,02	<b>A</b>	93,9		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	288,3	<b>P (мг):</b>	190	<b>F (мг):</b>	0,059	<b>D</b>	2		

#### Технология приготовления:

Протертый творог смешивают с предварительно заваренной в воде (10мл на порцию) и охлажденной манной крупой, яйцами, сахаром, солью.

Подготовленную массу выкладывают слоем не более 3см на смазанные маслом сливочным и посыпанные сухарями противень или форму. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной, запекают в жарочном шкафу 25-30 минут при температуре 250-280°C до образования на поверхности румяной корочки.

Подают запеканку горячей со сгущенным молоком.

Температура подачи 65°C.

**Технолог:**

**Михайлик Н.Н.**

### Технологическая карта блюда № 29

**Наименование блюда:** сырники из творога

**Номер рецептуры:** 358

**Наименование сборника рецептов:** «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,кг	нетто,кг	брутто,кг	нетто,кг
Творог	202	200	202	200
Мука пшеничная	26	26	26	26
Яйца	1/бшт	6	1/бшт	6
Масса полуфабриката	-	226	-	226
Масло сливочное	6	6	6	6
Масса готовых сырников	-	200	-	200
Молоко сгущенное	-	20	-	20
Выход:	-	200/20	-	200/20

#### Химический состав на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	14,2	<b>Ca (мг):</b>	292,1	<b>K (мг):</b>	143,1	<b>B1</b>	0,012	<b>C</b>	5,12
<b>Жиры (г):</b>	6,8	<b>Mg (мг):</b>	12,7	<b>I (мг):</b>	0,017	<b>B2</b>	0,55		
<b>Углеводы (г):</b>	43,7	<b>Fe (мг):</b>	1,95	<b>Se (мг):</b>	0,005	<b>A</b>	188,3		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	290,2	<b>P (мг):</b>	65,33	<b>F (мг):</b>	0,11	<b>D</b>	1,31		

#### Технология приготовления:

В протертый творог добавляют 2/3 муки, яйца, соль, сахар, можно добавить ванилин. Массу хорошо перемешивают, придают ей форму батончика толщиной 5-6см, нарезают поперек, панируют в муке, придают форму круглых биточков толщиной 1,5см, обжаривают с обеих сторон, после чего ставят в жарочный шкаф на 5-7 мин. Отпускают сырники со сгущенным молоком по 2шт на порцию. Температура подачи 65°C.

**Технолог:**

**Михайлик Н.Н.**

### Технологическая карта № 30

**Наименование блюда (изделия):** каша манная молочная жидкая

**Номер рецептуры:** 311

**Наименование сборника рецептов:** «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Крупа манная	39	39	3,9	3,9
Молоко	185	185	18,5	18,5
Или молоко сухое	22,5	22,5	2,25	2,25
Масло сливочное	10	10	1,0	1,0
Сахар	7,5	7,5	0,75	0,75
Соль	1,2	1,2	0,12	0,12
Выход	-	250/10	-	25,0/1,0

#### Химический состав на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	6	<b>Ca (мг):</b>	93,7	<b>K (мг):</b>	35,4	<b>B1</b>		<b>C</b>	
<b>Жиры (г):</b>	9,2	<b>Mg (мг):</b>	18,98	<b>I (мг):</b>	0,015	<b>B2</b>	0,16		
<b>Углеводы (г):</b>	17,5	<b>Fe (мг):</b>	0,896	<b>Se (мг):</b>	0,005	<b>A</b>	69		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	258	<b>P (мг):</b>	73,8	<b>F (мг):</b>	0,34	<b>D</b>	0,15		

#### Технология приготовления:

Подготовленную для варки крупу засыпают в кипящую смесь молока и воды и при непрерывном помешивании варить 20 минут.

Отпускают кашу в горячем виде с прокипяченным маслом сливочным или с сахаром. Температура подачи 65°C.

Технолог:

Михайлик Н.Н.

## Технологическая карта блюда № 31

Наименование блюда: **каша вязкая молочная «Дружба»**

Номер рецептуры: **311**

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Крупа рисовая	34	34	3,4	3,4
Крупа пшеничная	29	29	2,9	2,9
Молоко	193	193	19,3	19,3
Вода	131	131	13,1	13,1
Соль	1	1	0,1	0,1
Сахар	7,5	7,5	0,75	0,75
Масло сливочное	10	10	1,0	1,0
<b>Выход</b>	-	<b>250/10</b>		<b>25,0/1,0</b>

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

<b>Белки (г):</b>	6,8	<b>Ca (мг):</b>	138	<b>K (мг):</b>	67,4	<b>B1</b>	0,012	<b>C</b>	0,017
<b>Жиры (г):</b>	8,25	<b>Mg (мг):</b>	16,07	<b>I (мг):</b>	0,02	<b>B2</b>	0,03		
<b>Углеводы (г):</b>	53,75	<b>Fe (мг):</b>	0,72	<b>Se (мг):</b>	0,0007	<b>A</b>	72		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	302,75	<b>P (мг):</b>	87,75	<b>F (мг):</b>	0,77	<b>D</b>	0,3		

### Технология приготовления:

Подготовленную крупу сначала варят 10-15 минут в кипящей воде, после чего добавляют горячее молоко и варят кашу до готовности.

Отпускают кашу в горячем виде с прокипяченным сливочным маслом или сахаром.

