

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МКОУ «Гниловская ООШ»

Румянцева Т.Ф.

« 26 августа » 2021 г.



**ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ**  
**К ПРИМЕРНОМУ ДЕСЯТИДНЕВНОМУ ЦИКЛИЧНОМУ МЕНЮ**  
**УЧАЩИХСЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО КАЗЁННОГО**  
**ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ**  
**«ГНИЛОВСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»**

с. Гнилое  
2021 г.

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

Наименование кулинарного изделия (блюда): Бутерброд с сыром

Номер рецептуры: 3

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Сыр "Российский"	16	15	1600	1500
или Сыр "Волжский"	16	15	1600	1500
или Сыр "Угличский"	16	15	1600	1500
или Сыр "Голландский"	16.5	15	1650	1500
или Сыр "Швейцарский"	16.5	15	1650	1500
или Сыр "Чеддер"	16.5	15	1650	1500
или Сыр "Московский"	16	15	1600	1500
или Сыр "Ярославский"	16	15	1600	1500
или Сыр "Степной"	15.5	15	1550	1500
или Сыр "Костромской"	15.5	15	1550	1500
Масло сливочное	5	5	500	500
Хлеб пшеничный, формовой из муки высшего сорта	30	30	3000	3000
<b>Выход: 50</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	5.8	Ca (мг)	139.2
Жиры (г):	8.3	Mg (мг)	9.45
Углеводы (г):	14.83	Fe (мг)	0.49
Эн. ценность (ккал):	157	C (мг)	0.11

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

Ломтик хлеба намазывают маслом, а сверху кладут кусочек сыра.

Внешний вид: ровные ломтики хлеба, намазанные маслом, сверху - сыр прямоугольной или треугольной формы. Консистенция: мягкая. Цвет: сыра и хлеба. Вкус: сыра и хлеба. Запах: сыра в сочетании со свежим хлебом.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 21

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Салат из соленых огурцов с луком

**Номер рецептуры:** 21

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Огурцы соленые	60.78	48.6	6078	4860
Лук зеленый	11.28	9	1128	900
или Лук репчатый	10.74	9	1074	900
Масло растительное	3	3	300	300
<b>Выход: 60</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	0.5	Ca (мг)	20.38
Жиры (г):	3.02	Mg (мг)	8.35
Углеводы (г):	1.1	Fe (мг)	0.38
Эн. ценность (ккал):	33.6	C (мг)	4.25

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

Огурцы нарезают тонкими ломтиками, добавляют шинкованный репчатый или зеленый лук и поливают маслом растительным.

Внешний вид: огурцы нарезаны ломтиками, лук - соломкой. Консистенция: хрустящая, сочная. Цвет: зеленый. Вкус: соленых огурцов и лука. Запах: соленых огурцов и лука.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 45

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Салат из белокочанной капусты

**Номер рецептуры:** 45

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Капуста белокочанная	59.16	47.34	5916	4734
~ Масса прогретой капусты	-	42.6	-	4260
Лук зеленый	7.5	6	750	600
или Морковь	7.5	6	750	600
Лимонная кислота	0.18	0.18	18	18
Вода	5.82	5.82	582	582
Сахарный песок	3	3	300	300
Масло растительное	3	3	300	300
Соль поваренная пищевая	0.9	0.9	90	90
<b>Выход: 60</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	0.79	Ca (мг)	17.3
Жиры (г):	1.95	Mg (мг)	16.99
Углеводы (г):	3.76	Fe (мг)	0.3
Эн. ценность (ккал):	35.76	C (мг)	11.31

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

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 нашинкованным зеленым луком или морковью, нарезанной соломкой, добавляют сахар и растительное масло.

Внешний вид: капуста и морковь нарезаны тонкой соломкой, лук зеленый нашинкован. Салат заправлен раствором лимонной кислоты, растительным маслом, посыпан зеленью. Консистенция: овощей - хрустящая, не жесткая, сочная. Цвет: свойственный входящим в салат продуктам. Вкус: приятно-кисловатый со слегка ощутимой сладостью, умеренно соленый, без горечи. Запах: свежей белокочанной капусты в смеси с заправкой.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 67

Наименование кулинарного изделия (блюда): Винегрет овощной

Номер рецептуры: 67

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Картофель	17.34	12.6	1734	1260
~ Масса вареных очищенных овощей	-	12.6	-	1260
Свекла	11.46	9	1146	900
~ Масса вареных очищенных овощей	-	9	-	900
Морковь	7.56	6	756	600
~ Масса вареных очищенных овощей	-	6	-	600
Огурцы соленые	11.28	9	1128	900
Капуста белокочанная, квашеная	12.84	9	1284	900
Лук зеленый	11.28	9	1128	900
или Лук репчатый	10.74	9	1074	900
Масло растительное	6	6	600	600
<b>Выход: 60</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	0.83	Ca (мг)	24.88
Жиры (г):	6.01	Mg (мг)	12.07
Углеводы (г):	3.93	Fe (мг)	0.52
Эн. ценность (ккал):	73.2	C (мг)	7.04

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

Вареные, очищенные картофель, свеклу, морковь, соленые огурцы нарезают ломтиками, капусту квашеную перебирают, отжимают и шинкуют. Зеленый или репчатый лук мелко нарезают. Нарезанную свеклу заправляют частью растительного масла, предусмотренного по рецептуре, затем все овощи соединяют, заправляют оставшейся частью растительного масла и перемешивают. В винегрет можно добавлять от 50 до 100 г зеленого горошка за счет соответственного уменьшения соленых огурцов или квашеной капусты. Зеленый горошек перед использованием прогревают в собственном соку.

Внешний вид: картофель, свекла, морковь, огурцы нарезаны ломтиками, рубленая квашеная капуста отжата от рассола, зеленый или репчатый лук мелко нарезан, винегрет полит растительным маслом. Консистенция: капусты, огурцов - хрустящая; картофеля, свеклы, моркови - мягкая. Цвет: натуральный, свойственный овощам, входящим в состав винегрета. Вкус: острый, соответствующих овощей, умеренно соленый. Запах: овощей, растительного масла.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 75

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Икра свекольная (или морковная)

**Номер рецептуры:** 75

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Свекла	57.42	45	5742	4500
~ Масса вареных очищенных овощей	-	45	-	4500
или Морковь	56.52	45	5652	4500
Лук репчатый	12.48	10.5	1248	1050
Томат-пюре	15	15	1500	1500
Масло растительное	4.5	4.5	450	450
Сахарный песок	0.72	0.72	72	72
<b>Выход: 60</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	1.42	Ca (мг)	35.53
Жиры (г):	0.06	Mg (мг)	18.08
Углеводы (г):	13.72	Fe (мг)	1.02
Эн. ценность (ккал):	111.18	C (мг)	3.4

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

Свеклу или морковь 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, прогревают и охлаждают. Отпускают по 75-100 г на порцию, уложив на тарелку горкой.

Внешний вид: икра уложена горкой, посыпана зеленью. Консистенция: сочная, однородная. Цвет: светло-оранжевый - морковной икры и малиново-красный - свекольной. Вкус: моркови или свеклы, пассерованного репчатого лука и томата. Запах: моркови или свеклы с привкусом пассерованного лука и томата.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 82

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Борщ с капустой и картофелем

**Номер рецептуры:** 82

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тютельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Свекла	40	32	4000	3200
Капуста белокочанная	20	16	2000	1600
или Капуста белокочанная, квашеная	17.2	12	1720	1200
Картофель	21.4	16	2140	1600
Морковь	10	8	1000	800
Петрушка (корень)	2.6	2	260	200
Лук репчатый	9.6	8	960	800
Томат-пюре	6	6	600	600
Масло растительное	4	4	400	400
Сахарный песок	2	2	200	200
Бульон рыбный	160	160	16000	16000
или Бульон куриный	160	160	16000	16000
или Бульон костный № 80	-	160	-	16000
или Вода	160	160	16000	16000
Лавровый лист	0.01	0.01	1	1
Соль поваренная пищевая	1.2	1.2	120	120
<b>Выход: 200</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	1.44	Ca (мг)	39.78
Жиры (г):	3.94	Mg (мг)	20.9
Углеводы (г):	8.74	Fe (мг)	0.98
Эн. ценность (ккал):	83	C (мг)	8.54

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

В кипящий бульон или воду закладывают нашинкованную свежую капусту, доводят до кипения, затем добавляют картофель, нарезанный брусочками, варят 10-15 мин, кладут слегка пассерованные или припущенные овощи, тушеную или вареную свеклу и варят борщ до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль, сахар. При использовании квашеной капусты, ее в тушеном виде вводят в борщ вместе со свеклой. Борщ можно заправить подсушенной мукой, разведенной бульоном или водой (10 г муки на 1000 г борща).

