

технологическая карта блюда № 33

наименование блюда: борщ с капустой с картофелем

номер рецептуры № 37

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
картофель	28,0	20,0	2,8	2,0
свекла	50,0	40,0	5,0	4,0
капуста свежая	25,0	20,0	2,5	2,0
морковь	13,1	10,0	1,3	1,0
петрушка	3,8	2,5	0,4	0,3
лук репчатый	6,3	5,0	0,6	0,5
масло растительное	5,0	5,0	0,5	0,5
вода или бульон	187,5	187,5	18,8	18,8
лимонная кислота	0,3	0,3	0,0	0,0
сахар	2,5	2,5	0,3	0,3
сметана	10,0	10,0	1,0	1,0
<b>ВЫХОД</b>		250,0		25,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1,9	Ca (мг)	58,0
жиры (г)	6,66	Mg (мг)	30,0
углеводы (г)	10,81	Fe(мг)	1,3
эн ценность(ккал)	111,11	C (мг)	10,8

**Технология приготовления:** картофель нарезают брусочками, остальные овощи-соломкой, лук - полукольцами или мелкой рубкой. Свеклу отваривают целиком в кожуре, очищают, нарезают соломкой. Морковь и лук пассеруют при температуре 110°C с добавлением бульона.

В кипящий бульон закладывают свежую тонко нашинкованную капусту и доводят до кипения, варят 10 мин, затем закладывают картофель и подготовленную свеклу, морковь и лук, варят до готовности овощей. За 5 мин до готовности борщ заправляют солью, сахаром, раствором лимонной кислоты. За 1-2 мин добавляют лавровый лист и сметану, доводят до кипения.

При использовании квашеной капусты ее вводят в тушеном виде после того, как картофель варят до размягчения. Для тушения капусту перебирают, кислую промывают в холодной воде, отжимают, измельчают, кладут в сотейник, добавляют воду (20-25% от массы капусты), и тушат вначале на сильном, затем на слабом нагреве до мягкости, периодически помешивая.

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 35

наименование блюда: бульон из кур

номер рецептуры № 38

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
куры потрошенные 1 категории	53,5	47,5	5,4	4,8
масса отварной курицы		31,0	0,0	3,1
или кости кур	156,0	156,0	15,6	15,6
лук репчатый	3,0	3,0	0,3	0,3
петрушка (корень)	3,5	2,5	0,4	0,3
морковь	3,2	2,5	0,3	0,3
вода	312,5	312,5	31,3	31,3
<b>ВЫХОД</b>		250,0		25,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1,25	Ca (мг)	12,3
жиры (г)	0,25	Mg (мг)	14,8
углеводы (г)	0	Fe(мг)	1,5
эн ценность(ккал)	7,5	C (мг)	0,8

**Технология приготовления:** бульон кур готовят, если в меню включено блюдо из отварной птицы. Тушки кур обрабатывают- кожу на шейке разрезают вдоль со стороны позвоночника, оголяют шейку и вырубают её по последнему шейному позвонку. Ножки должны быть удалены ниже коленного сустава на 1см. Удаляют внутренний жир, крылья по локтевой сустав. Промывают в проточной воде.

Крылья вывертывают к спинке, прижимая кожу, суставы окорочков соединяют вместе (связывают) прижимают окорочка к тушке.

Подготовленные тушки кур закладывают в кипящую воду и варят при слабом кипении, снимая пену и жир, 50-60 мин. Время варки цыплят 20-30 мин, старых кур 2-3 часа. За 40 мин до готовности добавляют белые коренья, подпеченые до золотистого цвета, ломтики моркови и лука, соль. Готовый бульон процеживают.

Бульон из кур используют для приготовления супов.

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 37

наименование блюда: суп картофельный с макаронными изделиями

номер рецептуры 47

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
макаронные изделия	10,0	10,0	1,0	1,0
картофель	100,0	75,0	10,0	7,5
морковь	12,5	10,0	1,3	1,0
петрушка	3,5	2,5	0,4	0,3
лук репчатый	11,6	10,0	1,2	1,0
масло растительное	4,0	4,0	0,4	0,4
бульон или вода	187,5	187,5	18,8	18,8
<b>ВЫХОД</b>		250,0	0,0	25,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	2,83	Ca (мг)	34,0
жиры (г)	2,86	Mg (мг)	38,6
углеводы (г)	21,76	Fe(мг)	1,6
эн ценность(ккал)	75,95	C (мг)	23,8

**Технология приготовления:** в кипящую воду (в бульон кладут картофель, припущенные с маслом морковь, петрушку, бланшированный репчатый лук и варят 10-15 минут, затем добавляют макаронные изделия и варят ещё 15 минут. Макароны закладывают до овощей, лапшу одновременно с картофелем, а вермишель за 10-15 минут до готовности супа. макаронные изделия можно бланшировать или отваривать до полуготовности отдельно, тогда бульон будет прозрачнее. Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 39

наименование блюда: рассольник ленинградский

номер рецептуры № 42

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
картофель	100,0	75,0	10,0	7,5
крупа овсяная	5,0	5,0	0,5	0,5
морковь	12,5	10,0	1,3	1,0
лук репчатый	6,3	5,0	0,6	0,5
огурцы соленые	17,5	15,0	1,8	1,5
вода	187,5	187,5	18,8	18,8
масло растительное	5,0	5,0	0,5	0,5
сметана	10,0	10,0	1,0	1,0
<b>ВЫХОД</b>		250,0		25,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	5,03	Ca (мг)	26,7
жиры (г)	11,3	Mg (мг)	25,5
углеводы (г)	32,38	Fe(мг)	1,1
эн ценность(ккал)	149,6	C (мг)	15,3

**Технология приготовления:** крупу перебирают, промывают несколько раз, меняя воду. Закладывают в кипящую воду в соотношении 1:3, варят, помешивая до полуготовности, отвар сливают. Соленые огурцы очищают от кожицы и, при необходимости, удаляют семена. В этом случае норма расхода огурцов (масса брутто), приведенная в рецептурах увеличивается. Подготовленные огурцы припускают в небольшом количестве воды 10-15 минут. В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, варят 10 мин, добавляют картофель, нарезанный брусочками, припущенную со сливочным маслом морковь, пассерованный репчатый лук, через 5-10 мин вводят припущенные огурцы, соль и варят ещё 10 мин. В конце варки заправляют сметаной и доводят до кипения, кладут зелень и снимают с плиты. Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 41

наименование блюда: свекольник

номер рецептуры 43

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
картофель	57,5	43,0	5,8	4,3
свекла	80,0	64,0	8,0	6,4
морковь	12,5	10,0	1,3	1,0
лук репчатый	13,4	11,0	1,3	1,1
масло растительное	5,0	5,0	0,5	0,5
сахар	1,6	1,6	0,2	0,2
бульон или вода	200,0	200,0	20,0	20,0
томат-пюре или лимонная кислота	0,3	0,3	0,0	0,0
сметана	10,0	10,0	1,0	1,0
<b>ВЫХОД</b>		250,0		25,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1,93	Ca (мг)	50,0
жиры (г)	6,34	Mg (мг)	18,0
углеводы (г)	10,05	Fe(мг)	1,0
эн ценность(ккал)	104,16	C (мг)	50,0

**Технология приготовления:** свеклу отваривают целиком в кожуре, охлаждают, шинкуют соломкой.

Картофель очищают, нарезают брусочками. Морковь шинкуют тонкой соломкой, лук репчатый

полукольцами. Морковь и лук пассеруют при температуре 110°C, затем припускают с

добавлением бульона. В кипящий бульон закладывают пассерованные морковь и лук, варят 10

мин. Затем кладут свеклу, пассерованный томат-пюре или раствор лимонной кислоты, чтобы

сохранилась окраска свеклы и супа, варят до готовности. За 5 минут до готовности вводят соль, сахар

и лавровый лист.

В готовый свекольник добавляют сметану,

мелко рубленную зелень, доводят до кипения.

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 43

наименование блюда: суп из овощей

номер рецептуры 44

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
картофель	66,3	50,0	6,6	5,0
капуста белокачанная	25,0	20,0	2,5	2,0
морковь	12,5	10,0	1,3	1,0
лук репчатый	12,0	10,0	1,2	1,0
горошек консервированный	11,5	7,5	1,2	0,8
масло сливочное или растительное	5,0	5,0	0,5	0,5
бульон или вода	187,6	187,5	18,8	18,8
сметана	12,5	12,5	1,3	1,3
<b>ВЫХОД</b>		250,0		25,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1,93
жиры (г)	5,86
углеводы (г)	12,59
эн ценность(ккал)	115,24

Ca (мг)	39,3
Mg (мг)	29,2
Fe(мг)	0,9
C (мг)	27,5

**Технология приготовления:** в кипящий бульон или воду кладут нашинкованную соломкой капусту, доводят до кипения, закладывают нарезанный брусочками картофель, припущенные с маслом морковь и лук, варят 15 мин, добавляют зеленый горошек, соль. За 3 минуты до готовности вводят сметану, зелень, доводят до кипения. Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 45

наименование блюда: суп картофельный с бобовыми

номер рецептуры № 45

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
горох	21,3	20,0	2,1	2,0
картофель	39,0	25,0	3,9	2,5
морковь	12,5	10,0	1,3	1,0
лук репчатый	12,5	10,0	1,3	1,0
масло растительное	5,0	5,0	0,5	0,5
вода или бульон	175,0	175,0	17,5	17,5
ВЫХОД		250,0	0,0	25,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	2,34	Ca (мг)	1,0
жиры (г)	3,89	Mg (мг)	0,0
углеводы (г)	13,61	Fe(мг)	0,0
эн ценность(ккал)	98,79	C (мг)	16,3