Температура подачи 65°C.

Технолог:

Михайлик Н.Н.

## Технологическая карта блюда № 32

Наименование блюда: **пюре картофельное**

Номер рецептуры: **520**

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Картофель	229	171	22,9	17,1
с 1.09-31.10.=25%	229	-	22,9	-
с 1.11.-31.12.=30%	244	-	24,4	-
с 1.01.-29.02.=35%	262	-	26,2	-
с 1.03.=40%	284	-	28,4	-
Молоко 3,2%	32	30	3,2	3,0
Масло сливочное	7	7	0,7	0,7
<b>Выход</b>	-	<b>200</b>	-	<b>20,0</b>

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

<b>Белки (г):</b>	3,1	<b>Ca (мг):</b>	39	<b>K (мг):</b>	124	<b>B1</b>	0,012	<b>C</b>	1,02
<b>Жиры (г):</b>	6	<b>Mg (мг):</b>	28	<b>I (мг):</b>	0,028	<b>B2</b>	0,0011		
<b>Углеводы (г):</b>	39,7	<b>Fe (мг):</b>		<b>Se (мг):</b>	0,0008	<b>A</b>	32,1		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	185,38	<b>P (мг):</b>	84	<b>F (мг):</b>		<b>D</b>			

### Технология приготовления:

Очищенный картофель заливают кипящей, подсоленной водой и варят до готовности. Отвар сливают, картофель протирают в горячем виде через протирочную машину. В протертый картофель добавляют горячее кипяченое молоко, прокипяченное сливочное масло и тщательно перемешивают до получения пышной однородной массы. Температура подачи 65°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик



### Технологическая карта № 33

**Наименование блюда (изделия):** каша гречневая

**Номер рецептуры:** 186

**Наименование сборника рецептов:** «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Крупа гречневая	44	44	4,4	4,4
Вода	164	164	16,4	16,4
Соль	1,8	1,8	0,18	0,18
Масло сливочное	7	7	0,7	0,7
<b>Выход</b>	-	<b>200</b>	-	<b>20,0</b>

#### Химический состав на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	5,5	<b>Ca (мг):</b>	29,1	<b>K (мг):</b>	117,8	<b>B1</b>	0,01	<b>C</b>	
<b>Жиры (г):</b>	8,3	<b>Mg (мг):</b>	29,99	<b>I (мг):</b>	0,03	<b>B2</b>	0,14		
<b>Углеводы (г):</b>	37,1	<b>Fe (мг):</b>	1,26	<b>Se (мг):</b>	0,009	<b>A</b>	32,94		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	186,6	<b>P (мг):</b>	216	<b>F (мг):</b>	0,6	<b>D</b>			

#### Технология приготовления:

Гречку перебирают, засыпают в кипящую подсоленную воду, всплывшие пустые зерна удаляют и варят до загустения, помешивая. Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают крышкой и доводят до готовности в течение 1-1,5 часа. Затем вливают прокипяченное масло сливочное.

Температура подачи 65°C.

#### Требования к качеству:

Зерна крупы полностью набухшие, хорошо проварены, сохранили форму, легко отделяются друг от друга, каша заправлена маслом, без посторонних привкусов и запахов.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

### Технологическая карта № 34

**Наименование блюда (изделия):** каша перловая вязкая

**Номер рецептуры:** 186

**Наименование сборника рецептов:** «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Крупа перловая	44	44	4,4	4,4
Вода	164	164	16,4	16,4
Соль	1,8	1,8	0,18	0,18
Масло сливочное	7	7	0,7	0,7
<b>Выход</b>	-	<b>200</b>	-	<b>20,0</b>

#### Химический состав на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	3,2	<b>Ca (мг):</b>	72	<b>K (мг):</b>	54	<b>B1</b>		<b>C</b>	
<b>Жиры (г):</b>	0,7	<b>Mg (мг):</b>	7,2	<b>I (мг):</b>		<b>B2</b>	0,15		
<b>Углеводы (г):</b>	31,8	<b>Fe (мг):</b>	0,72	<b>Se (мг):</b>		<b>A</b>			
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	161,8	<b>P (мг):</b>	109,8	<b>F (мг):</b>		<b>D</b>			

#### Технология приготовления:

Крупу перловую перебирают, засыпают в кипящую подсоленную воду, всплывшие пустые зерна удаляют и варят до загустения, помешивая. Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают крышкой и доводят до готовности в течение 1-1,5 часа. Затем вливают прокипяченное масло сливочное.  
Температура подачи 65°C.

#### Требования к качеству:

Зерна крупы полностью набухшие, хорошо проварены, сохранили форму, легко отделяются друг от друга, каша заправлена маслом, без посторонних привкусов и запахов.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

### Технологическая карта № 35

Наименование блюда (изделия): **каша рисовая**

Номер рецептуры: **302**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Крупа рисовая	44	44	4,4	4,4
Вода	164	164	16,4	16,4
Соль	1,8	1,8	0,18	0,18
Масло сливочное	7	7	0,7	0,7
Выход	-	<b>200</b>	-	<b>20,0</b>

#### Химический состав на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	0,72	<b>Ca (мг):</b>	7,2	<b>K (мг):</b>	0,9	<b>B1</b>		<b>C</b>	
<b>Жиры (г):</b>	6,48	<b>Mg (мг):</b>	3,8	<b>I (мг):</b>		<b>B2</b>			
<b>Углеводы (г):</b>	43,7	<b>Fe (мг):</b>	0,02	<b>Se (мг):</b>		<b>A</b>	30		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	240,4	<b>P (мг):</b>	2,3	<b>F (мг):</b>		<b>D</b>			

#### Технология приготовления:

Рис перебирают, засыпают в кипящую подсоленную воду и варят до загустения, помешивая. Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают крышкой и доводят до готовности. Затем вливают прокипяченное масло сливочное. Температура подачи 65°C.