Внешний вид: овощи сохранили форму нарезки (свекла, капуста, морковь, лук - соломкой, картофель - брусочками). Консистенция: свекла и овощи мягкие, капуста свежая - упругая. Цвет: малиново-красный, жира на поверхности - оранжевый. Вкус: кисло-сладкий, умеренно соленый. Запах: свойственный овощам.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 88

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Щи из свежей капусты с картофелем

**Номер рецептуры:** 88

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Капуста белокочанная	50	40	5000	4000
Картофель	32	24	3200	2400
Морковь	10	8	1000	800
Петрушка (корень)	2.6	2	260	200
Лук репчатый	9.6	8	960	800
Томат-пюре	2	2	200	200
Масло растительное	4	4	400	400
Бульон костный № 80	-	160	-	16000
или Бульон рыбный	160	160	16000	16000
или Бульон куриный	160	160	16000	16000
или Вода	160	160	16000	16000
Лавровый лист	0.01	0.01	1	1
Соль поваренная пищевая	1.2	1.2	120	120
<b>Выход: 200</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	1.42	Ca (мг)	39.4
Жиры (г):	3.96	Mg (мг)	17.7
Углеводы (г):	6.32	Fe (мг)	0.66
Эн. ценность (ккал):	71.8	C (мг)	12.62

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

Капусту нарезают шашками, картофель - дольками. В кипящий бульон или воду закладывают капусту, доводят до кипения, затем кладут картофель, добавляют слегка пассерованные или припущенные морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки в щи добавляют прогретое томатное пюре. При приготовлении щей из ранней капусты ее закладывают после картофеля.

Внешний вид: капуста нарезана шашками, морковь, лук, картофель - дольками. Консистенция: капуста упругая, овощи мягкие. Цвет: желто-оранжевый, жира на поверхности - оранжевый; овощей - натуральный. Вкус: капусты в сочетании с входящими в состав щей овощами, умеренно соленый. Запах: свойственный овощам, капусты.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 96

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Рассольник ленинградский

**Номер рецептуры:** 96

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Картофель	80	60	8000	6000
Крупа перловая	4	4	400	400
или Пшеничная крупа	4	4	400	400
или Крупа рисовая	4	4	400	400
или Крупа овсяная	4	4	400	400
Морковь	10	8	1000	800
Лук репчатый	4.8	4	480	400
Огурцы соленые	13.4	12	1340	1200
Масло растительное	4	4	400	400
Бульон костный № 80	-	150	-	15000
или Бульон рыбный	150	150	15000	15000
или Бульон куриный	150	150	15000	15000
или Вода	150	150	15000	15000
Лавровый лист	0.01	0.01	1	1
Соль поваренная пищевая	1.2	1.2	120	120
<b>Выход: 200</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	1.62	Ca (мг)	23.32
Жиры (г):	4.08	Mg (мг)	19.34
Углеводы (г):	9.58	Fe (мг)	0.74
Эн. ценность (ккал):	85.8	C (мг)	6.7

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

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

Внешний вид: огурцы без кожицы и семян, нарезаны ромбиками или соломкой, картофель - брусочками, коренья - соломкой. Консистенция: овощей - сочная; огурцов - слегка хрустящая; перловая крупа хорошо разварена. Цвет: бульона - желтый, жир на поверхности - желтый, цвет овощей - натуральный. Вкус: острый, умеренно соленый, с умеренной кислотностью. Запах: огуречного рассола, овощей.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 99

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Суп из овощей

**Номер рецептуры:** 99

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Капуста белокочанная	20	16	2000	1600
Картофель	53.4	40	5340	4000
Морковь	10	8	1000	800
Лук репчатый	9.6	8	960	800
Горошек зеленый консервированный	9.2	6	919	600
или Фасоль	6.6	6	660	600
Масло растительное	4	4	400	400
Бульон костный № 80	-	150	-	15000
или Бульон рыбный	150	150	15000	15000
или Бульон куриный	150	150	15000	15000
или Вода	150	150	15000	15000
Лавровый лист	0.01	0.01	1	1
Соль поваренная пищевая	1.2	1.2	120	120
<b>Выход: 200</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	1.28	Ca (мг)	27.88
Жиры (г):	4	Mg (мг)	16.6
Углеводы (г):	7.32	Fe (мг)	0.62
Эн. ценность (ккал):	76.2	C (мг)	8.3

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

В кипящий бульон кладут нашинкованную белокочанную капусту, нарезанные стручки фасоли, картофель, нарезанный дольками. За 10-15 мин до окончания варки супа добавляют слегка пассерованные или припущенные овощи, горошек зеленый, соль. Суп можно отпускать с прокипяченной сметаной.

Внешний вид: капуста, коренья, стручки фасоли нарезаны соломкой, картофель - дольками. Консистенция: овощи мягкие, но не переварены. Цвет: бульона - золотистый, жира на поверхности - светло-оранжевый. Вкус: капусты, картофеля, овощей; умеренно соленый, кисловатый. Запах: кореньев, овощей.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 102

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Суп картофельный с бобовыми

**Номер рецептуры:** 102

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Картофель	53.4	40	5340	4000
Фасоль	16.2	16	1620	1600
или Горох, лущеный	16.2	16	1620	1600
или Чечевица, зерно	20.2	20	2020	2000
Лук репчатый	9.6	8	960	800
Морковь	10	8	1000	800
Петрушка (корень)	2.6	2	260	200
Масло растительное	4	4	400	400
или Жир пищевой	4	4	400	400
Бульон костный № 80	-	140	-	14000
или Бульон рыбный	140	140	14000	14000
или Бульон куриный	140	140	14000	14000
или Вода	140	140	14000	14000
Лавровый лист	0.01	0.01	1	1
Соль поваренная пищевая	1.2	1.2	120	120
<b>Выход: 200</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	4.4	Ca (мг)	34.14
Жиры (г):	4.22	Mg (мг)	28.46
Углеводы (г):	13.22	Fe (мг)	1.64
Эн. ценность (ккал):	118.6	C (мг)	4.66

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

Картофель нарезают крупными кубиками, морковь и петрушку - мелкими кубиками, лук мелко рубят. Подготовленную фасоль, или горох, или чечевицу кладут в бульон или воду, доводят до кипения, добавляют картофель, слегка пассерованные или припущенные морковь и лук и варят до готовности.

Внешний вид: картофель нарезан кубиками или дольками; горох (кроме лущеного) или фасоль - в виде целых, неразваренных зерен. Консистенция: картофель и бобовые - мягкие; горох лущеный - пореобразный. Цвет: светло-желтый (горчичный) - супа горохового; светло-коричневый - супа фасолевого. Вкус: свойственный гороху или фасоли, умеренно соленый. Запах: гороха, корней и лука.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 103

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Суп картофельный с макаронными изделиями

**Номер рецептуры:** 103

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Картофель	80	60	8000	6000
Макаронны из муки 1 сорта	1.6	1.6	160	160
Лапша	1.6	1.6	160	160
Вермишель	1.6	1.6	160	160
Лапша домашняя № 114	-	1.6	-	160
Макаронные изделия, высшего сорта, яичные	1.6	1.6	160	160
Морковь	10	8	1000	800
Лук репчатый	9.6	8	960	800
Масло растительное	2	2	200	200
Бульон костный № 80	-	140	-	14000
или Бульон рыбный	140	140	14000	14000
или Бульон куриный	140	140	14000	14000
или Вода	140	140	14000	14000
Лавровый лист	0.01	0.01	1	1
Соль поваренная пищевая	1.2	1.2	120	120
<b>Выход: 200</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	2.16	Ca (мг)	23.36
Жиры (г):	2.28	Mg (мг)	21.82
Углеводы (г):	13.96	Fe (мг)	0.9
Эн. ценность (ккал):	94.6	C (мг)	6.6

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

Овощи нарезают в соответствии с видом используемых макаронных изделий: картофель - брусочками или кубиками, коренья - брусочками, соломкой или кубиками, лук шинкуют или мелко рубят. Морковь и лук пассеруют. В кипящий бульон или воду кладут макароны и варят 10-15 мин, затем добавляют картофель и слегка пассерованные или припущенные овощи, лапшу, соль и варят до готовности. Вермишель и фигурные изделия добавляют в суп за 10-15 мин до готовности супа.