**Технология приготовления:** горох перебирают, моют, выдерживают в холодной воде 3-4 часа. Если вода не горчит, варят в той же воде до размягчения без соли. Подготовленный горох кладут в бульон или воду, доводят до кипения. Добавляют картофель, нарезанные кубиками, припущенный со сливочным маслом морковь и бланшированный пассерованный лук и варят до готовности. Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 47

наименование блюда: суп картофельный с клецками

номер рецептуры № 46

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
картофель	79,5	60,0	8,0	6,0
морковь	15,0	12,0	1,5	1,2
лук репчатый	14,4	12,0	1,4	1,2
масло сливочное	3,0	3,0	0,3	0,3
бульон	225,0	225,0	22,5	22,5
клецки:				
мука пшеничная	12,0	12,0	1,2	1,2
масло сливочное	1,5	1,5	0,2	0,2
яйца	1\15	3,0	7,5	0,3
вода	18,0	18,0	1,8	1,8
масса теста		33,7		3,4
масса готовых клёцек		36,0		3,6
<b>ВЫХОД</b>		300,0		30,0

белки (г)	4,5
жиры (г)	3,95
углеводы (г)	20,21
эн ценность(ккал)	134,33

Ca (мг)	33,7
Mg (мг)	17,7
Fe(мг)	1,8
C (мг)	16,4

**Технология приготовления:** в кипящий бульон кладут нарезанный брусочками картофель и варят 5 минут, затем кладут нарезанные морковь, лук, припущенные с добавлением масла и варят еще 10 мин.

Клецки: в воду кладут соль, масло, доводят до кипения, помешивая, высыпают просеянную муку и проваривают тесто, продолжая помешивать, 10 мин, затем охлаждают, добавляют в три приема яйца, хорошо перемешивают. Тесто закатывают в виде жгута и нарезают кружочками массой 10г, закладывают в кипящий бульон, варят 7 минут до готовности. Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 51

наименование блюда: суп картофельный с мясными фрикадельками

номер рецептуры 48

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
картофель	113,75	100	11,375	10
морковь	12,5	10	1,25	1
лук репчатый	6,25	5	0,625	0,5
масло растительное	2,5	2,5	0,25	0,25
бульон или вода	175	175	17,5	17,5
фарш для фрикаделек:				
говядина (котлетное мясо)	54	40	5,4	4
лук репчатый	4	3,5	0,4	0,35
яйца	1\13	3		0,3
вода для фарша	4	4	0,4	0,4
масса полуфабриката		47		4,7
вес готовых фрикаделек		35		3,5
<b>ВЫХОД</b>		250/35		25\3,5

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	9,76
жиры (г)	6,82
углеводы (г)	19,01
эн ценность(ккал)	175,1

Ca (мг)	28,91
Mg (мг)	47,26
Fe(мг)	3,02
C (мг)	23,45



**Технология приготовления:** в кипящий бульон ( воду) кладут картофель, нарезанный кубиками, брусочками. Добавляют припущенную с маслом морковь, бланшированный и пассерованный лук. Варят до готовности. Добавляют соль.

Фрикадельки припускают в небольшом количестве воды до готовности и хранят в бульоне, перед отпуском еще раз доводят до кипения.

При отпуске в тарелку кладут горячие фрикадельки и наливают суп.

Фрикадельки: мясо измельчают 2-3 раза на мясорубке, добавляют мелко рубленый бланшированный лук, яйцо, соль, воду, массу тщательно перемешивают, формуют шарики массой 7-9 г.

Температура подачи 65°.

технологическая карта блюда № 53

наименование блюда: суп картофельный с крупой и рыбными консервами

номер рецептуры 71

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
консервы рыбные в собственном соку или с добавлением масла	26,0	25,0	2,6	2,5
картофель	12,5	10,0	1,3	1,0
крупы перловая	5,0	5,0	0,5	0,5
или рисовая	7,5	7,5	0,8	0,8
морковь	12,5	10,0	1,3	1,0
лук репчатый	12,0	10,0	1,2	1,0
масло растительное	2,5	2,5	0,3	0,3
вода для крупы перловой	175,0	175,0	17,5	17,5
для рисовой	187,5	187,5	4,5	18,8
<b>ВЫХОД</b>		250,0	0,0	25,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	6,22	Ca (мг)	9,5
жиры (г)	8,21	Mg (мг)	14,1
углеводы (г)	18,39	Fe(мг)	2,4
эн ценность(ккал)	170,98	C (мг)	4,3

Технология приготовления: консервные банки промывают, ошпаривают, протирают, вскрывают.

Крупы перловую, овсяную, рисовую перебирают, промывают несколько раз, меняя воду. Перловую крупу после промывания закладывают в кипящую воду( в соотношении 1:3), варят до полуготовности, отвар сливают. В кипящую воду кладут полготовленную крупу, доводят до кипения, затем кладут картофель, нарезанный кубиками и рыбные консервы. За 10 минут до окончания варки добавляют припущенные морковь, лук и варят суп до готовности.

Температура подачи 65°C

технологическая карта блюда № 55

наименование блюда: суп крупы и томатом

номер рецептуры 221

наименование сборника рецептур: сборник рецептур блюд и кулинарных изделий

Москва 2006 год.

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
крупы рисовая	20	20	2	2
морковь	12,5	10	1,25	1
лук репчатый	12	10		1
томатная паста	2,5	2,5	0,25	0,25
масло растительное	5	5		0,5
<b>ВЫХОД :</b>		250		25

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1,4	Ca (мг)	1,6
жиры (г)	0,2	Mg (мг)	10
углеводы (г)	14,8	Fe(мг)	0,2
эн ценность(ккал)	66,6	C (мг)	0

**Технология приготовления:** Крупу рисовую перебирают, промывают несколько раз, меняя воду. В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, доводят до кипения. За 10 мин до окончания варки добавляют припущенные с томатом морковь, лук и варят суп до готовности. В конце варки заправляют зеленью, доводят до кипения.

При желании в суп можно добавить чеснок.

Температура подачи 65 °С.



технологическая карта блюда № 59

наименование кулинарного изделия: суп молочный с макаронными изделиями

номер рецептуры №53

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто ,кг
молоко	175,0	175,0	17,5	17,5
вода	55,0	55,0	5,5	5,5
масло сливочное	2,5	2,5	0,3	0,3
сахар	2,5	2,5	0,3	0,3
макаронные изделия	20,0	20,0	2,0	2,0
ИТОГО		250,0		25,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	6,98	Ca (мг)	118,0
жиры (г)	7,65	Mg (мг)	16,0
углеводы (г)	24,66	Fe(мг)	0,4
эн ценность(ккал)	195,1	C (мг)	0,6

**Технология приготовления:** Макароны отдельно отваривают в кипящей солевой воде до полуготовности: макароны 15 минут, вермишель 5 минут, лапшу 10 минут.

Воду сливают, а макаронные изделия закладывают в кипящую смесь молока и воды, варят, помешивая, до готовности с добавлением соли, сахара, в конце- масло сливочное

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 61

наименование блюда: суп-лапша домашняя

номер рецептуры № 56

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
лапша:				
мука пшеничная	17,5	17,5	1,8	1,8
мука на подпыл	7,5	7,5	0,8	0,8
вода	3,5	3,5	0,4	0,4
соль	0,5	0,5	0,1	0,1
яйца	1\8	5,0	12,5	500,0
масса сухой лапши		22,5	0,0	2,3
масса вареной лапши		50,0	0,0	5,0
лук репчатый	6,0	5,0	0,6	0,5
морковь	12,5	10,0	1,3	1,0
масло сливочное	5,0	5,0	0,5	0,5
бульон	225,0	225,0	22,5	22,5
<b>ВЫХОД</b>		250,0		25,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	2,45	Ca (мг)	26,8
жиры (г)	4,89	Mg (мг)	14,3
углеводы (г)	13,91	Fe(мг)	0,8
эн ценность(ккал)	109,38	C (мг)	3,4

**Технология приготовления:** суп-лапшу готовят на курином бульоне. В кипящий бульон кладут морковь, нарезанную соломкой, припущенную со сливочным маслом, бланшированный и слегка пассерованный репчатый лук, варят при слабом кипении 8-10 мин, а затем добавляют подготовленную домашнюю лапшу, соль, варят до готовности. За 2 мин до готовности добавляют рубленую зелень.

Приготовление домашней лапши: в холодную кипяченую воду добавляют соль, яйца, перемешивают. Муку просеивают на стол в виде горки, делают углубление (воронку), в него вливают смесь воды и яиц, замешивают крутое тесто. Выдерживают тесто до 30 мин, раскатывают в пласт толщиной 1,5-2 мм. Пласты посыпают мукой, складывают один на другой и режут на полоски шириной 35-45 мм, а затем шинкуют соломкой. Лапшу подсушивают при температуре 40-50°C слоем в 10мм 2-3 часа просеивают от муки. Лапшу закладывают в кипящую подсоленную воду на 1-2 мин, откидывают, дают стечь воде (чтобы не замутить бульон в супе), а затем закладывают в бульон и доводят до кипения.