#### Требования к качеству:

Зерна крупы полностью набухшие, хорошо проварены, сохранили форму, легко отделяются друг от друга, каша заправлена маслом, без посторонних привкусов и запахов.

Технолог:

**Н.Н. Михайлик**

## Технологическая карта блюда № 36

Наименование блюда: **картофель тушеный**

Номер рецептуры: 216

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Картофель	227	170	22,7	17,0
Морковь	26	20	2,6	2,0
Лук репчатый	38	32	3,8	3,2
Томатное пюре	12	12	1,2	1,2
Масло сливочное	13	13	1,3	1,3
Лавровый лист	0,001	0,001	1	1
<b>Выход</b>	-	<b>200</b>	-	<b>20,0</b>

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

<b>Белки (г):</b>	1,95	<b>Ca (мг):</b>	0,4	<b>K (мг):</b>	113,9	<b>B1</b>		<b>C</b>	2,09
<b>Жиры (г):</b>	8,82	<b>Mg (мг):</b>	15,2	<b>I (мг):</b>	0,005	<b>B2</b>	0,076		
<b>Углеводы (г):</b>	15,3	<b>Fe (мг):</b>	1,01	<b>Se (мг):</b>		<b>A</b>	161,3		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	170,7	<b>P (мг):</b>	107,4	<b>F (мг):</b>	0,12	<b>D</b>			

### Технология приготовления:

Нарезанные кубиками картофель, морковь слегка обжаривают. Затем картофель соединяют с морковью, добавляют мелко нарезанный репчатый лук, пассерованное томатное пюре, заливают бульоном (0,2-0,3л на 1кг овощей) и тушат до готовности. В конце тушения добавляют лавровый лист.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

## Технологическая карта блюда № 37

Наименование блюда: **макаронные изделия отварные**

Номер рецептуры: **54-1г-2020**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей школьного возраста», Издательство, Новосибирск, 2021.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Макаронные изделия высшего сорта	68	68	6,8	6,8
Масло сливочное	7	7	0,7	0,7
Вода	408	408	40,8	40,8
<b>Выход</b>	-	<b>200</b>	-	<b>20,0</b>

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

<b>Белки (г):</b>	1,57	<b>Ca (мг):</b>	12,6	<b>K (мг):</b>	45	<b>B1</b>		<b>C</b>	
<b>Жиры (г):</b>	0,72	<b>Mg (мг):</b>	10,8	<b>I (мг):</b>		<b>B2</b>	0,02		
<b>Углеводы (г):</b>	28	<b>Fe (мг):</b>	0,4	<b>Se (мг):</b>		<b>A</b>			
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	176,4	<b>P (мг):</b>	43,2	<b>F (мг):</b>		<b>D</b>			

### Технология приготовления:

Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды 25-30 минут (вермишель 10-12 минут), проверяют на готовность - на разрезе не должно быть прослоек не проваренной муки. Готовые макаронные изделия откидывают, дают стечь отвару, проливают кипятком, заправляют прокипяченным сливочным маслом.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

### Технологическая карта блюда № 38

Наименование блюда: **чай-заварка**

Номер рецептуры: **684**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Чай в/с и 1-го сорта	1	1	0,100	0,100
Вода	54	54	5,400	5,400
<b>Выход</b>	-	<b>50</b>	-	<b>5,000</b>

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

<b>Белки (г):</b>	<b>Ca (мг):</b>	<b>K (мг):</b>	<b>B1</b>	<b>C</b>	
<b>Жиры (г):</b>	<b>Mg (мг):</b>	<b>I (мг):</b>	<b>B2</b>		
<b>Углеводы (г):</b>	<b>Fe (мг):</b>	<b>Se (мг):</b>	<b>A</b>		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	<b>P (мг):</b>	<b>F (мг):</b>	<b>D</b>		

#### Технология приготовления:

Чай заваривают в фарфоровом чайнике. Чайник ополаскивают горячей водой, насыпают чай на определенное количество порций, заливают кипятком примерно на 1/3 объема чайника, настаивают 5-10 минут, накрыв салфеткой, после чего доливают кипятком. Температура подачи 75°C.

Технолог:

**Н.Н. Михайлик**

## Технологическая карта блюда № 39

Наименование блюда: **чай с молоком**

Номер рецептуры: **630**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Чай-заварка № 627, мл	-	50	-	5,0
Сахар	-	15	-	1,5
Молоко	-	50	-	5,0
Вода	-	100	-	10,0
<b>Выход:</b>	-	<b>200</b>	-	<b>20,0</b>

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

<b>Белки (г):</b>	1,0	<b>Ca (мг):</b>	45,12	<b>K (мг):</b>	80,34	<b>B1</b>	0,012	<b>C</b>	0,5
<b>Жиры (г):</b>	1,0	<b>Mg (мг):</b>	12,5	<b>I (мг):</b>	0,002	<b>B2</b>	0,056		
<b>Углеводы (г):</b>	1,4	<b>Fe (мг):</b>	1,34	<b>Se (мг):</b>	0,0005	<b>A</b>	6,6		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	58,4	<b>P (мг):</b>	37,2	<b>F (мг):</b>		<b>D</b>	0,01		

### Технология приготовления:

В посуду насыпать чай и сахар на определенное количество порций, залить кипятком на то же количество порций и настаивать 5 минут. Процедить, добавить горячее кипяченое молоко, после чего разлить по стаканам.