Внешний вид: овощи и макаронные изделия сохранили форму. Консистенция: картофель и овощи - мягкие; макаронные изделия хорошо набухшие, мягкие. Цвет: супа - золотистый, жира на поверхности - светло-оранжевый. Вкус: овощей, умеренно соленый. Запах: овощей и макаронных изделий.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 104

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Суп картофельный с мясными фрикадельками

**Номер рецептуры:** 104

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Картофель	93.5	70.18	9350	7018
Морковь	8.78	7.02	877	702
Лук репчатый	8.42	7.02	842	702
Томат-пюре	1.76	1.76	176	176
Масло растительное	1.76	1.76	176	176
Бульон костный № 80	-	122.8	-	12280
или Бульон рыбный	122.8	122.8	12280	12280
или Бульон куриный	122.8	122.8	12280	12280
или Вода	122.8	122.8	12280	12280
Лавровый лист	0.01	0.01	1	1
Соль поваренная пищевая	1.06	1.06	106	106
Фрикадельки мясные № 105	-	24.56	-	2456
~ На порцию 250 грамм	6.14	6.14	614	614
<b>Выход: 200</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	1.76	Ca (мг)	23.76
Жиры (г):	2.22	Mg (мг)	23.74
Углеводы (г):	12.32	Fe (мг)	0.92
Эн. ценность (ккал):	84.8	C (мг)	8.86

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, добавляют нарезанные кубиками слегка пассерованные или припущенные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют прогретое томатное пюре, соль. Фрикадельки припускают отдельно в небольшом количестве бульона или воды до готовности и кладут в суп при отпуске. Бульон после припускания фрикаделек добавляют в суп. Можно готовить суп без томатного пюре.

Внешний вид: картофель и овощи нарезаны кубиками, сохранили форму нарезки (не разрезаны и не помяты). Фрикадельки одинакового размера. Консистенция: картофель и овощи - мягкие; фрикадельки - упругие, сочные. Цвет: бульона - золотистый, жира на поверхности - светло-оранжевый. Вкус: картофеля и овощей, умеренно соленый. Запах: мясных продуктов, овощей.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 105

Наименование кулинарного изделия (блюда): Фрикадельки мясные

Номер рецептуры: 105

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутьяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Говядина (котлетное мясо)	46.47	34.2	4647	3420
или Баранина	47.82	34.2	4782	3420
или Свиная мясная	40.14	34.2	4014	3420
Лук репчатый	3.57	3	357	300
Вода	3	3	300	300
Яйцо	2.4	2.4	240	240
~ Масса полуфабриката	-	40.2	-	4020
<b>Выход: 30</b>	-	-	-	-

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	5.99	Ca (мг)	6.46
Жиры (г):	3.52	Mg (мг)	9.66
Углеводы (г):	0.22	Fe (мг)	0.47
Эн. ценность (ккал):	58.83	C (мг)	0.15

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов

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

Внешний вид: изделия в форме шариков одинакового размера. Консистенция: мягкая, нежная. Цвет: фрикаделек - серый Вкус: свойственный свежеприготовленному изделию из котлетной массы. Запах: соответствующий изделию из котлетной массы.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 171

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Каша рассыпчатая (с маслом или сахаром)

**Номер рецептуры:** 171

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
<b>Гречневая</b> крупа ядрица	66.57	66.57	6656	6656
или Крупа рисовая	50.63	50.63	5063	5063
или Крупа ячневая	46.88	46.88	4688	4688
или Крупа перловая	46.88	46.88	4688	4688
или Пшено	56.25	56.25	5625	5625
или Пшеничная крупа	56.25	56.25	5625	5625
~ Масса каши	-	140.63	-	14063
~ Масса каши из смеси круп или хлопьев	-	140.63	-	14063
Масло сливочное	9.38	9.38	938	938
или Сахарный песок	9.38	9.38	938	938
<b>Выход: 150</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	8.22	Ca (мг)	22.77
Жиры (г):	2.16	Mg (мг)	131.73
Углеводы (г):	46.61	Fe (мг)	4.44
Эн. ценность (ккал):	238.13	C (мг)	0

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

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

**Внешний вид:** зерна крупы полностью набухшие, мягкие, сохраняют форму и упругость. Зерна крупы разделяются. Каша полита маслом, или посыпана сахаром, или отпущена с молоком, или маслом и сахаром. **Консистенция:** однородная, крупинки плотные, рассыпчатая. **Цвет:** свойственный данному виду крупы. **Вкус:** свойственный данному виду крупы (без привкусов прогорклости и затхлости) и др. компонентов в соответствии с рецептурой. **Запах:** свойственный данному виду крупы.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 175

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Каша молочная «Дружба» (с маслом и сахаром)

**Номер рецептуры:** 175

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Крупа рисовая	12.72	12.72	1272	1272
Пшено	17.28	17.28	1728	1728
Молоко	90.9	90.9	9090	9090
Вода	59.1	59.1	5910	5910
Сахарный песок	5.46	5.46	546	546
~ Масса каши	-	181.82	-	18182
Масло сливочное	9.1	9.1	910	910
Сахарный песок	9.1	9.1	910	910
<b>Выход: 200</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	5.52	Ca (мг)	121.52
Жиры (г):	10.16	Mg (мг)	33.82
Углеводы (г):	39.5	Fe (мг)	0.76
Эн. ценность (ккал):	272.72	C (мг)	0.88

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

В кипящую воду всыпают подготовленную рисовую крупу и варят, периодически помешивая, затем добавляют пшено, продолжают варку до полуготовности, после этого добавляют горячее молоко, соль, сахар и продолжают варку до готовности. Горячую кашу отпускают с сахаром и маслом, или с маслом, или с сахаром.

Внешний вид: зерна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом и сахаром, или маслом, или сахаром. Консистенция: однородная, вязкая, зерна - мягкие. Цвет: свойственный соответствующему виду крупы. Вкус: умеренно сладкий и соленый с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла. Запах: соответствующий виду каши в сочетании с молоком и маслом.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 181

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Каша жидкая молочная из манной крупы (с маслом и сахаром)

**Номер рецептуры: 181**

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутьяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Крупа манная	28.18	28.18	2818	2818
Молоко	90.9	90.9	9090	9090
Вода	68.18	68.18	6818	6818
Сахарный песок	5.46	5.46	546	546
~ Масса каши	-	181.82	-	18182
Масло сливочное	9.1	9.1	910	910
Сахарный песок	9.1	9.1	910	910
<b>Выход: 200</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	5.56	Ca (мг)	121.88
Жиры (г):	9.74	Mg (мг)	18.46
Углеводы (г):	38.5	Fe (мг)	0.46
Эн. ценность (ккал):	264.54	C (мг)	1.06

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

В кипящую жидкость (молоко с водой) добавляют соль, сахар и перемешивают. Затем тонкой струйкой всыпают подготовленную манную крупу при непрерывном помешивании и варят 20 мин. Кашу отпускают с сахаром и маслом, или с сахаром, или с маслом.