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 65

наименование блюда: щи из свежей капусты с картофелем

номер рецептуры № 63

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
картофель	40,0	30,0	4,0	3,0
капуста белокачанная	70,0	50,0	7,0	5,0
морковь	12,5	10,0	1,3	1,0
лук репчатый	12,5	10,0	1,3	1,0
масло растительное	5,0	5,0	0,5	0,5
бульон или вода	200,0	200,0	20,0	20,0
сметана	10,0	10,0	1,0	1,0
<b>ВЫХОД</b>		250,0		25,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	2,09	Ca (мг)	65,0
жиры (г)	6,33	Mg (мг)	25,0
углеводы (г)	10,64	Fe(мг)	0,8
эн ценность(ккал)	107,83	C (мг)	20,5

**Технология приготовления:** в кипящий бульон или воду кладут подготовленную капусту нарезанную шашками, доводят до кипения, вводят морковь, нарезанную соломкой и припущенный со сливочным маслом, затем бланшированный и пассерованный репчатый лук и варят 10 минут, добавляют картофель, соль и варят до готовности всех овощей. В конце варки добавляют сметану, лавровый лист, доводят до кипения. Настаивают 10-12 мин.

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 89

наименование блюда: рагу из овощей

номер рецептуры 92

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
картофель	64,5	48,0	6,5	4,8
морковь	46,0	36,0	4,6	3,6
капуста белокочанная	34,5	28,0	3,5	2,8
лук репчатый	19,0	16,0	1,9	1,6
масло растительное	4,5	4,5	4,5	4,5
соус №339	30,0	30,0	3,4	3,4
отвар или бульон	33,8	33,8	0,0	15,0
масса готового рагу		150,0	0,4	0,4
масло сливочное	4,0	4,0	0,4	0,4
ВЫХОД		150/4	0,0	15/0,4

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	3,93	Ca (мг)	57,0
жиры (г)	4,84	Mg (мг)	21,3
углеводы (г)	20,17	Fe(мг)	1,2
эн ценность(ккал)	179,23	C (мг)	12,0

\*В графе "брутто" в числителе-масса продуктов брутто, а знаменателе-масса продуктов нетто, в графе

"Нетто" масса готовых продуктов

Технология приготовления:

Капусту нарезают шашками, припускают. Остальные овощи нарезают кубиками 1x1 см или дольками длиной не более 2-2,5 см. В подготовленную посуду закладывают припущенную морковь, пассерованный лук, обжаренный картофель, заливают сметанным соусом и тушат 15-20 мин, добавляют соль.

При отпуске выкладывают в виде горки и поливают маслом,посыпают зеленью.

Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 96

наименование блюда: макароны запеченные с яйцом

номер рецептуры 420

наименование сборника рецептов: сборник рецептов блюд и кулинарных изделий ,  
Здобанов, В.А.Цыгпненко. Москва "Лада" 2008г

А.И

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
макаронные изделия	46,0	46,0	4,6	4,6
масса отварных макарон	130,0	130,0	13,0	13,0
масло сливочное	5,0	5,0	0,5	0,5
яйца	1,0	40,0	0,1	4,0
молоко	50,0	50,0	5,0	5,0
масса полуфабриката	—	213,0	—	21,3
масло растительное	2,0	2,0	0,2	0,2
масса запеченных макарон	—	195,0	—	19,5
масло сливочное	5,0	5,0	0,5	0,5
<b>ВЫХОД</b>		200,0	0,0	20,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	9,19	Ca (мг)	72,0
жиры (г)	16,6	Mg (мг)	16,0
углеводы (г)	29,6	Fe(мг)	1,6
эн ценность(ккал)	304	C (мг)	0,0

Технология приготовления: макароны варят в большом количестве воды ( на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды и 50 г соли). Сваренные макароны откидывают на дуршлаг и перемешивают с прокипяченным сливочным маслом( 1/3, 1/3 от нормы)Сырые яйца смешивают с холодным молоком и солят. Этой смесью заливают вареные, заправленные жиром макароны, кладут на противень, смазанный маслом растительным и запекают 10мин. При отпуске поливают прокипяченным сливочным маслом.

Температура подачи 65°С.



технологическая карта блюда № 120

наименование кулинарного изделия: Каша манная молочная жидкая

номер рецептуры 107

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
крупа манная	31,0	31,0	3,1	3,1
молоко 2,5 % жирности	106,0	106,0	10,6	10,6
вода	70,0	70,0	7,0	7,0
сахар	5,0	5,0	0,5	0,5
масса каши		200,0		20,0
масло сливочное	5,0	5,0		0,5
		200,0		20,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	6,2	Ca (мг)	24,0
жиры (г)	8,05	Mg (мг)	10,0
углеводы (г)	31,09	Fe(мг)	0,4
эн ценность(ккал)	222,02	C (мг)	0,0

**Технология приготовления:**

Молоко доводят до кипения, добавляют кипящую воду, соль, сахар, когда смесь закипит быстро всыпают, при постоянном помешивании, тонкой струей манную крупу. Варят 15 минут. Манная крупа заваривается через 20-30 сек и, если не всыпать крупу за это время, то образуются комки. Если заваривается более 2 кг крупы, то процесс заваривания выполнять вдвоем.

Температура подачи 65 градусов.

При подаче кашу заправляют доведенным до кипения сливочным маслом.

технологическая карта блюда № 124

наименование кулинарного изделия: каша молочная кукурузная жидкая

номер рецептуры № 108

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто ,кг
крупа пшеничная	40,0	40,0	4,0	4,0
вода	68,0	68,0	6,8	6,8
молоко	100,0	100,0	10,0	10,0
сахар	5,0	5,0	0,5	0,5
масса каши		200,0	0,0	20,0
масло сливочное	5,0	5,0	0,5	0,5
<b>ВЫХОД</b>		200,0	0,0	20,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	7,44	Ca (мг)	44,0
жиры (г)	8,07	Mg (мг)	48,0
углеводы (г)	35,28	Fe(мг)	3,4
эн ценность(ккал)	243,92	C (мг)	0,0

**Технология приготовления:** крупу засыпают в кипящую воду и варят 20-30 минут, после чего лишнюю воду сливают, добавляют кипящее молоко, соль, сахар и варят до загустения, затем упаривают на водяной бане при закрытой крышке.

Температура подачи 65°C.

Молоко нужно вливать кипящим, потому что нельзя прерывать процесс варки, иначе время его значительно возрастает.

При подаче кашу заправляют доведенным до кипения сливочным маслом.

технологическая карта блюда № 126

наименование кулинарного изделия: каша молочная пшеничная жидкая

номер рецептуры № №112

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто ,кг
крупа пшѐнная	40,0	40,0	4,0	4,0
вода	67,2	67,2	6,7	6,7
молоко	100,8	100,8	10,1	10,1
сахар	5,0	5,0	0,5	0,5
масса каши		200,0	0,0	20,0
масло сливочное	5,0	5,0	0,5	0,5
<b>ВЫХОД</b>		200,0		20,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	6,04	Ca (мг)	28,0
жиры (г)	7,27	Mg (мг)	42,0
углеводы (г)	34,29	Fe(мг)	1,4
эн ценность(ккал)	227,16	C (мг)	0,0

**Технология приготовления:** крупу "пшено" перебирают, многократно промывают в холодной, затем теплой воде, пока вода не будет прозрачной. Заливают кипящей водой, доводят до кипения, варят 2-5 минут, воду сливают. Заливают кипящей водой по расчету рецептуры, уменьшив её на 15%, варят до загустения. Добавляют кипящее молоко, соль, сахар, продолжают варить до загустения, затем упаривают на водяной бане при закрытой крышке.

Температура подачи 65°C.

При подаче кашу заправляют доведенным до кипения сливочным маслом.

технологическая карта блюда № 128

наименование кулинарного изделия: каша овсяная из "Геркулеса" жидкая

номер рецептуры 109

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
крупа "Геркулес"	30,0	30,0	3,0	3,0
молоко	106,7	106,7	10,7	10,7
вода	69,3	69,3	6,9	6,9
сахар	5,0	5,0	0,5	0,5
масса каши		200,0	0,0	20,0
масло сливочное	5,0	5,0	0,5	0,5
выход		200,0		20,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	6,33	Ca (мг)	104,0
жиры (г)	8,9	Mg (мг)	258,0
углеводы (г)	25,49	Fe(мг)	7,2
эн ценность(ккал)	207,38	C (мг)	0,0

Технология приготовления: в кипящую смесь молока и воды кладут сахар, соль, всыпают овсяные хлопья, при помешивании сверху вниз, и варят при непрерывном помешивании 20 минут.

При подаче кашу заправляют доведенным до кипения сливочным маслом.

Температура подачи 65° градусов.

технологическая карта блюда № 130

наименование кулинарного изделия: каша ячневая молочная вязкая

номер рецептуры № 115

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
крупа ячневая	44,8	44,8	4,5	4,5
молоко	100,0	100,0	10,0	10,0
вода	65,0	65,0	6,5	6,5
сахар	5,0	5,0	0,5	0,5
масса каши		200,0	0,0	20,0
масло сливочное	5,0	5,0	0,5	0,5
<b>ВЫХОД</b>		200,0		20,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	7,23
жиры (г)	6,67
углеводы (г)	39,54
эн ценность(ккал)	246,87

Ca (мг)	196,2
Mg (мг)	0,9
Fe(мг)	0,2
C (мг)	1,7

**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 водяной бане. Пред отпуском заправляют кипяченым сливочным маслом.