На порцию чая (200мл) расходуют 50мл заварки, что равноценно 1г сухого чая.

Температура подачи 75°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

## Технологическая карта блюда № 40

Наименование блюда: **кофейный напиток на молоке**

Номер рецептуры: **689**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Кофейный напиток «Здоровье», «Экстра»	-	6	-	6,0
Молоко	-	50	-	5,0
Сахар	-	15	-	1,5
Вода	-	168	-	16,8
<b>Выход</b>	-	<b>200</b>	-	<b>20,0</b>

### Химический состав, витамины и микроэлементы

<b>Белки (г):</b>	2,6	<b>Ca (мг):</b>	122	<b>K (мг):</b>	68	<b>B1</b>	0,06	<b>C</b>	1,04
<b>Жиры (г):</b>	3,8	<b>Mg (мг):</b>	11,4	<b>I (мг):</b>		<b>B2</b>	0,26		
<b>Углеводы (г):</b>	22,4	<b>Fe (мг):</b>	0,2	<b>Se (мг):</b>		<b>A</b>	26,58		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	112,4	<b>P (мг):</b>	14	<b>F (мг):</b>		<b>D</b>	1,2		

### Технология приготовления:

Порошок кофейного напитка заливают кипятком (учитывая добавление молока) и доводят до кипения. После отстаивания (3-5 минут) напиток сливают в другую посуду, кладут сахар, добавляют горячее кипяченое молоко и вновь доводят до кипения.

Температура подачи 75°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик



## Технологическая карта блюда № 41

Наименование блюда: **Какао с молоком**

Номер рецептуры: **642**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Какао-порошок	-	4	-	0,4
Молоко	-	100	-	10,0
Вода	-	110	-	11,0
Сахар-песок	-	15	-	1,5
<b>Выход</b>	-	<b>200</b>	-	<b>20,0</b>

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

<b>Белки (г):</b>	4,6	<b>Ca (мг):</b>	103	<b>K (мг):</b>	20	<b>B1</b>	0,04	<b>C</b>	0,68
<b>Жиры (г):</b>	4,4	<b>Mg (мг):</b>	14,3	<b>I (мг):</b>	0,001	<b>B2</b>	0,17		
<b>Углеводы (г):</b>	12,5	<b>Fe (мг):</b>	1,1	<b>Se (мг):</b>	0,00023	<b>A</b>	17,25		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	107,2	<b>P (мг):</b>	80	<b>F (мг):</b>		<b>D</b>	1,6		

### Технология приготовления:

Какао-порошок смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка (100 мл) и растирают в однородную массу, затем при непрерывном помешивании вливают горячее кипяченое молоко, остальной кипятком и доводят до кипения.

Температура подачи 75°С.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

## Технологическая карта блюда № 42

**Наименование блюда:** чай с сахаром

**Номер рецептуры:** 685

**Наименование сборника рецептур:** «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений», Пермь, 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Чай - заварка	50	50	5,0	5,0
Вода	150	150	15,0	15,0
Сахар	15	1,5	1,5	1,5
<b>Выход</b>	-	<b>200/10</b>	-	<b>20,0/1,0</b>

### Химический состав на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	0,2	<b>Ca (мг):</b>	4,5	<b>K (мг):</b>	0,8	<b>B1</b>		<b>C</b>	0,04
<b>Жиры (г):</b>		<b>Mg (мг):</b>	0,8	<b>I (мг):</b>		<b>B2</b>	0,01		
<b>Углеводы (г):</b>	6,5	<b>Fe (мг):</b>	0,7	<b>Se (мг):</b>		<b>A</b>	0,3		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	36,8	<b>P (мг):</b>	7,2	<b>F (мг):</b>		<b>D</b>			

### Технология приготовления:

В стакан наливают заварку чая, кладут сахар, обработанный ломтик лимона, заливают кипящей водой.

Температура подачи 75°C.

### Требования к качеству:

Аромат и вкус напитка характерный для сорта чая, имеет привкус лимона. Прозрачный. Цвет коричневый.

Если чай не прозрачен и тускло-коричневого цвета, значит, он неправильно заварен.

**Технолог:**

**Н.Н. Михайлик**

### Технологическая карта блюда № 43

Наименование блюда: **бифидок, биоюгurt, йогurt, «Снежок» (промышленного производства)**

Номер рецептуры: **698**

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Йогurt или биоюгurt	207	200	20,7	20,0
Снежок или бифидок	207	200	20,7	20,0
<b>Выход:</b>	-	<b>200</b>	-	<b>20,0</b>

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

<b>Белки (г):</b>	6,4	<b>Ca (мг):</b>	208	<b>K (мг):</b>	80	<b>B1</b>	0,06	<b>C</b>	1,2
<b>Жиры (г):</b>	5	<b>Mg (мг):</b>	18	<b>I (мг):</b>	0,02	<b>B2</b>	0,3		
<b>Углеводы (г):</b>	22	<b>Fe (мг):</b>	0,2	<b>Se (мг):</b>	0,004	<b>A</b>	44		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	158	<b>P (мг):</b>	142	<b>F (мг):</b>	0,2	<b>D</b>	1		

#### Технология приготовления:

Йогurt, бифидок или «Снежок» разливают по стаканам.