Внешний вид: зерна крупы полностью разварились, утратили форму. Консистенция: жидкая, на тарелке расплывается, но ложка, положенная выпуклой стороной на поверхность каши, не тонет. Цвет: белый или светло-кремовый. Вкус: умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла. Запах: манной каши в сочетании с молоком и маслом.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 182

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Каша жидкая молочная (с маслом и сахаром)

**Номер рецептуры:** 182

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
<b>Пшено</b>	36.36	36.36	3636	3636
или <b>Крупа овсяная</b>	36.36	36.36	3636	3636
или Крупа ячневая	40	40	4000	4000
или Крупа перловая	40	40	4000	4000
Вода	63.64	63.64	6364	6364
Молоко	90.9	90.9	9090	9090
Сахарный песок	5.46	5.46	546	546
~ Масса каши	-	181.82	-	18182
Масло сливочное	9.1	9.1	910	910
Сахарный песок	9.1	9.1	910	910
<b>Выход: 200</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	6.82	Ca (мг)	125.82
Жиры (г):	10.66	Mg (мг)	43.28
Углеводы (г):	42.76	Fe (мг)	1.14
Эн. ценность (ккал):	295.46	C (мг)	1.06

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

В кипящую воду добавляют соль, сахар и перемешивают. Затем всыпают подготовленную крупу и варят, периодически помешивая, 20 мин. После этого добавляют горячее молоко и продолжают варку до готовности. Кашу отпускают с сахаром и маслом, или с сахаром, или с маслом.

Внешний вид: зерна разварились, утратили форму. Консистенция: жидкая, на тарелке расплывается, но ложка, положенная выпуклой стороной не тонет. Цвет: соответствует виду каши. Вкус: умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла. Запах: соответствует виду каши в сочетании с молоком и маслом.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 182

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Каша жидкая молочная (с крупой рисовой с маслом или сахаром)

**Номер рецептуры:** 182

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
<b>Крупа рисовая</b>	28.18	28.18	2818	2818
Вода	68.18	68.18	6818	6818
Молоко	90.9	90.9	9090	9090
Сахарный песок	5.46	5.46	546	546
~ Масса каши	-	181.82	-	18182
<i>Масло сливочное</i>	9.1	9.1	910	910
<i>или Сахарный песок</i>	9.1	9.1	910	910
<b>Выход: 200</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	4.64	Ca (мг)	118.54
Жиры (г):	9.74	Mg (мг)	27.38
Углеводы (г):	39.46	Fe (мг)	0.46
Эн. ценность (ккал):	264.54	C (мг)	1.06

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

В кипящую воду добавляют соль, сахар и перемешивают. Затем всыпают подготовленную крупу и варят, периодически помешивая, 20 мин. После этого добавляют горячее молоко и продолжают варку до готовности. Кашу отпускают с сахаром и маслом, или с сахаром, или с маслом.

Внешний вид: зерна разварились, утратили форму. Консистенция: жидкая, на тарелке расплывается, но ложка, положенная выпуклой стороной не тонет. Цвет: соответствует виду каши. Вкус: умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла. Запах: соответствует виду каши в сочетании с молоком и маслом.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 202

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Макароны изделия отварные

**Номер рецептуры:** 202

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Макаронные изделия	52.5	52.5	5250	5250
Вода	315	315	31500	31500
Соль поваренная пищевая	2.63	2.63	263	263
<b>Выход: 150</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	5.66	Ca (мг)	11.19
Жиры (г):	0.68	Mg (мг)	8.63
Углеводы (г):	31.92	Fe (мг)	0.86
Эн. ценность (ккал):	156.3	C (мг)	0

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с растопленным маслом сливочным (1/3-1/2 часть от указанного в рецептуре количества), чтобы они не склеивались и не образовывали комков. Остальной частью масла макароны заправляют непосредственно перед отпуском. Блюда из макаронных изделий подают в горячем виде.

Внешний вид: макаронные изделия сохранили форму, легко отделяются друг от друга. Консистенция: мягкая, упругая, в меру плотная. Цвет: белый с кремовым оттенком. Вкус: свойственный отварным макаронным изделиям, умеренно соленый. Запах: отварных макаронных изделий.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 209

Наименование кулинарного изделия (блюда): Яйцо варёное

Номер рецептуры: 209

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Яйцо	40	40	4000	4000
Вода	300	300	30000	30000
Соль поваренная пищевая	4	4	400	400
<b>Выход: 40</b>	-	-	-	-

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	5.08	Ca (мг)	22
Жиры (г):	4.6	Mg (мг)	4.8
Углеводы (г):	0.28	Fe (мг)	1
Эн. ценность (ккал):	63	C (мг)	0

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов

Яйца погружают в кипящую подсоленную воду (3 л воды и 40-50 г соли на 10 яиц) и варят вкрутую 8-10 мин с момента закипания. Для облегчения очистки от скорлупы яйца сразу же после варки погружают в холодную воду.

Внешний вид: круглоовальной формы, без трещин на поверхности. Консистенция: умеренно плотная. Цвет: белок - белый, желток - желтый. Вкус: свежего вареного яйца, приятный. Запах: слабовыраженный - сероводорода.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 210

Наименование кулинарного изделия (блюда): Омлет натуральный

Номер рецептуры: 210

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутьяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Яйцо	103.46	103.46	10346	10346
или Меланж	103.46	103.46	10346	10346
Молоко	38.79	38.79	3879	3879
или Вода	38.79	38.79	3879	3879
~ Масса омлетной смеси	-	142.25	-	14225
Масло сливочное	5.18	5.18	518	518
~ Масса готового омлета	-	137.07	-	13707
Масло сливочное	12.93	12.93	1293	1293
<b>Выход: 150</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	13.94	Ca (мг)	103.08
Жиры (г):	24.83	Mg (мг)	16.14
Углеводы (г):	2.64	Fe (мг)	2.64
Эн. ценность (ккал):	289.65	C (мг)	0.26

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

К обработанным яйцам или меланжу добавляют молоко и соль. Смесь тщательно размешивают, выливают на смазанный противень и запекают в жарочном шкафу, высотой 2,5-3 см, полностью прожаривая.

Внешний вид: поверхность омлета зарумянена, но без подгорелых мест. Консистенция: однородная, сочная. Цвет: золотисто-желтоватый. Вкус: свежих жареных яиц, молока, сливочного масла. Запах: свежих жареных яиц, сливочного масла.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 219

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Сырники из творога (с молоком сгущенным или вареньем)

**Номер рецептуры:** 219

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Творог	109.29	107.15	10929	10715
Мука пшеничная	15	15	1500	1500
Яйцо	4.29	4.29	429	429
~ Масса полуфабриката	-	122.15	-	12215
Масло растительное	6.44	6.44	644	644
~ Масса готовых сырников	-	107.15	-	10715
или Варенье	42.86	42.86	4286	4286
Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности	42.86	42.86	4286	4286
<b>Выход: 150</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	23.24	Ca (мг)	301.5
Жиры (г):	19.22	Mg (мг)	39.3
Углеводы (г):	36.74	Fe (мг)	0.81
Эн. ценность (ккал):	413.57	C (мг)	0.71

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

В протертый творог добавляют 2/3 муки, яйца, сахар, соль, ванилин (предварительно растворив его в горячей воде). Массу хорошо перемешивают, придают ей форму батончика толщиной 5-6 см, нарезают поперек, ломтики панируют в муке, формируют в виде круглых биточков толщиной 1,5 см, припускают с обеих сторон, после чего ставят в жарочный шкаф на 5-7 мин. Отпускают сырники по 2 шт. на порцию с вареньем, с молочным, или сметанным, или сладким соусом или йогуртом.

Внешний вид: изделия правильной кругло-приплюснутой формы; поверхность без трещин, равномерно обжарены; политы вареньем или соусом, или маслом, или йогуртом. Консистенция: мягкая, умеренно плотная, пышная. Цвет: корочки - золотистый, на разрезе - светло-кремовый или желтоватый. Вкус: сладкий, свойственный творогу, без излишней кислотности, умеренно соленый. Запах: запеченного творога.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 225

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Оладьи из творога (с вареньем или молоком сгущенным)

**Номер рецептуры:** 225

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Творог	54.65	53.57	5465	5357
Мука пшеничная	19.29	19.29	1929	1929
Сахарный песок	4.29	4.29	429	429
Яйцо	8.57	8.57	857	857
Сода	1.07	1.07	107	107
Молоко	21.44	21.44	2144	2144
Масло растительное	6.44	6.44	644	644
~ Масса готовых оладий	-	107.15	-	10715
Варенье	42.86	42.86	4286	4286
или Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности	42.86	42.86	4286	4286
<b>Выход: 150</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	12.8	Ca (мг)	116.85
Жиры (г):	12.39	Mg (мг)	19.44
Углеводы (г):	48.44	Fe (мг)	1.25
Эн. ценность (ккал):	355.71	C (мг)	0.89

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

Творог протирают, соединяют с молоком, добавляют муку, сахар, яйца, соду и все тщательно перемешивают. Выпекают оладьи на чугунной сковороде. Отпускают оладьи по 1-2 шт. на порцию с вареньем или йогуртом, или с молоком сгущенным.