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 132

наименование кулинарного изделия: омлет натуральный

номер рецептуры № 132

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
яйца	2,0	80,0	250,0	8,0
молоко	50,0	50,0	5,0	5,0
масса омлетной смеси		130,0		13,0
масло сливочное	5,0	5,0	6,0	0,5
масса готового омлета		125,0	0,0	12,5
масло сливочное	5,0	5,0	0,5	0,5
<b>ВЫХОД</b>		130,0		13,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	11,64	Ca (мг)	172,0
жиры (г)	18,04	Mg (мг)	14,7
углеводы (г)	3,04	Fe(мг)	5,0
эн ценность(ккал)	221,08	C (мг)	0,6

**Технология приготовления:** подготовленные в соответствии с санитарными правилами, яйца разбивают, добавляют в яичную смесь молоко, соль, перемешивают и слегка взбивают до образования пены. Затем выливают в разогретую смазанную маслом сковороду или протвень слоем 2,5-3,0 см и запекают в жарочном шкафу при температуре 180-200°C 8-10 минут до образования легкой румяной корочки.

Яйца необходимо разбивать в отдельную посуду по 2-3 шт. и соединять с общей массой. Перед подачей нарезают на порции, кладут на тарелку, поливают растопленным маслом. Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 140

наименование блюда: яйца вареные

номер рецептуры 139

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
яйца ( в шт)	1 шт	40,0	100шт	4,0
<b>ВЫХОД</b>		40,0	0,0	4,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	5,08	Ca (мг)	22,0
жиры (г)	4,6	Mg (мг)	4,8
углеводы (г)	0,28	Fe(мг)	1,0
эн ценность(ккал)	62,8	C (мг)	0,0

**Технология приготовления:** обработанные по санитарным правилам яйца погружают в кипящую подсоленную воду (3л воды и 40-50 г соли на 10 яиц) и варят в крутую 10 мин с момента закипания. Для облегчения очистки от скорлупы яйца сразу же после варки погружают в холодную воду.

Температура подачи 20°С

технологическая карта блюда № 143

наименование блюда: запеканка из творога

номер рецептуры 141

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
творог	176,4	175,0	17,6	17,5
крупа манная	11,0	11,0	1,1	1,1
вода или молоко для каши	44,0	44,0	27,5	4,4
или мука пшеничная	15,0	15,0	1,5	1,5
яйца		12,5	11,0	1,3
сахар	11,0	11,0	1,1	1,1
ванилин	0,0	0,0	0,0	0,0
сметана	7,0	7,0	0,7	0,7
сухари	7,0	7,0	0,7	0,7
масло сливочное	7,0	7,0	0,7	0,7
масса готовой запеканки		250,0	0,0	25,0
соус	50,0	50,0		5,0
<b>ВЫХОД</b>		250/50		25/5

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	44	Ca (мг)	283,3
жиры (г)	10,5	Mg (мг)	58,3
углеводы (г)	35,5	Fe(мг)	1,3
эн ценность(ккал)	570	C (мг)	0,8

**технология приготовления:** в горячей воде растворяют ванилин и всыпают манную крупу, варят 10 минут. Протертый творог смешивают с мукой или заваренной и охлажденной вязкой манной кашей. Добавляют сырые яйца, сахар, соль. Подготовленную массу выкладывают в смазанный сливочным маслом противень слоем 3-4 см. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу при температуре 250°С до готовности 15 мин. Готовность определяют по уплотнению структуры-запеканка отделяется от стенок противня. Если творог сухой, в творожную массу добавляют молоко из расчета 20мл на выход, увеличив, соответственно выход или уменьшив закладку творога. Запеканку отпускают с вареньем, сладким молочным или фруктовым соусом. Температура подачи 65°С.



технологическая карта блюда № 157

наименование блюда: сырники из творога запеченные

номер рецептуры № 155

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
творог обезжиренный	181,0	180,0	18,1	18,0
крупа манная	15,0	15,0	1,5	1,5
яйца	1,8	7,0	12,5	0,7
сахар	20,0	20,0	2,0	2,0
ванилин	0,0	0,0	0,0	0,0
мука пшеничная	13,0	13,0	1,3	1,3
сметана	7,0	7,0	0,7	0,7
масса полуфабриката		234,0		23,4
масло растительное(для смазки)	2,5	2,5		0,3
масса готовых сырников		200,0		20,0
соус № 343		40,0		4,0
<b>ВЫХОД</b>		200/40		20\4

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	25,8	Ca (мг)	233,8
жиры (г)	9,97	Mg (мг)	49,8
углеводы (г)	52,78	Fe(мг)	1,0
эн ценность(ккал)	453,81	C (мг)	0,9

**Технология приготовления:** в протертый творог добавляют манную крупу, сырые яйца, сахар, соль. Массу хорошо перемешивают, придают ей форму батончика толщиной 5-6см нарезают поперек, панируют в муке (1/2 нормы), формуют в виде круглых биточков толщиной 1,5 см, по 3 шт. на порцию, укладывают в смазанную сливочным маслом емкость. Сметану смешивают с оставшейся мукой. Полученной смесью смазывают поверхность сырников и запекают в жарочном шкафу при температуре 250°C 10-20 мин, до образования корочки, затем в камере с температурой 180-200°C 15-20 мин.

Температура подачи 65 °C

технологическая карта блюда № 173

наименование блюда: рыба тушеная в сметанном соусе

номер рецептуры № 171

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
треска	100,0	73,0	10,0	7,3
или минтай	98,5	73,0	9,9	7,3
лук репчатый	14,5	12,0	1,5	1,2
морковь	27,0	21,0	2,7	2,1
масло растительное	5,0	5,0	0,5	0,5
соус сметанный №335	34,0	34,0	3,4	3,4
масса тушеной рыбы		60,0	0,0	6,0
<b>ВЫХОД</b>		120,0		12,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	13,19	Ca (мг)	76,4
жиры (г)	11,53	Mg (мг)	73,0
углеводы (г)	4,8	Fe(мг)	1,7
эн ценность(ккал)	176	C (мг)	3,6

**Технология приготовления:** рыбу разделяют на филе с кожей без костей, нарезают под углом 90° по одному куску на порцию, укладывают в смазанный маслом сотейник слоями: слой рыбы, слой овощей и т.д. Овощи нарезают соломкой. Заливают водой или бульоном, сваренным из рыбных отходов, на 1/3 высоты занимаемой рыбой, соль и припускают при закрытой крышке 10-15 мин, затем бульон сливают, на его основе готовят соус сметанный.

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

Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 179

наименование блюда: рыба, запеченная с картофелем по-русски

номер рецептуры №169

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
треска*	81,3	70,5	8,1	7,1
или минтай*	80,5	70,5	8,1	7,1
масса готовой рыбы		58,0		5,8
картофель	134,0	97**	13,4	9,7**
масло растительное	5,4	5,4	0,5	0,5
соус белый для запекания :	65,0	65,0	6,5	6,5
молоко	65,0	65,0	6,5	6,5
мука пшеничная	5,2	5,2	0,5	0,5
масло сливочное	5,2	5,2	0,5	0,5
сухари	2,5	2,5	0,3	0,3
<b>ВЫХОД</b>		200,0	0,0	20,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	15,85	Ca (мг)	78,9
жиры (г)	6,8	Mg (мг)	66,4
углеводы (г)	22,02	Fe(мг)	1,9
эн ценность(ккал)	212,38	C (мг)	26,4

**Технология приготовления:** рыбу разделяют на филе с кожей без костей, нарезают под углом 90° по одному куску на порцию, укладывают в смазанный маслом сотейник слоями: слой рыбы, слой картофеля и т.д. Картофель нарезают соломкой. Заливают соусом и запекают в жарочном шкафу до готовности.

\* нормы даны на треску, минтай потрошенные обезглавленные

\*\* масса отварного очищенного картофеля

Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 185

наименование блюда: рыба, тушеная в томате с овощами

номер рецептуры № 172

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
треска	96,0	73,0	9,6	7,3
или минтай	97,0	74,0	9,7	7,4
вода или бульон	21,0	21,0	2,1	2,1
морковь	27,0	21,0	2,7	2,1
лук репчатый	14,6	12,0	1,5	1,2
томат-пюре	5,0	5,0	0,5	0,5
масло растительное	6,0	6,0	0,6	0,6
сахар	2,0	2,0	0,2	0,2
лавровый лист	0,0	0,0	0,0	0,0
масса тушеной рыбы		60,0	0,0	6,0
<b>ВЫХОД</b>		120,0		12,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	12,46	Ca (мг)	74,5
жиры (г)	6,89	Mg (мг)	79,7
углеводы (г)	6,44	Fe(мг)	1,8
эн ценность(ккал)	137,5	C (мг)	8,2

**Технология приготовления:** рыбу разделяют на филе с кожей без костей, нарезают под углом 90° по одному куску на порцию, укладывают в смазанный маслом сотейник слоями: слой рыбы, слой овощей и т.д. Овощи нарезают соломкой. Заливают водой или бульоном, сваренным из рыбных отходов, доводят до кипения, добавляют пассерованные томат-пюре, сахар, соль, закрывают крышкой и тушат до готовности 45-50 мин. За 5 мин до готовности кладут лавровый лист