Йогurt, биоюгurt или «Снежок», поступающий на предприятия общественного питания, в таре емкостью 0,2 литра отпускают в этой же посуде предварительно промыв проточной водой и обработав ветошью.

Температура подачи 14°C.

Технолог:

**Н.Н. Михайлик**

## Технологическая карта блюда № 44

Наименование блюда: **сок натуральный (промышленного производства)**

Номер рецептуры: **707**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Сок яблочный, или абрикосовый, или грушевый, или вишневый, или апельсиновый, или периковый или другой	200	200	20,0	20,0
<b>Выход:</b>	-	<b>200</b>	-	<b>20,0</b>

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

<b>Белки (г):</b>	1	<b>Ca (мг):</b>	14	<b>K (мг):</b>	40	<b>B1</b>	0,002	<b>C</b>	10
<b>Жиры (г):</b>	0,2	<b>Mg (мг):</b>	8	<b>I (мг):</b>	0,002	<b>B2</b>	0,001		
<b>Углеводы (г):</b>	20,2	<b>Fe (мг):</b>	1,8	<b>Se (мг):</b>		<b>A</b>			
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	92	<b>P (мг):</b>	14	<b>F (мг):</b>		<b>D</b>			

### Технология приготовления:

Продукт промышленного производства в упаковке, промывают проточной водой, протирают ветошью и разливают по стаканам.

Температура подачи 14°C.

Технолог:

**Н.Н. Михайлик**

## Технологическая карта блюда № 45

Наименование блюда: **напиток лимонный или апельсиновый**

Номер рецептуры: **699**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Лимоны, апельсины	16/22	16/22	1,6/2,2	1,6/2,2
Сахар	-	15	-	1,5
Вода	-	175	-	17,5
<b>Выход</b>	-	<b>200</b>	-	<b>20,0</b>

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

<b>Белки (г):</b>		<b>Ca (мг):</b>	9,28	<b>K (мг):</b>	12,24	<b>B1</b>	0,002	<b>C</b>	22,92
<b>Жиры (г):</b>		<b>Mg (мг):</b>	2,88	<b>I (мг):</b>		<b>B2</b>	0,002		
<b>Углеводы (г):</b>	12,4	<b>Fe (мг):</b>	0,08	<b>Se (мг):</b>		<b>A</b>	0,2		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	91	<b>P (мг):</b>	1,6	<b>F (мг):</b>	0,72	<b>D</b>			

### Технология приготовления:

Цедру, снятую с лимона, мелко нарезают, заливают горячей водой, кипятят в течение 5 мин, затем оставляют на 3-4ч для настаивания. После процеживания в отвар добавляют сахар, лимонный сок, кипятят и охлаждают.

Температура подачи 14°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

## Технологическая карта блюда № 46

Наименование блюда: **компот из сухофруктов, из кураги, из кураги и чернослива**

Номер рецептуры: **638**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Смесь сухофруктов	15	56	1,5	5,6
Или курага	20	37	2,0	3,7
Или чернослив	25	37	2,5	3,7
Или изюм	20	32	2,0	3,2
Сахар	20	20	2,0	2,0
Лимонная кислота	0,2	0,2	0,02	0,02
Вода	203	203	20,3	20,3
<b>Выход</b>	-	<b>200</b>	-	<b>20,0</b>

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

<b>Белки (г):</b>	0,6	<b>Ca (мг):</b>	25,2	<b>K (мг):</b>		<b>B1</b>		<b>C</b>	10,4
<b>Жиры (г):</b>		<b>Mg (мг):</b>	19,4	<b>I (мг):</b>		<b>B2</b>	0,02		
<b>Углеводы (г):</b>	29	<b>Fe (мг):</b>	0,6	<b>Se (мг):</b>		<b>A</b>	10		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	111,2	<b>P (мг):</b>	39,6	<b>F (мг):</b>		<b>D</b>			

### Технология приготовления:

Подготовленные сушеные плоды или ягоды заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, добавляют кислоту лимонную и варят до готовности.

Груши сушеные в зависимости от величины и вида варят 1-2ч, яблоки – 20-30 минут, чернослив, урюк, курагу – 10-20 минут, изюм – 5-10 минут.

Температура подачи 14°C.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

## Технологическая карта блюда № 47

Наименование блюда: **кисель из кураги**

Номер рецептуры: **643**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Курага	20	20	2,0	2,0
Сахар	20	20	2,0	2,0
Крахмал картофельный	9	9	0,9	0,9
Вода	220	220	22,0	22,0
<b>Выход</b>	-	<b>200</b>	-	<b>20,0</b>

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

<b>Белки (г):</b>	0,6	<b>Ca (мг):</b>	25,2	<b>K (мг):</b>		<b>B1</b>	0,006	<b>C</b>	10,4
<b>Жиры (г):</b>		<b>Mg (мг):</b>	19,4	<b>I (мг):</b>		<b>B2</b>	0,02		
<b>Углеводы (г):</b>	29	<b>Fe (мг):</b>	0,6	<b>Se (мг):</b>		<b>A</b>	10		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	111,2	<b>P (мг):</b>	39,6	<b>F (мг):</b>		<b>D</b>			

### Технология приготовления:

Курагу промывают, заливают горячей водой и варят до готовности, вводят сахар, доводят до кипения, вводят подготовленный крахмал и вновь доводят до кипения.