Внешний вид: оладьи круглой формы, равномерно обжарены. Консистенция: нежная, мягкая. Цвет: корочки - золотисто-желтый, на разрезе - белый. Вкус: свойственный продуктам, входящим в данное блюдо. Запах: слабовыраженный - творога.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 226

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Рыба отварная (с маслом)

**Номер рецептуры:** 226

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
или Капитан-рыба	216.36	116.36	21636	11636
Окунь морской	156.36	114.55	15636	11455
или Щука	223.64	114.55	22364	11455
или Треска	143.64	110.91	14363	11091
или Минтай	223.64	112.73	22364	11273
Морковь	5.45	3.64	545	364
Лук репчатый	5.45	3.64	545	364
Петрушка (корень)	3.64	1.82	364	182
~ Масса отварной рыбы	-	90.91	-	9091
Масло сливочное	9.09	9.09	909	909
<b>Выход: 100</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	20.64	Ca (мг)	111.51
Жиры (г):	9.93	Mg (мг)	45.96
Углеводы (г):	0.82	Fe (мг)	0.67
Эн. ценность (ккал):	174.55	C (мг)	0.98

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

Рыбу, разделанную на филе с кожей без костей, нарезают порционными кусками. На поверхности кожи каждого куса делают два-три надреза, чтобы при варке куски рыбы не деформировались. Затем их укладывают в один ряд в посуду кожей вверх, заливают горячей водой, уровень которой должен быть на 3-5 см выше поверхности рыбы, добавляют лук репчатый, морковь, петрушку, лавровый лист, перец черный горошком, соль. Когда жидкость закипит, удаляют пену и варят рыбу до готовности без кипения при температуре 85-90 °С в течение 5-7 мин, считая с момента закипания воды. Хранят отварную рыбу в горячем бульоне не более 30-40 мин. При отпуске рыбу кладут на тарелку, гарнируют, поливают соусом сметанным или маслом сливочным. Гарниры - картофель отварной, пюре картофельное. Соус - сметанный.

Внешний вид: целый отварной кусок рыбы уложен на тарелку и полит маслом или соусом, сбоку - гарнир. Консистенция: мягкая, допускается легкое расслаивание мякоти у трески, морского окуня. Цвет: рыбы на разрезе - белый или светло-серый. Вкус: рыбы в сочетании с соусом или маслом, умеренно соленый. Запах: рыбный, с ароматом соуса.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 229

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Рыба тушеная в томате с овощами

**Номер рецептуры:** 229

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Судак	120	61	12000	6100
или Треска	81	61	8100	6100
или Окунь морской	87	61	8700	6100
или Сазан	125	61	12500	6100
или Минтай	123	62	12300	6200
или Ледяная рыба	130	63	13000	6300
Вода	19	19	1900	1900
или Бульон рыбный	19	19	1900	1900
Морковь	23	18	2300	1800
Петрушка (корень)	4	3	400	300
Сельдерей (корень)	2	1	200	100
Лук репчатый	10	8	1000	800
Томат-пюре	10	10	1000	1000
Масло растительное	5	5	500	500
Лимонная кислота	2.5	2.5	250	250
~ Раствор	-	2.5	-	250
Сахарный песок	2	2	200	200
Гвоздика	0.01	0.01	1	1
Корица	0.01	0.01	1	1
Лавровый лист	0.01	0.01	1	1
~ Масса тушеной рыбы	-	50	-	5000
~ Масса готовой рыбы с тушеными овощами и соусом	-	100	-	10000
<b>Выход: 100</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	11.01	Ca (мг)	31.43
Жиры (г):	5.06	Mg (мг)	25.97
Углеводы (г):	3.8	Fe (мг)	0.58
Эн. ценность (ккал):	111	C (мг)	4.71

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

Порционные куски рыбы, нарезанные из филе с кожей без костей, укладывают в посуду в два слоя, чередуя со слоями нашинкованных овощей, заливают бульоном или водой, добавляют масло растительное, томатное пюре, раствор лимонной кислоты, сахар, соль, посуду закрывают крышкой и тушат до готовности (45-60 мин); за 5-7 мин до окончания тушения добавляют специи. При отпуске рыбу поливают соусом с овощами, в котором она тушилась. Гарниры - картофель отварной, пюре картофельное.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 256

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Мясо тушеное

**Номер рецептуры:** 256

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Говядина, тазобедренная часть(верхний кусок)	113	83	11300	8300
или Говядина, тазобедренная часть (внутренний кусок)	113	83	11300	8300
или Говядина, тазобедренная часть (боковой кусок)	113	83	11300	8300
или Свинина, лопаточная часть	87	74	8700	7400
или Свинина, шейная часть (мякоть)	87	74	8700	7400
или Баранина, лопаточная часть	110	79	11000	7900
или Баранина, грудинка мякоть	110	79	11000	7900
Морковь	5	4	500	400
Лук репчатый	5	4	500	400
Масло растительное	5	5	500	500
Томат-пюре	7	7	700	700
Мука пшеничная	2	2	200	200
~ Масса тушеного мяса	-	50	-	5000
~ Масса соуса	-	50	-	5000
<b>Выход: 100</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	15.2	Ca (мг)	21.23
Жиры (г):	17.38	Mg (мг)	23.06
Углеводы (г):	2.56	Fe (мг)	2.45
Эн. ценность (ккал):	225	C (мг)	0.18

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

Крупные куски мяса тушат с добавлением воды, овощей и томатного пюре до готовности. На бульоне, полученном после тушения, готовят соус. Мясо нарезают по 1-2 куска на порцию, заливают соусом и доводят до кипения. Гарниры - макаронные изделия отварные, картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из отварного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с маслом, пюре из моркови или свеклы, капуста тушеная, свекла, тушенная в сметанном соусе.

Внешний вид: куски мяса одинаково нарезаны, овощи сохраняют форму. Консистенция: мяса - мягкая, овощей - не разварившаяся. Цвет: красновато-коричневый. Вкус: тушеного мяса, пассерованных овощей и соуса. Запах: кисловатый, соответствующий данному виду мяса, овощей и соуса.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 260

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Гуляш

**Номер рецептуры:** 260

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Говядина, лопаточная часть (заплечная)	107	79	10700	7900
или Говядина, лопаточная часть (плечевая)	107	79	10700	7900
или Говядина, подлопаточная часть	107	79	10700	7900
или Говядина, грудинка (мякоть)	107	79	10700	7900
или Говядина, покромка	107	79	10700	7900
или Свинина, лопаточная часть	87	74	8700	7400
или Свинина, шейная часть (мякоть)	87	74	8700	7400
Масло растительное	5	5	500	500
Лук репчатый	12	10	1200	1000
Томат-пюре	8	8	800	800
Мука пшеничная	2	2	200	200
~ Масса тушеного мяса	-	50	-	5000
~ Масса соуса	-	50	-	5000
<b>Выход: 100</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	14.55	Ca (мг)	21.81
Жиры (г):	16.79	Mg (мг)	22.03
Углеводы (г):	2.89	Fe (мг)	3.06
Эн. ценность (ккал):	221	C (мг)	0.92

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

Нарезанное кубиками по 20-30 г мясо заливают водой (50 г на порцию) и тушат с добавлением пассерованного томатного пюре в закрытой посуде около часа. На бульоне, оставшемся после тушения, готовят соус, добавляя в него слегка пассерованный или припущенный лук, соль, заливают им мясо и тушат еще 25-30 мин. За 5-10 мин до окончания тушения кладут лавровый лист. Гуляш можно готовить со сметаной (15-20 г на порцию). Гарниры - каши рассыпчатые, рис отварной, макаронные изделия отварные, пюре картофельное, картофель жареный (из сырого), овощи припущенные с маслом, капуста тушеная.