# нормы даны на треску, минтай потрошенные обезглавленные

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 205

наименование блюда: голубцы ленивые

номер рецептуры 178

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто,кг	нетто,кг
говядина (котлетное мясо)	39,0	28,0	3,9	2,8
крупа рисовая	3,5	3,5	0,4	0,4
масса отварного риса		10,0		1,0
лук репчатый	5,0	4,0	0,5	0,4
масло растительное	2,0	2,0	0,2	0,2
масса пассерованного лука		2,0		0,2
капуста белокачанная	52,0	42,0	5,2	4,2
масса отварной капусты		39,0		3,9
масса полуфабриката		79,0		7,9
масса готовых голубцов		70,0		7,0
соус №341	30,0	30,0		3,0
<b>ВЫХОД С СОУСОМ</b>		100,0		10,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	6,56	Ca (мг)	48,7
жиры (г)	6,69	Mg (мг)	21,8
углеводы (г)	4,93	Fe(мг)	2,0
эн ценность(ккал)	106,21	C (мг)	29,0

**Технология приготовления:** рис промывают, варят рассыпчатую рисовую кашу. Бланшированный лук пассеруют в половинном количестве растительного масла, капусту белокачанную нарезают мелкой рубкой, припускают в кипящей подсоленной воде до полуготовности, выкладывают в дуршлаг, чтобы стекла вода. Мясо пропускают через мясорубку. Подготовленный лук смешивают с рассыпчатым рисом, мясом, капустой. Хорошо вымешивают, формируют овальные колбаски, по 1 шт на порцию, складывают на противень, добавляют воду, масло и тушат в жарочном шкафу 30 минут при температуре 250°C. Отпускают с соусом.  
Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 209

наименование блюда: Жаркое по-домашнему

номер рецептуры № 259

Наименование сборника рецептов: сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников, 2005г, под редакцией М.П.Могильного

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина (боковая и наружный куски тазобедренная)	63,0	52,0	6,3	5,2
картофель	177,0	133,0	17,7	13,3
лук репчатый	23,0	20,0	2,3	2,0
морковь	8,0	5,0	0,8	0,5
масло растительное	7,0	7,0	0,7	0,7
томат-пюре	1,0	1,0	0,1	0,1
масса тушеного мяса		34,0	0,0	3,4
масса готовых овощей		166,0	0,0	16,6
<b>ВЫХОД</b>		200,0		20,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	22,54	Ca (мг)	35,2
жиры (г)	17,33	Mg (мг)	48,2
углеводы (г)	22,13	Fe(мг)	3,1
эн ценность(ккал)	334,08	C (мг)	10,1

**Технология приготовления:** мясо нарезают по 2 кусочка на порцию, слегка обжаривают. Картофель и лук нарезают ломтиком, морковь крупным кубиком. Мясо и овощи кладут в посуду слоями, чтобы снизу и сверху мяса были овощи, соль и бульон (продукты должны быть только покрыты жидкостью), закрывают крышкой и тушат до готовности. За 5-10 минут до окончания тушения кладут пассерованное томатное пюре, лавровый лист. Отпускают жаркое вместе с бульоном и гарниром. Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 211

наименование блюда: картофельная запеканка с мясом

номер рецептуры 185

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина (котлетное мясо)	152,0	112,0	15,2	11,2
масса отварного мяса		70,0	0,0	7,0
картофель	220,0	165,0	22,0	16,5
масса отварного картофеля		160,0	0,0	16,0
масса товарного протертого картофеля		155,0	0,0	15,5
масло сливочное	10,0	10,0	1,0	1,0
яйца	1\10шт	4,0	10шт	0,4
сухари	3,0	3,0	0,3	0,3
масса полуфабриката		235,0	0,0	23,5
масло растительное	2,0	2,0	0,2	0,2
масса запеченного блюда		200,0	0,0	20,0
масло сливочное	5,0	5,0		0,5
<b>ВЫХОД</b>		205,0	0,0	

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	25,53	Ca (мг)	16,9
жиры (г)	24,78	Mg (мг)	35,0
углеводы (г)	18,43	Fe(мг)	5,2
эн ценность(ккал)	400,75	C (мг)	44,0

**Технология приготовления:** отварную говядину нарезают кусками по 75-100г, пропускают через мясорубку, заправляют размягченным сливочным маслом, солью. Кладут на смазанный маслом противень слоем 2-3 см и прогревают, помешивая в жарочном шкафу при температуре 160-180°С в течении 8-10 мин. Картофель заливают горячей водой, добавляют соль и варят до готовности, воду сливают, картофель обсушивают при закрытой крышке на огне 10-20 сек. С варенный картофель протирают и делят на две части. Одну часть кладут на смазанный маслом противень слоем 1-1,5 см, разравнивают. Затем кладут равным слоем мясо, а сверху оставшуюся часть картофеля. После разравнивания картофель смазывают яйцом, посыпают сухарями, сбрызгивают маслом и запекают в течении 25-30 минут при температуре 250-280°С. Готовую запеканку нарезают на порционные куски.

Отпускают запеканку с прокипяченным сливочным маслом.

Температура подачи 65°

технологическая карта блюда № 217

наименование блюда: котлеты ,биточки, шницели

номер рецептуры № 189

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина 1 категории	81,0	60,0	8,1	6,0
хлеб пшеничный	13,0	13,0	1,3	1,3
сухари	7,5	7,5	7,5	0,8
молоко или вода	16,0	16,0	1,6	1,6
масса полуфабриката		87,0	0,0	8,7
масло растительное	5,0	5,0	0,5	0,5
масса готовых изделий		70,0		7,0
масло сливочное	5,0	5,0	0,5	0,5
<b>ВЫХОД</b>		75,0	0,0	7,5

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	10,68	Ca (мг)	30,8
жиры (г)	11,72	Mg (мг)	18,2
углеводы (г)	5,74	Fe(мг)	0,8
эн ценность(ккал)	176,75	C (мг)	0,1

**Технология приготовления:** зачищенное мясо измельчают на мясорубке, соединяют с пшеничным черствым хлебом без корок, замоченным в молоке или воде, добавляют соль, перемешивают и вторично пропускают через мясорубку. Массу перемешивают, формируют котлеты - овально-приплюснутой формы толщиной 1,5-2 см, биточки - округло-приплюснутой формы толщиной 2-2,5 см или шницели - плоскоооальной формы, толщиной 1 см. Издеолия панируют в сухарях, укладывают в смазанный маслом лист и запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280°С до готовности. Готовность определяют по появлению воздушных пузырьков на поверхности изделий, затем проверяют на разрезе.

Температура подачи 65°С.



технологическая карта блюда № 235

наименование блюда: тефтели из говядины с рисом (ёжики)

номер рецептуры 202

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина 1 категории (котлетное мясо)	61,0	44,0	6,1	4,4
вода	7,0	7,0	0,7	0,7
крупя рисовая	6,0	6,0	0,6	0,6
масса готового рассыпчатого риса		17,5		1,8
лук репчатый	24,5	21,0	2,5	2,1
масло растительное	4,0	4,0	0,4	0,4
масса пассерованного лука		10,5		1,1
мука пшеничная	5,0	5,0	0,5	0,5
масса полуфабриката		83,0		8,3
масло растительное	2,0	2,0	0,2	0,2
масса готовых тефтелей		70,0		7,0
соус №341	30,0	30,0	3,0	3,0
<b>ВЫХОД с соусом</b>		70/30		7/3

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	9,16	Са (мг)	16,6
жиры (г)	13,53	Mg (мг)	19,6
углеводы (г)	9,44	Fe(мг)	2,2
эн ценность(ккал)	196,14	С (мг)	0,0

Технология приготовления: рис перебирают, варят рассыпчатую кашу, лук нарезают мелким кубиком, бланшируют, пассеруют. Мясо измельчают на мясорубке с двойной мелкой решеткой или дважды, Визмельченное мясо добавляют воду, пассерованный лук, рассыпчатый рис, хорошо перемешивают, разделяют в виде шариков по 2 штуки на порцию ( 42 г). Шараки панируют в муке, обжаривают на противне до образования легкой корочки, заливают соусом и тушат в жарочном шкафу при температуре 160 - 200°С 10-15 мин. Отпускают тефтели с соусом, в котором они тушились и гарниром.  
Температура подачи 65° С

технологическая карта блюда № 237

наименование блюда: фрикадельки из говядины тушеные в соусе

номер рецептуры 204

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина 1 категории (котлетное мясо)	73,0	52,0	7,3	5,2
хлеб пшеничный	10,5	10,5	1,1	1,1
вода	18,2	18,2	1,8	1,8
масло растительное	2,0	2,0	0,2	0,2
масса полуфабриката		82,0		8,2
соус сметанный №329	30,0	30,0	3,0	3,0
<b>ВЫХОД</b>		70\30		7\3

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	12,63	Ca (мг)	
жиры (г)	13,54	Mg (мг)	
углеводы (г)	9,16	Fe(мг)	
эн ценность(ккал)	208,6	C (мг)	

**Технология приготовления:** мясо зачищают, нарезают на куски по 75-100г, измельчают на мясорубке, затем добавляют замоченный в воде и отжатый черствый пшеничный хлеб (высшего сорта), соль, перемешивают, затем выбивают (для насыщения котлетной массы кислородом воздуха), разделяют в виде шариков массой по 19-21 г по 4 шт на порцию, укладывают в смазанный маслом сотейник и заливают горячим соусом или сливочным маслом и тушат 15-20 минут. Отпускают фрикадельки с гарниром, соусом или сливочным маслом. Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 239

наименование блюда: сосиски, сардельки, колбаса отварные

номер рецептуры № 205

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
сосиски или сардельки или колбаса вареная	71,4	70,0	7,1	7,0
масло сливочное	7,0	7,0	0,7	0,7
<b>ВЫХОД</b>		70,0		7,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	6,62	Ca (мг)	24,5
жиры (г)	16,04	Mg (мг)	14,0
углеводы (г)	1,57	Fe(мг)	1,3
эн ценность(ккал)	179,72	C (мг)	0,0

**Технология приготовления:** с сосисок, сарделек или колбасы предварительно кладут в кипящую воду, доводят до кипения и варят при слабом кипении сосиски 3-5 мин, сардельки и колбасу 7-10 минут. Во избежание повреждения оболочки и ухудшения вкуса колбасные изделия не следует хранить в горячей воде. Их готовят непосредственно перед отпуском.