Температура подачи 12-14°C.

Технолог:

Михайлик Н.Н.

## Технологическая карта блюда № 48

Наименование блюда: **компот из свежих яблок**

Номер рецептуры: **631**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Яблоки	45	40	4,5	4,0
Сахар	-	15	-	1,5
Вода	-	172	-	17,2
<b>Выход</b>	-	<b>200</b>	-	<b>20,0</b>

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

<b>Белки (г):</b>	0,2	<b>Ca (мг):</b>	10,8	<b>K (мг):</b>	5,2	<b>B1</b>		<b>C</b>	10,6
<b>Жиры (г):</b>	0,2	<b>Mg (мг):</b>	5,8	<b>I (мг):</b>	0,001	<b>B2</b>			
<b>Углеводы (г):</b>	30,6	<b>Fe (мг):</b>	0,6	<b>Se (мг):</b>		<b>A</b>	18		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	118,2	<b>P (мг):</b>	0,8	<b>F (мг):</b>	0,052	<b>D</b>	1,3		

### Технология приготовления:

Яблоки с удаленным семенным гнездом нарезают дольками. В горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, проваривают 10-12 минут и процеживают. В подготовленный сироп погружают плоды и варят при слабом кипении не более 6-8 минут.

Температура подачи 12-14°C.

Технолог:

**Н.Н. Михайлик**



### Технологическая карта блюда № 49

Наименование блюда: печенье сахарное или песочное

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Печенье	-	30	-	3,0
Выход	-	30	-	3,0

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

<b>Белки (г):</b>	1,96	<b>Ca (мг):</b>	12,95	<b>K (мг):</b>	49,7	<b>B1</b>	0,02	<b>C</b>	
<b>Жиры (г):</b>	5,6	<b>Mg (мг):</b>	11,55	<b>I (мг):</b>		<b>B2</b>	0,08		
<b>Углеводы (г):</b>	23,06	<b>Fe (мг):</b>	0,89	<b>Se (мг):</b>		<b>A</b>	1,75		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	157,5	<b>P (мг):</b>	48,3	<b>F (мг):</b>		<b>D</b>			

#### Технология приготовления:

Продукт промышленного производства.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

## Технологическая карта блюда № 50

Наименование блюда: **Сыр порционный**

Номер рецептуры: 54-1з-2020

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей школьного возраста», Издательство, Новосибирск, 2021.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Сыр "Российский", "Голландский"	11	10	1,1	1,0
<b>Выход</b>	-	<b>10</b>	-	<b>1,0</b>

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

<b>Белки (г):</b>	2,32	<b>Ca (мг):</b>	88	<b>K (мг):</b>	5,86	<b>B1</b>	0,003	<b>C</b>	0,005
<b>Жиры (г):</b>	2,95	<b>Mg (мг):</b>	2,33	<b>I (мг):</b>		<b>B2</b>	0,002		
<b>Углеводы (г):</b>		<b>Fe (мг):</b>	0,06	<b>Se (мг):</b>	0,001	<b>A</b>	19,2		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	36,4	<b>P (мг):</b>	33,3	<b>F (мг):</b>		<b>D</b>	0,63		

**Технология приготовления:**

Сыр нарезают на крупные куски, очищают от наружного покрытия и нарезают ломтиками прямоугольной, квадратной, треугольной формы толщиной 2-3 мм.

Сыр нарезают не ранее, чем за 30-40 минут до отпуска.

Перед раздачей порционированный сыр хранят в холодильнике.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

### Технологическая карта блюда № 51

Наименование блюда: пряники промышленного производства

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Пряники	40	40	4,0	4,0
<b>Выход</b>	-	<b>40</b>	-	<b>4,0</b>

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

Белки (г):	2,5	Ca (мг):	75	K (мг):	96	B1	0,08	C	
Жиры (г):	10	Mg (мг):	6	I (мг):		B2	0,14		
Углеводы (г):	34	Fe (мг):	0,8	Se (мг):		A	32		
Эн. Ценность (ккал):	103	P (мг):	112	F (мг):		D	1,89		

#### Технология приготовления:

Продукт промышленного производства.

Технолог:

Михайлик Н.Н.

## Технологическая карта блюда № 52

Наименование блюда: **масло (порциями)**

Номер рецептуры: **96**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Масло сливочное	10	10	1,0	1,0
<b>Выход:</b>	-	<b>10</b>	-	<b>1,0</b>

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

<b>Белки (г):</b>	0,08	<b>Ca (мг):</b>	1,2	<b>K (мг):</b>	1,5	<b>B1</b>	0,38	<b>C</b>	
<b>Жиры (г):</b>	7,25	<b>Mg (мг):</b>	0,04	<b>I (мг):</b>		<b>B2</b>	0,01		
<b>Углеводы (г):</b>	0,17	<b>Fe (мг):</b>	0,02	<b>Se (мг):</b>		<b>A</b>	65,3		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	66,1	<b>P (мг):</b>	1,9	<b>F (мг):</b>		<b>D</b>	0,15		

### Технология приготовления:

Масло нарезают на кусочки прямоугольной или другой формы.