Внешний вид: мясо в соусе, нарезанное кубиками, рядом на тарелку уложен гарнир. Консистенция: мяса - мягкая, сочная, соуса - однородная, слегка вязкая. Цвет: мяса - светло-коричневый. Вкус: тушеного мяса в томатном соусе, умеренно соленый. Запах: тушеного мяса с жареным луком и томата.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 271

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Котлеты домашние (с маслом)

**Номер рецептуры:** 271

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Говядина (котлетное мясо)	52.17	39.13	5217	3913
Свинина мясная	26.09	21.74	2609	2174
Жир-сырец говяжий	2.17	2.17	217	217
или Жир-сырец свиной	2.17	2.17	217	217
Лук репчатый	2.61	2.17	261	217
Сухари	4.35	4.35	434	434
Яйцо	1.09	1.09	109	109
Пшеничный хлеб	14.13	14.13	1413	1413
Вода	21.74	21.74	2174	2174
Соль поваренная пищевая	1.52	1.52	152	152
~ Масса полуфабриката	-	108.7	-	10870
Масло растительное	4.35	4.35	434	434
~ Масса готовых изделий	-	89.13	-	8913
Масло сливочное	10.87	10.87	1087	1087
<b>Выход: 100</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	12.15	Ca (мг)	17.59
Жиры (г):	23.22	Mg (мг)	17.87
Углеводы (г):	9.15	Fe (мг)	1.91
Эн. ценность (ккал):	293.48	C (мг)	0.22

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

Из готовой котлетной массы разделяют изделия овально-приплюснутой формы с заостренным концом. Припускают с обеих сторон на сковороде, после чего ставят в жарочный шкаф на 30-40 мин. Котлеты можно приготовить с добавлением репчатого лука (5 г нетто) и чеснока (0,5 г нетто). Выход изделий при этом не изменяется, так как соответственно изменяется норма молока или воды. При отпуске изделий их гарнируют и поливают сливочным маслом или соусом сметанным, или сметанным с томатом, или сметанным с луком. Гарниры - каши рассыпчатые, бобовые отварные, макаронные изделия отварные, картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из отварного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с маслом, капуста тушеная.

Внешний вид: форма котлеты - овально-приплюснутая, с заостренным концом, сбоку подлит соус и уложен гарнир. Консистенция: сочная, пышная, однородная. Цвет: корочки - коричневый, на разрезе - светло-серый. Вкус: жареного мяса, умеренно соленый, без привкуса хлеба. Запах: жареного мяса, запанированного в сухарях.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 279

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Тефтели

**Номер рецептуры:** 279

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Говядина (котлетное мясо)	47.27	34.55	4727	3454
или Свинина (котлетное мясо)	40.91	34.55	4090	3454
Вода	5.45	5.45	545	545
Крупа рисовая	4.55	4.55	455	455
~ Масса готового рассыпчатого риса	-	13.64	-	1364
Лук репчатый	19.09	16.36	1909	1636
Масло растительное	2.73	2.73	273	273
~ Масса пассерованного лука	-	8.18	-	818
Мука пшеничная	3.64	3.64	364	364
~ Масса полуфабриката	-	64.55	-	6455
~ Масса готовых тефтелей	-	54.55	-	5455
Масло растительное	2.73	2.73	273	273
Соус сметанный с томатом № 331	-	45.45	-	4545
или Соус сметанный с луком № 332	-	45.45	-	4545
<b>Выход: 100</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	6.78	Ca (мг)	21.5
Жиры (г):	7.54	Mg (мг)	15
Углеводы (г):	8.58	Fe (мг)	0.62
Эн. ценность (ккал):	129.09	C (мг)	0.37

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

В мясной фарш без хлеба добавляют соль, мелко нарезанный слегка пассерованный или припущенный лук, рассыпчатый рис, перемешивают и разделяют тефтели в виде шариков по 2-3 шт. на порцию. Шарики панируют в муке, припускают в растительном масле, перекладывают в неглубокую посуду в 1-2 ряда, заливают соусом с добавлением воды (10-20 г на порцию) и тушат 8-10 мин. При отпуске тефтели гарнируют и поливают соусом, в котором они тушились. Соусы - сметанный с томатом, сметанный с томатом и луком. Гарниры - картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с маслом.

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, соуса - светло-коричневый. Вкус: тушеного мяса в соусе, умеренно соленый. Запах: тушеного мяса с ароматом лука.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 288

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Птица (или кролик) отварная (с маслом)

**Номер рецептуры:** 288

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Курица	170.18	117.82	17018	11782
или Филе птицы (полуфабрикат)	117.82	117.82	11782	11782
или Бройлеры (цыплята) 1 кат.	148.91	104.72	14891	10472
или Куриный окорочок	116.18	104.72	11618	10472
или Индейка	153.82	112.91	15382	11291
или Мясо кролика	117.82	111.28	11782	11128
Лук репчатый	4.1	3.28	409	328
Петрушка (корень)	2.46	1.64	246	164
~ Масса вареной птицы, кролика	-	81.82	-	8181
Масло сливочное	8.18	8.18	818	818
Соль поваренная пищевая	4.91	4.91	491	491
Петрушка	4.91	4.91	491	491
или Укроп	4.91	4.91	491	491
Лавровый лист	0.02	0.02	2	2
<b>Выход: 90</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	19.22	Ca (мг)	45.82
Жиры (г):	21.12	Mg (мг)	16.6
Углеводы (г):	0.4	Fe (мг)	1.56
Эн. ценность (ккал):	268.36	C (мг)	1.94

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

Подготовленные тушки птицы или кролика кладут в горячую воду (2-2,5 л на 1 кг продукта), быстро доводят до кипения, а затем нагрев уменьшают. С закипевшего бульона снимают пену, добавляют соль, нарезанные корни, лук, и варят до готовности при слабом кипении в закрытой посуде. Сваренные тушки вынимают из бульона, дают им остыть и нарезают на порции (филе и окорочок). Хранят в бульоне на мармите в закрытой посуде, предварительно прокипятив. При отпуске отварную птицу или кролика гарнируют и поливают соусом или маслом. Гарнир - каша рассыпчатая, рис отварной или припущенный, картофель отварной, картофельное пюре, овощи отварные с маслом. Соусы - сметанный, сметанный с томатом.

Внешний вид: куски равномерные, не разваренные, одинакового размера (филе и окорочок), уложенные на тарелку, сбоку гарнир. Консистенция: мягкая, сочная. Цвет: сероватый - ножки, белый - филе. Вкус: умеренно соленый. Запах: свойственный мясу отварной птицы или кролика.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 289

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Рагу из птицы (кролика или субпродуктов)

**Номер рецептуры:** 289

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Курица	109.03	74.05	10903	7405
или Цыплята	106.97	74.05	10697	7405
или Цыпленок-бройлер	98.75	69.95	9875	6995
или Куриный окорочок	78.17	69.95	7817	6995
или Индейка	95.65	69.95	9565	6995
или Мясо кролика	72	68.92	7200	6892
или Субпродукты (головы, ноги, крылья, желудки, шеи)	64.8	64.8	6480	6480
~ Желудки и сердце - 50%, шеи и крылья - 50%	-	-	-	-
Масло растительное	2.05	2.05	204	204
~ Масса жареной птицы, кролика или субпродуктов	-	51.43	-	5143
Картофель	110.05	82.28	11005	8228
Морковь	21.6	17.48	2160	1748
Томат-пюре	6.17	6.17	617	617
Лук репчатый	12.35	10.28	1235	1028
Масло растительное	4.12	4.12	412	412
Мука пшеничная	1.03	1.03	103	103
~ Масса гарнира и соуса	-	128.57	-	12857
Соль поваренная пищевая	3.08	3.08	308	308
Петрушка	3.08	3.08	308	308
или Укроп	3.08	3.08	308	308
Лавровый лист	0.02	0.02	2	2
<b>Выход: 180</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	12.92	Ca (мг)	37.85
Жиры (г):	12.06	Mg (мг)	39.8
Углеводы (г):	15.64	Fe (мг)	1.98
Эн. ценность (ккал):	223.2	C (мг)	11.65