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 250

наименование блюда: плов из птицы

номер рецептуры 265

наименование сборника рецептур: сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для ПООП при общеобразовательных школах/ под редакцией М.П. Могильного. - М : Де Ли принт, 2005г.

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
цыпленок бройлерный	128	93	12,8	9,3
крупа рисовая	47	47	4,7	4,7
масло растительное	8	8	0,8	0,8
лук репчатый	12	10	1,2	1
морковь	12,7	10	1,27	1
томат	2,5	2,5	0,25	0,25
масса тушеной птицы	–	67	–	6,7
масса готового риса с овощами	–	133	–	13,3
<b>ВЫХОД</b>		200		20

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	20,21	Ca (мг)	29,05
жиры (г)	19,75	Mg (мг)	37,57
углеводы (г)	38,75	Fe(мг)	2,55
эн ценность(ккал)	404,6	C (мг)	3,13

**Технология приготовления:** нарезанного кусочками по 20-30 г цыпленка посыпают солью, обжаривают, добавляют пассерованные с томатом морковь и лук. Мясо и овощи заливают водой, доводят до кипения, всыпают промытый рис и варят до полуготовности. После того как рис впитает всю жидкость, посуду закрывают крышкой, уменьшают температуру и доводят до готовности.

Отпускают, равномерно распределяя мясо вместе с рисом и овощами.

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 253

наименование блюда: котлеты, биточки, шницели припущенные

номер рецептуры 209

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
курица 1 категории потрошенная	145*	52,0	14,5*	5,2
хлеб пшеничный	13,0	13,0	1,3	1,3
молоко или вода	18,0	18,0	1,8	1,8
масса полуфабриката		80,0		8,0
масло растительное	5,0	5,0	0,5	0,5
масса готовых биточков		70,0		7,0
масло сливочное	5,0	5,0	0,5	0,5
или соус	30,0	30,0	3,0	3,0
<b>ВЫХОД С МАСЛОМ</b>		70/5		7/0,5
<b>ВЫХОД с соусом молочным № 329</b>		70/30		7/3

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	11,02	Ca (мг)	40,6
жиры (г)	12,45	Mg (мг)	21,0
углеводы (г)	7,52	Fe(мг)	1,3
эн ценность(ккал)	186,09	C (мг)	0,6

**Технология приготовления:** мякоть птицы, без кожи пропускают через мясорубку. Измельченное мясо соединяют замоченным в воде или молоке черствым пшеничными хлебом, кладут соль, хорошо перемешивают, пропускают через мясорубку второй раз и выбивают. Из готовой котлетной массы формируют котлеты, биточки или шницели, укладывают на смазанный маслом противень, подливают горячей воды и запекают до готовности 15-20 мин.

Отпускают биточки с гарниром и соусом.

Температура подачи 65°C.

\*если берется куриное филе без костей и кожи, то нетто равно брутто.

технологическая карта блюда № 271

наименование блюда: рагу из птицы

номер рецептуры 214

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
курица 1 категории потрошенная	92	81	9,2	8,1
или цыплята потрошенные	84	81	8,4	8,1
масло растительное	2	2	0,2	0,2
масса жареной птицы		56		5,6
картофель	123	91	12,3	9,1
морковь	24	14	2,4	1,4
томатное пюре	2,5	2,5	0,25	0,25
лук репчатый	13	10	1,3	1
масло растительное	4,5	4,5	0,45	0,45
мука пшеничная	1	1	0,1	0,1
масса гарнира и соуса		144		14,4
<b>ВЫХОД</b>		200		20

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	17,57	Ca (мг)	37,24
жиры (г)	22,38	Mg (мг)	55,93
углеводы (г)	20,8	Fe(мг)	2,78
эн ценность(ккал)	352,65	C (мг)	30,91

**Технология приготовления:** подготовленные тушки птицы, нарубленные на куски по 30-35г, заливают горячей водой в количестве 20-30% от массы набора пролуков, добавляют пассерованное томатное пюре и тушат 20 минут. Бульон оставшийся после тушения, сливают и приготавливают на нем соус, которым заливают тушеные кусочки мяса, добавляют нарезанные кусочками картофель, морковь, лук и тушат 25-30 минут. Отпускают рагу вместе с соусом и гарниром. Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 276

наименование блюда: каша гречневая рассыпчатая

номер рецептуры 219

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
крупа гречневая	69,0	69,0	6,9	6,9
вода	102,0	102,0	10,2	10,2
масса каши		144,0		14,4
масло сливочное	6,0	6,0	0,6	0,6
<b>ВЫХОД</b>		150,0		15,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	8,73	Ca (мг)	18,0
жиры (г)	5,43	Mg (мг)	73,5
углеводы (г)	45	Fe(мг)	2,4
эн ценность(ккал)	263,8	C (мг)	0,0

**Технология приготовления:** крупу перебирают, засыпают в кипящую подсоленную воду, всплывшие пустые зерна удаляют (ситечком) и варят до загустения помешивая. Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают крышкой и доводят до готовности на пару или на водяной бане (температура 100°C) или в жарочном шкафу при температуре 140-160°C в течение 1-1,5 часа. Затем вливают прокипяченное сливочное масло, взрыхляют поварской вилкой, уваривают еще 3-4 минуты. Температура подачи 65°C

технологическая карта блюда № 278

наименование блюда: Каша пшеничная рассыпчатая

номер рецептуры 221

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
крупа пшеничная	58,5	58,5	5,9	5,9
вода	103,5	103,5	10,4	10,4
масса каши		144,0		14,4
масло сливочное	6,0	6,0	0,6	0,6
<b>ВЫХОД</b>		150,0		15,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	9,27	Ca (мг)	33,0
жиры (г)	5,32	Mg (мг)	36,0
углеводы (г)	36,87	Fe(мг)	2,6
эн ценность(ккал)	231,78	C (мг)	0,0

**Технология приготовления:** крупу промывают в теплой воде, всыпают в подсоленную кипящую воду. Необходимо учитывать, что в крупе после промывания остается вода в количестве 15% от массы крупы. Кашу варят при слабом кипении до загустения, вводят 1/2 часть растопленного сливочного масла, плотно закрывают крышкой и уваривают до готовности на водяной бане при температуре 100°C или в жарочном шкафу при температуре 140°C. За 5 мин до готовности кашу взрыхляют, добавляют прокипяченное сливочное масло, хорошо перемешивают и еще уваривают на водяной бане или в жарочном шкафу. Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 282

наименование блюда: каша рассыпчатая перловая

номер рецептуры 222

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
крупа перловая	48	48	4,8	4,8
вода	120	120	12	12
масса каши		144		14,4
масло сливочное	6	6	0,6	0,6
<b>ВЫХОД</b>		150		15

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	4,35	Ca (мг)	28,5
жиры (г)	5,25	Mg (мг)	21
углеводы (г)	34,35	Fe(мг)	0,9
эн ценность(ккал)		C (мг)	0

**Технология приготовления:** крупу перловую перебирают, просеивают и промывают сначала теплой водой (40-50°C), а затем горячей водой (60-70°C). Промытую крупу заливают водой и варят помешивая, при слабом кипении до загустения. Добавляют половину растопленного сливочного масла, соль, перемешивают, закрывают крышкой и уваривают до готовности на самом слабом огне до готовности 1,5-2 часа. При подаче поливают прокипяченным сливочным маслом. Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 284

наименование блюда: рис отварной

номер рецептуры 224

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
крупа рисовая	54,0	54,0	5,4	5,4
масло сливочное	6,0	6,0	0,6	0,6
<b>ВЫХОД</b>		150,0		15,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	3,88	Ca (мг)	2,4
жиры (г)	5,01	Mg (мг)	19,0
углеводы (г)	40,27	Fe(мг)	0,6
эн ценность(ккал)	225,17	C (мг)	0,0

**Технология приготовления:**

рис перебирают, полмывают многократно в теплой воде. Подготовленную рисовую крупу всыпают в кипящую подсоленную воду (6 л воды, 40г соли на 1кг риса) и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают на сито,дают стечь воде. Рис перекладывают на противень слоем 3-4 см, заправляют горячим сливочным маслом, перемешивают и прогревают в жарочном шкафу при температуре 160°С 5-7 мин  
Температура подачи 65 °С



технологическая карта блюда № 290

наименование блюда: макаронные изделия отварные

номер рецептуры 227

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
макаронные изделия	51,0	51,0	5,1	5,1
масса отварных макаронных изделий		144,0	0,0	14,4
масло сливочное	6,0	6,0	0,6	0,6
<b>ВЫХОД</b>		150,0		15,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	5,52	Ca (мг)	12,0
жиры (г)	5,29	Mg (мг)	7,5
углеводы (г)	35,32	Fe(мг)	0,8
эн ценность(ккал)	211,09	C (мг)	0,0

**Технология приготовления:**

макаронные изделия варят в большом количестве кипящей воды (на 1кг макаронных изделий берут бл воды, 50 г соли). Проверяют готовность на разрезе - не должно быть прослойки недоваренной муки. Готовые макаронные изделия откидывают, дают стечь отвару, выкладывают на противень слоем 3-4 см, заправляют кипяченым сливочным маслом и перемешивают.