Температура подачи 12-14°C.

Технолог:

Михайлик Н.Н.

## Технологическая карта блюда № 53

Наименование блюда: **фрукты свежие**

Наименование сырья	Расход продукта на 1 изделие	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Яблоки (х/о-12%) или	112	100
Груши (х/о-10%) или	111	100
Апельсины (х/о-10%) или	111	100
Бананы (х/о-10%)	111	100
Мандарины (х/о-10%)	111	100
Выход	-	100

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

<b>Белки (г):</b>	0,8	<b>Ca (мг):</b>	35	<b>K (мг):</b>	55	<b>B1</b>	0,006	<b>C</b>	33
<b>Жиры (г):</b>	0,2	<b>Mg (мг):</b>	11	<b>I (мг):</b>	0,003	<b>B2</b>	0,003		
<b>Углеводы (г):</b>	7,5	<b>Fe (мг):</b>	0,1	<b>Se (мг):</b>	0,0001	<b>A</b>	10		
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	53	<b>P (мг):</b>	17	<b>F (мг):</b>	0,015	<b>D</b>			

### Технология приготовления:

Фрукты перед отпуском перебирают, удаляют плодоножки, сорные примеси, выдерживают в 10% растворе поваренной соли в течение 10 минут, затем тщательно промывают проточной питьевой холодной водой.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

## Технологическая карта блюда № 54

Наименование блюда: **хлеб пшеничный**

Наименование сырья	Расход продукта на 1 изделие	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Хлеб пшеничный	-	60
Выход	-	60

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

<b>Белки (г):</b>	4,42	<b>Ca (мг):</b>	75	<b>K (мг):</b>	84,6	<b>B1</b>	0,08	<b>C</b>	0,012
<b>Жиры (г):</b>	2,7	<b>Mg (мг):</b>	24,6	<b>I (мг):</b>		<b>B2</b>	0,015		
<b>Углеводы (г):</b>	26,1	<b>Fe (мг):</b>	0,16	<b>Se (мг):</b>	0,00002	<b>A</b>			
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	92	<b>P (мг):</b>	77,4	<b>F (мг):</b>		<b>D</b>			

### Технология приготовления:

Продукт промышленного производства.

Технолог:

Н.Н. Михайлик

## Технологическая карта блюда № 55

Наименование блюда: **хлеб ржаной**

Наименование сырья	Расход продукта на 1 изделие	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Хлеб пшеничный	-	36
Выход	-	36

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

<b>Белки (г):</b>	2,55	<b>Ca (мг):</b>	21,9	<b>K (мг):</b>	49,8	<b>B1</b>	0,03	<b>C</b>	0,012
<b>Жиры (г):</b>	0,99	<b>Mg (мг):</b>	12	<b>I (мг):</b>		<b>B2</b>	0,01		
<b>Углеводы (г):</b>	12,75	<b>Fe (мг):</b>	0,85	<b>Se (мг):</b>		<b>A</b>			
<b>Эн. Ценность (ккал):</b>	77,7	<b>P (мг):</b>	37,5	<b>F (мг):</b>	0,015	<b>D</b>			

**Технология приготовления:**

Продукт промышленного производства.

**Технолог:**

**Н.Н. Михайлик**

## Технологическая карта № 56

Наименование изделия: **Яйцо отварное**

Номер рецептуры: 337

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

### Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
Яйца (в шт.)	1 шт.	40
Выход		1 шт.

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

Белк и	Жиры, г	Общие углеводы ,г	Витамины,мг				Минеральные вещества,мг				Энергетическ ая ценность, кка л
			В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
общ	общ										
5,08	4,6	0,28	0,03		100	0,24	22	76,8	4,8	1	62,84

### Технология приготовления

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 ДО.

При варке в скорлупе яйца погружают в кипящую подсоленную воду (3л воды и 40-50 г соли на 10 яиц) и варят вкрутую-10 мин после закипания воды. Для облегчения очистки от скорлупы яйца сразу же после варки погружают в холодную воду.

Температура подачи не ниже +15° С.

### Требования к качеству

*Внешний вид:* кругло - овальной формы, без трещин на поверхности.

*Консистенция:* умеренно плотная.

*Цвет:* желтка - желтый, белка - белый.

*Вкус:* отварного свежего яйца, приятный

*Запах:* слабовыраженный сероводорода.



## Технологическая карта № 57

Наименование кулинарного изделия (блюда): ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СОУСЕ.

Номер рецептуры: № 443

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

### Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, гр.	нетто, гр.
Печень говяжья	86	71
или свинья	81	71
Мука пшеничная	3	3
Масса п/ф		74
Масло растительное	5	5
Масса жареной печени		50
Соус сметанный		50
Выход	100,0	

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки	Жиры,г	Общие углеводы,г	Витамины,мг				Минеральные вещества,мг				Энергетическая ценность,
			В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
14,96	16,55	19,8	0,19	1,02	192	1	30	124	38	2,8	240,38

### Технологический процесс

Печень очищают от пленок и желчных протоков, промывают, нарезают на тонкие порционные кусочки, посыпают солью, панируют в муке и обжаривают до полуготовности (5-10 минут) Затем заливают соусом, приготовленным из подсушенной муки, сметаны, соли, тушить до готовности (15-20мин).