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

Подготовленные тушки птицы или кролика, нарубленные на куски по 30-35 г, или обработанные субпродукты птицы припускают в растительном масле, заливают горячей водой в количестве 20-30% от массы набора продуктов, добавляют пассерованное томатное пюре и тушат 30-40 мин. Бульон, оставшийся после тушения, сливают и приготавливают на нем соус, которым заливают тушеные кусочки мяса, добавляют нарезанные кусочками картофель, морковь, лук и тушат еще 15-20 мин. Отпускают рагу вместе с соусом и гарниром.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 291

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Плов из птицы (или кролика)

**Номер рецептуры:** 291

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Курица	127.21	86.4	12721	8640
или Цыплята	124.79	86.4	12479	8640
или Цыпленок-бройлер	115.2	81.59	11520	8159
или Куриный окорочок	91.21	81.59	9121	8159
или Индейка	111.6	81.59	11160	8159
или Мясо кролика	84.01	80.41	8401	8041
Масло растительное	8.41	8.41	841	841
Лук репчатый	9.59	8.41	959	841
Морковь	12.01	9.59	1201	959
Томат-пюре	5.99	5.99	599	599
Крупа рисовая	41.99	41.99	4199	4199
~ Масса тушеной птицы	-	59.99	-	5999
~ Масса готового риса с овощами	-	120.01	-	12001
Соль поваренная пищевая	3.6	3.6	360	360
Петрушка	3.6	3.6	360	360
или Укроп	3.6	3.6	360	360
Лавровый лист	0.02	0.02	2	2
<b>Выход: 180</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	15.25	Ca (мг)	41.71
Жиры (г):	9.41	Mg (мг)	48.64
Углеводы (г):	32.17	Fe (мг)	1.78
Эн. ценность (ккал):	274.81	C (мг)	5.42

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

Птицу или кролика рубят на порции (по одному куску), припускают, посыпают солью, кладут в посуду, добавляют пассерованные, мелко нарезанные морковь и лук, томатное пюре, заливают горячей водой и дают закипеть (жидкость наливают из расчета нормы воды для приготовления рассыпчатой каши), затем кладут промытую рисовую крупу и варят до загустения. После этого посуду с пловом ставят на 30-40 мин в жарочный шкаф. При массовом приготовлении рассыпчатую кашу варят отдельно, при отпуске на рассыпчатую кашу кладут мясо птицы или кролика, поливают соусом, в котором оно тушилось.

Внешний вид: обжаренный кусок птицы или кролика, рис рассыпчатый. Консистенция: мяса - мягкая, риса - мягкая. Цвет: мяса - серый, риса и овощей - от светло- до темно-оранжевого. Вкус: специфический для тушеного мяса, риса и пассерованных овощей, умеренно соленый. Запах: мяса птицы или кролика, с ароматом риса и овощей.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 304

Наименование кулинарного изделия (блюда): Рис отварной

Номер рецептуры: 304

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутьяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Крупа рисовая	54	54	5400	5400
Масло сливочное	3.38	3.38	338	338
Вода	324	324	32400	32400
Соль поваренная пищевая	3.24	3.24	324	324
<b>Выход: 150</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	3.65	Ca (мг)	1.37
Жиры (г):	5.37	Mg (мг)	16.34
Углеводы (г):	36.69	Fe (мг)	0.53
Эн. ценность (ккал):	209.7	C (мг)	0

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

Подготовленную рисовую крупу кладут в подсоленную кипящую воду (6 л воды, 60 г соли на 1 кг риса) и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают и промывают горячей кипяченой водой. После стекания воды рис кладут в посуду, заправляют маслом, перемешивают и прогревают.

Внешний вид: зерна крупы целые, хорошо набухшие, легко разделяются. Консистенция: рассыпчатая, мягкая, однородная. Цвет: от белого до кремового. Вкус: отварного риса с маслом. Запах: отварного риса с маслом.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 312

Наименование кулинарного изделия (блюда): Пюре картофельное

Номер рецептуры: 312

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутьяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Картофель	171	128.25	17100	12825
Молоко	23.7	22.5	2370	2250
~ Масса кипяченого молока	-	22.5	-	2250
Масло сливочное	2.63	2.63	263	263
Масло сливочное	2.63	2.63	263	263
Соль поваренная пищевая	1.5	1.5	150	150
<b>Выход: 150</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	3.06	Ca (мг)	36.98
Жиры (г):	4.8	Mg (мг)	27.75
Углеводы (г):	20.45	Fe (мг)	1.01
Эн. ценность (ккал):	137.25	C (мг)	18.17

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

Очищенный картофель варят в кипящей подсоленной воде до готовности. Воду сливают. Добавляют кипяченое молоко и сливочное масло. Протирают, перемешивают.

Внешний вид: протертая картофельная масса. Консистенция: густая, пышная, однородная. Цвет: белый с кремовым оттенком. Вкус: свойственный вареному картофелю, с выраженным привкусом сливочного масла и кипяченого молока, умеренно соленый, нежный. Запах: свежеприготовленного картофельного пюре с ароматом кипяченого молока и сливочного масла.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 321

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Капуста тушеная (из свежей капусты)

**Номер рецептуры:** 321

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Капуста белокочанная	214.95	171.9	21495	17190
Масло сливочное	5.25	5.25	525	525
Морковь	3.75	3	375	300
Лук репчатый	7.2	6	720	600
Томат-пюре	9	9	900	900
Раствор лимонной кислоты 3-% № Н	-	4.5	-	450
Мука пшеничная	1.8	1.8	180	180
Сахарный песок	4.5	4.5	450	450
Перец душистый	0.03	0.03	3	3
Лавровый лист	0.02	0.02	2	2
Соль поваренная пищевая	1.5	1.5	150	150
<b>Выход: 150</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	3.09	Ca (мг)	83.18
Жиры (г):	4.86	Mg (мг)	30.98
Углеводы (г):	14.15	Fe (мг)	1.22
Эн. ценность (ккал):	112.65	C (мг)	25.74

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

Нарезанную соломкой капусту кладут в котел слоем до 30 см, добавляют воду, лимонную кислоту, масло сливочное, пассерованное томатное пюре и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Затем добавляют пассерованные нарезанные соломкой морковь, лук репчатый и тушат до готовности. За 5 мин до конца тушения капусту заправляют мучной пассеровкой, добавляют сахар, перец, лавровый лист и доводят до кипения.

**Внешний вид:** смесь тушеной капусты с овощами. Капуста, лук и морковь в виде соломки. **Консистенция:** сочная, слабо хрустящая. **Цвет:** светло-коричневый. **Вкус:** свойственный капусте и продуктам, входящим в состав блюда, умеренно соленый, кисло-сладкий. **Запах:** тушеной капусты с ароматом томата, овощей.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 331

Наименование кулинарного изделия (блюда): Соус сметанный с томатом

Номер рецептуры: 331

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутьяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Сметана	25	25	2500	2500
Мука пшеничная	7.5	7.5	750	750
Вода	75	75	7500	7500
Томат-пюре	10	10	1000	1000
Лавровый лист	0	0	0	0
Соль поваренная пищевая	1	1	100	100
<b>Выход: 100</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	1.76	Ca (мг)	29.24
Жиры (г):	5	Mg (мг)	9.79
Углеводы (г):	7.02	Fe (мг)	0.4
Эн. ценность (ккал):	80.1	C (мг)	1.34

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

Томатное пюре уваривают до половины первоначального объема, соединяют с соусом сметанным. Соус проваривают, процеживают и доводят до кипения.