Температура подачи 65 °С

технологическая карта блюда № 295

наименование блюда: горошек зеленый консервированный отварной для подгарнировки  
номер рецептуры 229

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
зеленый горошек консервированный	84,0	54,5	8,4	5,5
масса отварного горошка		50,0		5,0
<b>ВЫХОД</b>		50,0		5,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1,57	Ca (мг)	10,0
жиры (г)	1,64	Mg (мг)	10,0
углеводы (г)	3,5	Fe(мг)	0,4
эн ценность(ккал)	38,94	C (мг)	5,0

**Технология приготовления:** консервированный горошек доводят до кипения в собственном отваре, помешивая, отвар сливают, охлаждают до  $t = 65^{\circ}\text{C}$   
Температура подачи  $65^{\circ}\text{C}$ .

технологическая карта блюда № 299

наименование блюда: икра кабачковая (консервы)

номер рецептуры

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
икра кабачковая	65,0	60,0	6,5	6,0
<b>ВЫХОД</b>		60,0		6,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1,14	Ca (мг)	24,6
жиры (г)	5,34	Mg (мг)	9,0
углеводы (г)	4,62	Fe(мг)	0,5
эн ценность(ккал)	71,4	C (мг)	4,8

**Технология приготовления:** предварительно обработанные банки вскрывают, содержимое выкладывают в жаропрочную емкость, доводят до температуры  $100^{\circ}\text{C}$ , остужают при закрытой крышке.  
Температура подачи  $14^{\circ}\text{C}$ .

технологическая карта блюда № 300

наименование блюда: кукуруза бланшированная

номер рецептуры 233

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
кукуруза	84,0	54,5	8,4	5,5
масса бланшированной кукурузы		50,0		5,0
<b>ВЫХОД</b>		50,0		5,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	2,2	Ca (мг)	2,4
жиры (г)	0,2	Mg (мг)	0,0
углеводы (г)	7,35	Fe(мг)	0,2
эн ценность(ккал)	34	C (мг)	2,4

**Технология приготовления:** консервированную кукурузу доводят до кипения в собственном отваре, помешивая, отвар сливают, охлаждают до  $t = 65^{\circ}\text{C}$   
Температура подачи  $65^{\circ}\text{C}$ .

технологическая карта блюда № 302

наименование блюда: икра свекольная

номер рецептуры 233

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
свекла	48,0	38,0	4,8	3,8
лук репчатый	10,5	9,0	1,1	0,9
томатное пюре	12,0	12,0	1,2	1,2
масло растительное	4,0	4,0	0,4	0,4
сахар	0,5	0,5	0,1	0,1
<b>ВЫХОД</b>		50,0		5,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1,14	Ca (мг)	
жиры (г)	3,79	Mg (мг)	
углеводы (г)	6,81	Fe(мг)	
эн ценность(ккал)	59,79	C (мг)	

**Технология приготовления:**

свеклу отваривают, очищают от кожицы и измельчают. Лук репчатый шинкуют и пассеруют и пассеруют, в конце пассерования добавляют томатное пюре. Измельченные овощи соединяют с пассерованным луком, добавляют сахар, прогревают и охлаждают.

Температура подачи  $15^{\circ}\text{C}$

технологическая карта блюда № 303

наименование кулинарного изделия: капуста тушёная

номер рецептуры 235

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
капуста белокочанная	197,0	158,0	19,7	15,8
масло сливочное	6,5	6,5	0,7	0,7
морковь	7,5	7,5	0,8	0,8
томатная паста	3,0	3,0	0,3	0,3
лук репчатый	11,0	11,0	1,1	1,1
мука пшеничная	2,0	2,0	0,2	0,2
сахар	4,5	4,5	0,5	0,5
<b>ВЫХОД</b>		150,0		15,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	3,93	Ca (мг)	87,0
жиры (г)	4,84	Mg (мг)	30,0
углеводы (г)	18,31	Fe(мг)	1,2
эн ценность(ккал)	130,74	C (мг)	25,5

технология приготовления: нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем 300 мм, добавляют воду ( 20-30% к массе сырой капусты), масло и тушат до полуготовности при помешивании. Затем добавляют пассерованные, нарезанные соломкой морковь, репчатый лук, предварительно бланшированный, и тушат до готовности 40-45 мин. За 10 мин до конца тушения капусту заправляют солью, сахаром, подсушенной мукой, разведенной в небольшом количестве воды, томатной пастой.

Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 309

наименование кулинарного изделия: картофельное пюре

номер рецептуры 241

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
картофель	171,0	130,0	17,1	13,0
молоко	19,0	19,0	1,9	1,9
масло сливочное	4,0	4,0	0,4	0,4
<b>ВЫХОД</b>		150,0		15,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	3,19	Ca (мг)	40,0
жиры (г)	6,06	Mg (мг)	30,0
углеводы (г)	23,29	Fe(мг)	1,0
эн ценность(ккал)	160,45	C (мг)	5,6

Технология приготовления:

Очищенный картофель укладывают в посуду, солят, заливают горячей водой, чтобы она покрыла картофель на 1 см. Доводят до кипения и варят при слабом кипении до готовности.

Горячий варёный картофель, обсушивают, протирают через протирочную машину.

Температура картофеля должна быть не менее 80°C. В горячую картофельную массу добавляют в 2-3 приема горячее кипяченое молоко, масло сливочное. Пюре доводят до температуры 100°C, постоянно помешивая и прогревают 5-6 мин.

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 311

наименование блюда: овощи натуральные

номер рецептуры 246

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
помидоры(огурцы) свежие	64,0	60,0	6,4	6,0
<b>ВЫХОД</b>		60,0		6,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0,42	Ca (мг)	20,4
жиры (г)	0,06	Mg (мг)	8,4
углеводы (г)	1,14	Fe(мг)	0,3
эн ценность(ккал)	9,6	C (мг)	4,2

**Технология приготовления:**овощи перебирают,промывают небольшими партиями в подсоленной воде. У помидоров вырезают место прикрепления плодоножки, нарезают дольками, непосредственно перед отпуском.

У огурцов отрезают стебель с частью мякоти, затем нарезают непосредственно перед раздачей.

технологическая карта блюда № 317

наименование блюда: салат из морской капусты (консервы)

номер рецептуры

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
салат из морской капусты	53,0	50,0	5,3	5,0
<b>ВЫХОД</b>		50,0		5,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0,45	Ca (мг)	20,0
жиры (г)	0,1	Mg (мг)	10,0
углеводы (г)	0	Fe(мг)	8,0
эн ценность(ккал)	2,7	C (мг)	1,0

**Технология приготовления:** банки с салатом моют, ошпаривают, протирают,

технологическая карта блюда № 319

наименование блюда: овощи натуральные соленые

номер рецептуры 247

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
помидоры(огурцы) соленые	53,0	50,0	5,3	5,0
<b>ВЫХОД</b>		50,0		5,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0,55	Ca (мг)	
жиры (г)	0,05	Mg (мг)	
углеводы (г)	1,2	Fe(мг)	
эн ценность(ккал)	8	C (мг)	

**Технология приготовления:** у овощей удаляют полдоножку , нарезают крупными ломтиками

технологическая карта блюда № 327

наименование блюда: соус молочный для запекания

номер рецептуры 255

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
молоко	50,0	50,0	5,0	5,0
мука пшеничная	4,0	4,0	0,4	0,4
масло сливочное	4,0	4,0	0,4	0,4
<b>Выход</b>		50,0		5,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1,83	Ca (мг)	40,8
жиры (г)	4,53	Mg (мг)	3,2
углеводы (г)	5,15	Fe(мг)	0,3
эн ценность(ккал)	68,9	C (мг)	0,4

Технология приготовления: горячим молоком разводят подсушенную без изменения цвета и растертую со сливочным маслом муку. Варят при слабом кипении 7-10 минут процеживают, заправляют солью и еще раз доводят до кипения.

Используют при запекании блюд из овощей, мяса, рыбы, птицы для заправки припущенных отварных овощей.

Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 329

наименование блюда: соус молочный к блюдам

номер рецептуры 256

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
молоко	30,0	30,0	3,0	3,0
мука пшеничная	1,5	1,5	0,2	0,2
масло сливочное	1,5	1,5	0,2	0,2
сахар	0,3	0,3	0,0	0,0
<b>ВЫХОД</b>		30,0		3,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1	Ca (мг)	19,2
жиры (г)	2,06	Mg (мг)	2,7
углеводы (г)	2,76	Fe(мг)	0,1
эн ценность(ккал)	33,7	C (мг)	0,0

**Технология приготовления:** горячим молоком разводят подсушенную без изменения цвета и растертую со сливочным маслом муку. Варят при слабом кипении 7-10 минут. Добавляют сахар, соль, процеживают и доводят до кипения, заправляют маслом и кипятят.  
Температура подачи 65°

технологическая карта блюда № 335

наименование блюда: соус сметанный

номер рецептуры № 263

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
мука пшеничная	0,8	0,8	0,1	0,1
масло сливочное	0,8	0,8	0,1	0,1
вода	1,6	16,5	0,2	1,7
масса соуса		15,0	0,0	1,5
сметана	15,0	15,0	1,5	1,5
<b>ВЫХОД</b>		30,0		3,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0,6	Ca (мг)	8,4
жиры (г)	1,56	Mg (мг)	1,8
углеводы (г)	1,68	Fe(мг)	0,1
эн ценность(ккал)	23,4	C (мг)	0,0

**Технология приготовления:** белый соус соединяют со сметаной, доводят до кипения и варят 3-5 минут.

Приготовление белого соуса: муку подсушивают при температуре 110-120°С, не допуская изменения цвета, охлаждают до 60-70°С, растирают со сливочным маслом, вливают постепенно 1/4 горячего бульона и вымешивают до образования однородной массы, затем добавляют оставшийся бульон и варят 25-30 минут. В конце варки добавляют соль, затем процеживают и доводят до кипения.