### Требования к оформлению, реализации и хранению

Подают с гарниром и соусом. Срок реализации – в течение 2 часов с момента приготовления.

### Органолептические показатели качества:

Внешний вид — консистенция печени мягкая, соуса однородная, слегка вязкая, без комков заварившейся муки.

Цвет — светло-коричневый.

Вкус и запах — приятный запах свежих продуктов, вкус характерный для рецептурных компонентов, без посторонних привкусов и запахов.

## Технологическая карта № 58

**Наименование изделия:** Рыба, тушенная в сметанном соусе

**Номер рецептуры:** 383

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

### Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
Или горбуша неразделанная	175	96
Или треска неразделанная	232	96
Или филе	111	96
Лук репчатый	19	16
Морковь		
До 1 января	35	28
С 1 января	37	28
Масло растительное	7	7
Соус сметанный		
Мука пшеничная	0,6	0,6
Масло коровье сладкосливочное	0,6	0,6
Овощной отвар или вода	11	11
Масса соуса		10
Сметана	10	10
Выход соуса		20
Масса тушеной рыбы		80
Масса готовой рыбы с овощами и соусом		100
Выход		80/20

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

Белки	Жиры,г	Общие углеводы,г	Витамины,мг				Минеральные вещества,мг				Энергетическая ценность,ккал
			В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
11,65	11,36	26,58	0,09	0,28	62,5		56,76	171,57	28,5	1,64	255

### Технология приготовления

Рыбу размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 град. С из расчета 2 л на 1 кг рыбы. Для сокращения потерь минеральных веществ в воду рекомендуется добавлять соль из расчета 7 - 10 г на 1 л. Не рекомендуется размораживать в воде рыбное филе, рыбу осетровых пород.

Порционные куски рыбы, нарезанные на кусочки под углом 90° С, укладывают в лоток или противень, смаханный маслом, на слой шинкованных овощей, добавляют горячий рыбный бульон на 1/3 высоты занимаемой рыбой, соль и припускают при закрытой крышке 10-15 минут, затем бульон сливают, на его основе готовят соус сметанный.

Рыбу заливают сметанным соусом, тушат 10 минут, за 3 мин до готовности кладут лавровый лист.

Приготовление белого соуса: муку подсушивают при температуре 110-120° С, не допуская изменения цвета, охлаждают до 60-70°С, растирают с сливочным маслом, вливают постепенно ¼ горячего бульона и вымешивают до образования однородной массы, затем добавляют оставшийся бульон или воду и вымешивают.

Для приготовления соуса сметанного в горячий белый соус кладут прокипяченную сметану, соль и кипятят 3-5 минут, процеживают и доводят до кипения.

Температура подачи +60...+65° С.

### **Требования к качеству**

*Внешний вид:* целый кусок рыбы уложен на тарелку с овощами, полит соусом сметанным.

*Консистенция:* мягкая, допускается легкое расслаивание мякоти.

*Цвет:* рыбы на разрезе - белый или светло-серый.

*Вкус:* рыбы, солоноватый.

*Запах:* рыбный.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 59

Наименование изделия: Капуста тушеная

Номер рецептуры: 43

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2004 г.

Наименование продукта	Норма расхода продуктов на 1 порцию массой нетто 100 г	
	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Капуста белокочанная очищенная полуфабрикат <i>или</i> Капуста белокочанная свежая	150 187,5	150 150
Масло сливочное	7,5	7,5
Томат-паста	3	3
Морковь столовая очищенная полуфабрикат <i>или</i> Морковь столовая свежая	15 18,75	15 15
Коренья петрушки сушеные	0,75	0,75
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат <i>или</i> Лук репчатый свежий	12 14,25	12 12
Мука Пшеничная 1 сорта	3	3
Соль поваренная	0,38	0,38
Сахар-песок	3	3
Вода питьевая	45	45
<b>Выход:</b>	<b>-</b>	<b>150</b>

### Рецептура

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки общ	Жиры,г общ	Общие углеводы,г	Витамины,мг				Минеральные вещества,мг				Энергетическая ценность,ккал
			В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
4,13	6,22	27,82	0,008	32,4	24,71	1,65	21,82	162	22,49	0,34	139,95

**Технология приготовления:** очищенные овощи промывают в проточной воде, нарезанную соломкой капусту

белокочанную свежую кладут в котел слоем не более 30 см, добавляют воду (20-30% к массе сырой капусты), масло сливочное, томат-пасту, припущенную в небольшом количестве воды в течение 5-7 мин, и тушат при периодическом помешивании до полуготовности.

Подготовленные морковь, лук репчатый нарезают соломкой, добавляют корень петрушки и припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла сливочного в течение 10-15 мин, затем их добавляют к капусте и тушат до готовности. Муку пшеничную слегка подсушивают на сковороде (без добавления масла), разводят водой, хорошо вымешивают при слабом кипении до образования однородной массы в течение 3-5 мин. За 5 мин до готовности к

капусте добавляют подготовленные муку, соль поваренную йодированную, сахар-песок и вновь доводят до кипения.

Если капуста свежая горчит, ее перед тушением бланшируют в течение 3-5 мин.

**Температура подачи:**  $65\pm 5^{\circ}\text{C}$ .

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