Внешний вид: однородная нерасслоившаяся масса. Консистенция: вязкая, полужидкая, эластичная. Цвет: светло-оранжевый. Вкус: умеренно соленый, с привкусом томата, свежей сметаны. Запах: свежей сметаны с томатом.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 349

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Компот из смеси сухофруктов

**Номер рецептуры:** 349

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Яблоки	3.34	8.34	334	834
Груша	3.34	8.34	334	834
Чернослив	3.34	8.34	334	834
Урюк	3.34	8.34	334	834
Абрикосы сушеные без косточки (курага)	3.34	8.34	334	834
Изюм	3.34	8.34	334	834
Сахарный песок	20	20	2000	2000
Лимонная кислота	0.2	0.2	20	20
Вода	200	200	20000	20000
<b>Выход: 200</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	0.66	Ca (мг)	32.48
Жиры (г):	0.08	Mg (мг)	17.46
Углеводы (г):	32.02	Fe (мг)	0.7
Эн. ценность (ккал):	132.8	C (мг)	0.72

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

Подготовленные сухофрукты заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, добавляют лимонную кислоту и варят до готовности. Компот из сухофруктов готовят накануне, для того чтобы он настоялся.

Внешний вид: сухофрукты сохранили форму, жидкая часть прозрачная. Консистенция: компота - жидкая, плодов - мягкая. Цвет: коричневый. Вкус: сладкий, с хорошо выраженным привкусом сухофруктов. Запах: сухофруктов.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 375

Наименование кулинарного изделия (блюда): Чай-заварка

Номер рецептуры: 375

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Чай высшего сорта	2	2	200	200
Вода	216	216	21600	21600
<b>Выход: 200</b>	-	-	-	-

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	0.4	Ca (мг)	19.62
Жиры (г):	0.1	Mg (мг)	8.8
Углеводы (г):	0.08	Fe (мг)	1.64
Эн. ценность (ккал):	2.8	C (мг)	0.2

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

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.

Внешний вид: жидкость - золотисто-коричневого цвета, налита в стакан. Консистенция: жидкая. Цвет: золотисто-коричневый. Вкус: чуть терпкий. Запах: свойственный чаю.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 376

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (сахар)

**Номер рецептуры:** 376

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Чай-заварка № 375	-	46.52	-	4652
Сахарный песок	13.96	13.96	1396	1396
Вода	139.54	139.54	13954	13954
<b>Выход: 200</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	0.06	Ca (мг)	10.32
Жиры (г):	0.02	Mg (мг)	1.3
Углеводы (г):	13.96	Fe (мг)	0.26
Эн. ценность (ккал):	55.82	C (мг)	0.02

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

В стакан или чашку наливают заварку чая и доливают кипятком. Сахар кладут в стакан или чашку, либо подают отдельно. Варенье, джем, мед, повидло подают отдельно.

Внешний вид: жидкость золотисто-коричневого цвета налита в стакан. Консистенция: жидкая. Цвет: золотисто-коричневый. Вкус: сладкий, чуть терпкий. Запах: свойственный чаю.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 377

Наименование кулинарного изделия (блюда): Чай с лимоном

Номер рецептуры: 377

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Чай-заварка № 375	-	45.04	-	4504
Сахарный песок	13.52	13.52	1352	1352
Лимон	7.2	6.3	720	630
Вода	135.14	135.14	13513	13513
<b>Выход: 200</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	0.12	Ca (мг)	12.8
Жиры (г):	0.02	Mg (мг)	2.16
Углеводы (г):	13.7	Fe (мг)	0.32
Эн. ценность (ккал):	55.86	C (мг)	2.54

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

Предварительно промытый теплой водой лимон, ошпаривают кипятком в течение 1-2 мин. Лимон нарезают тонкими кружочками и кладут в стакан приготовленного чая с сахаром непосредственно перед отпуском.

Внешний вид: жидкость золотисто-коричневого цвета налита в стакан, где плавает кружочек лимона.

Консистенция: жидкая. Цвет: золотисто-коричневый. Вкус: сладкий, с привкусом лимона. Запах: свойственный чаю и лимону.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 379

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Кофейный напиток с молоком

**Номер рецептуры:** 379

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Кофейный напиток	5	5	500	500
Вода	120	120	12000	12000
Сахарный песок	20	20	2000	2000
Молоко	100	100	10000	10000
<b>Выход: 200</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	3.16	Ca (мг)	125.78
Жиры (г):	2.68	Mg (мг)	14
Углеводы (г):	15.94	Fe (мг)	0.14
Эн. ценность (ккал):	100.6	C (мг)	1.3

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

В сваренный процеженный кофейный напиток добавляют горячее кипяченое молоко, сахар и доводят до кипения.

Внешний вид: кофейный напиток налит в стакан или чашку. Консистенция: жидкая. Цвет: светло-коричневый. Вкус: сладкий, с выраженным привкусом кофейного напитка и кипяченого молока. Запах: аромат кофейного напитка и кипяченого молока.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 382

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Какао с молоком

**Номер рецептуры:** 382

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Какао-порошок	4	4	400	400
Молоко	100	100	10000	10000
Вода	110	110	11000	11000
Сахарный песок	20	20	2000	2000
<b>Выход: 200</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	4.08	Ca (мг)	152.22
Жиры (г):	3.54	Mg (мг)	21.34
Углеводы (г):	17.58	Fe (мг)	0.48
Эн. ценность (ккал):	118.6	C (мг)	1.58

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

Какао кладут в посуду, смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка (100 мл) и растирают до однородной массы, затем вливают при постоянном помешивании кипяченое горячее молоко, остальной кипятком и доводят до кипения.

Внешний вид: жидкость светло-шоколадного цвета налита в стакан. Консистенция: жидкая. Цвет: светло-шоколадный. Вкус: сладкий, с привкусом какао и молока. Запах: свойственный какао.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 427

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Булочка "Октябренок"

**Номер рецептуры:** 427

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. – М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Пшеничная мука, первого сорта	33.11	33.11	3311	3311
~ На подпыл	-	0.68	-	68
Пшеничная мука, первого сорта	0.68	0.68	68	68
Сахарный песок	4.06	4.06	405	405
Масло растительное	1.01	1.01	101	101
Молоко сухое, обезжиренное в герметичной упаковке	6.76	6.76	676	676
Дрожжи прессованные	1.01	1.01	101	101
Соль поваренная пищевая	0.51	0.51	51	51
~ Итого сырья	47.13	47.13	4713	4713
Вода	20.56	20.56	2056	2056
~ Масса полуфабриката	58.75	58.75	5875	5875
<b>Выход: 50</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	5.65	Ca (мг)	76
Жиры (г):	1.45	Mg (мг)	23.19
Углеводы (г):	21.21	Fe (мг)	0.68
Эн. ценность (ккал):	120.63	C (мг)	0.05

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

Из дрожжевого теста (рец. №405) формируют шарики, кладут их швом вниз на смазанные жиром листы и ставят в теплое место для расстойки на 50-70 мин. Выпекают в увлажненной камере 14-16 мин при температуре 180-190 °С.

Внешний вид: форма изделия - круглая, без притисков, с гладкой поверхностью. Консистенция: мякиш хорошо пропечен, пористый. Цвет: от золотистого до светло-коричневого. Вкус: свойственный свежесдобытому изделию из дрожжевого теста. Запах: приятный, свойственный свежесдобытому изделию из дрожжевого теста.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 1126

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Каша гречневая рассыпчатая

**Номер рецептуры:** 1126

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий: Для предприятий общественного питания/Авт.-сост.: А.И. Здобнов, В.А. Цыганенко.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Гречневая крупа ядрица	71.4	71.4	7140	7140
Вода	106.5	106.5	10650	10650
или Молоко стерилизованное 3,2% жирности	106.5	106.5	10650	10650
<b>Выход: 150</b>	-	-	-	-

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

Белки (г):	9	Ca (мг)	19.08
Жиры (г):	2.36	Mg (мг)	143.87
Углеводы (г):	40.77	Fe (мг)	4.79
Эн. ценность (ккал):	219.92	C (мг)	0

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

Кашу варят на воде, на молоке или на смеси молока и воды. Подготовленную для варки крупу всыпают в подсоленную кипящую жидкость. При этом всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения, помешивая. Жир можно добавлять во время варки или использовать его, поливая кашу при отпуске. Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают котел крышкой и дают каше упреть; за это время она приобретает своеобразный приятный запах и цвет.