Рекомендуется к блюдам из овощей, рыбы, мяса.

Температура подачи 65 °С



технологическая карта блюда №339

наименование блюда: соус томатный

номер рецептуры 265

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
вода или отвар овощной	15,0	15,0	1,5	1,5
мука пшеничная	1,5	1,5	0,2	0,2
масло сливочное	1,5	1,5	0,2	0,2
томат-поре	0,6	0,6	0,1	0,1
сахар	0,5	0,5	0,1	0,1
<b>ВЫХОД</b>		30,0		3,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0,4	Ca (мг)	5,0
жиры (г)	1,1	Mg (мг)	2,0
углеводы (г)	1,95	Fe(мг)	0,2
эн ценность(ккал)	16,84	C (мг)	0,7

**Технология приготовления:** подсушенную без изменения цвета и растертую с маслом муку тщательно размешивают с частью воды, затем добавляют оставшуюся воду, пассерованное томатное пюре и варят 25-30 минут. В конце варки добавляют соль, сахар, сливочное масло. Подают соус к блюдам из отварной, припущенной рыбы и рыбной котлетной массы. Температура подачи 65°

технологическая карта блюда № 341

наименование кулинарного изделия: соус сметанный с томатом

номер рецептуры 538

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
сметана	7,5	7,5	0,8	0,8
мука	3,8	3,8	0,4	0,4
вода	22,5	22,5	2,3	2,3
томатная паста	3,0	3,0	0,3	0,3
<b>ВЫХОД</b>		30,0		3,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0,54	Ca (мг)	8,4
жиры (г)	1,44	Mg (мг)	2,1
углеводы (г)	5,61	Fe(мг)	0,2
эн ценность(ккал)	12,72	C (мг)	0,4

Технология приготовления:

Муку пассеруют без масла добавляют томатную пасту и продолжают пассеровать 7-10 минут.

Готовую охлажденную до70°С пассеровку разводят горячей сметаной и проваривают процеживают и доводят до кипения.

Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда №343

наименование блюда: соус фруктовый из кураги (абрикосовый)

номер рецептуры 266

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
курага	3,5	3,5	0,4	0,4

сахар	2,0	2,0	0,2	0,2
вода	12,0	12,0	1,2	1,2
<b>ВЫХОД</b>		30,0		3,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0,17
жиры (г)	0
углеводы (г)	3,55
эн ценность(ккал)	14,89

Ca (мг)	3,3
Mg (мг)	0,9
Fe(мг)	0,1
C (мг)	1,1

**Технология приготовления:** курагу перебирают, промывают, заливают холодной водой ( по рецептуре) и оставляют на 2-3 часа. Затем варят в той же воде до готовности, протирают, добавляют сахар и при помешивании проваривают до загустения. Используют для блюд из круп, творога, мучных блюд в горячем (65°C) или холодном (14°C) виде.

технологическая карта блюда № 347

наименование блюда: какао с молоком

номер рецептуры № 269

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
какао-порошок	3,0	3,0	0,3	0,3
молоко	100,0	100,0	10,0	10,0
вода	110,0	110,0	11,0	11,0
сахар	20,0	20,0	2,0	2,0
<b>ВЫХОД</b>		200,0		20,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	3,77	Ca (мг)	111,4
жиры (г)	3,93	Mg (мг)	20,3
углеводы (г)	25,95	Fe(мг)	0,7
эн ценность(ккал)	153,92	C (мг)	0,5

**Технология приготовления:**какао-поршок смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка и растирают в однородную массу, затем при непрерывном помешивании вливают горячее молоко, остальной кипятком и доводят до кипения.

Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 350

наименование блюда: кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка.

номер рецептуры № 272

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
кефир	206,0	200,0	20,6	20,0
или ацидофилин	216,0	200,0	21,6	20,0
или простокваша	200,0	200,0	20,0	20,0
или ряженка	205,0	200,0	20,5	20,0
<b>ВЫХОД</b>		200,0		20,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	5,6	Ca (мг)	237,4
жиры (г)	3,38	Mg (мг)	30,0
углеводы (г)	8,18	Fe(мг)	0,2
эн ценность(ккал)	112,24	C (мг)	1,2

**Технология приготовления:** из бутылок и пакетов кисломолочные продукты наливают непосредственно в стаканы.

Температура подачи 14°С.

технологическая карта блюда № 351

наименование кулинарного изделия: кисель из концентрата плодового или ягодного

номер рецептуры № 274

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
концентрат киселя	24,0	24,0	2,4	2,4
сахар	10,0	10,0	1,0	1,0
вода	190,0	190,0	19,0	19,0
<b>ВЫХОД</b>		200,0		20,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1,36	Ca (мг)	0,2
жиры (г)	0	Mg (мг)	18,0
углеводы (г)	29,02	Fe(мг)	1,2
эн ценность(ккал)	116,19	C (мг)	0,0

**Технология приготовления:** концентрат киселя разминают, разводят равным количеством холодной кипяченой воды. Полученную смесь вливают в кипяток, добавляют сахар и, непрерывно помешивая, доводят до кипения. Охлаждают. Температура подачи 14°C.

технологическая карта блюда № 352

наименование блюда: кисель из клюквы

номер рецептуры 273

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
клюква	20,0	20,0	2,0	2,0
сахар	20,0	20,0	2,0	2,0
крахмал картофельный	6,0	6,0	0,6	0,6
вода	190,0	190,0	19,0	19,0
<b>ВЫХОД</b>		200,0		20,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0,11	Ca (мг)	12,0
жиры (г)	0	Mg (мг)	2,0
углеводы (г)	25,83	Fe(мг)	0,2
эн ценность(ккал)	103,74	C (мг)	1,8

**Технология приготовления:** ягоды перебирают, удаляют плодоножки,моют, кипяченой водой. Ягоды протирают. Сок отжимают и процеживают. Мезгу заливают горячей водой ( на одну часть мезги 5-6 частей воды), проваривают при слабом кипении 10-15 мин и процеживают. В полученный отвар ( часть его охлаждают и используют для разведения крахмала) добавляют сахар и сок, доводят до кипения и при активном помешивании струей вливают подготовленный крахмал, вновь доводят до кипения. Охлаждают. Крахмал поготавливают следующим образом: его разводят охлажденным отваром ( на одну часть крахмала 5 частей отвара) и процеживают. Температура подачи 14°C.

технологическая карта блюда № 355

наименование блюда: компот из плодов или ягод сушеных

номер рецептуры 280

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
яблоки	15,0	56*	1,5	5,6*
или груши	30,0	45*	3,0	4,5*
или курага	20,0	37*	2,0	2*
или чернослив	25,0	37*	2,5	3,7*
или урюк	25,0	46*	2,5	4,6*
или изюм	20,0	32**	2,0	3,2*
сахар	15,0	15,0	1,5	1,5
вода	202,0	202,0	20,2	20,2
<b>ВЫХОД</b>		200,0		20,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0,33	Ca (мг)	0,0
жиры (г)	0	Mg (мг)	0,0
углеводы (г)	22,66	Fe(мг)	0,0
эн ценность(ккал)	91,98	C (мг)	2,0

Технология приготовления: плоды перебирают, крупные измельчают, тщательно промывают, несколько раз меняя воду. Подготовленные плоды закладывают в кипящий сахарный сироп и варят до готовности. Сушеные груши варят 1-2 часа, яблоки 20-30 минут, чернослив, урюк курагу 10-20 минут. Компот охлаждают. При отпуске в стакан кладут фрукты и заливают отваром. Температура подачи 14°C

технологическая карта блюда №356

наименование блюда: компот из свежих плодов или ягод

номер рецептуры 282

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
яблоки	45,4	40,0	4,5	4,0
вода	172,0	172,0	17,2	17,2
черешня или вишня	42,2	40,0	4,2	4,0
или слива	44,4	40,0	4,4	4,0
или абрикосы	46,6	40,0	4,7	4,0
вода	162,0	162,0	16,2	16,2
сахар	15,0	15,0	1,5	1,5
кислота лимонная	0,2	0,2	0,0	0,0
<b>ВЫХОД</b>		200,0		20,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0,16	Ca (мг)	12,0
жиры (г)	—	Mg (мг)	4,0
углеводы (г)	14,9	Fe(мг)	0,8
эн ценность(ккал)	60,64	C (мг)	5,4

**Технология приготовления:** яблоки моют, удаляют семенные гнёзда, нарезают дольками. Варят при слабом кипении не более 5-6 минут. Черешню или вишню перебирают, удаляют плодоножки, моют; закладывают в горячий сахарный сироп и доводят до кипения.

Для сахарного сиропа : в горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, проваривают 10-12 минут и процеживают. Готовый компот охлаждают, разливают в стаканы, предварительно разложив туда ягоды

Температура подачи 14°C.

технологическая карта блюда № 357

наименование блюда: компот из смеси сухофруктов

номер рецептуры № 283

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
смесь сухофруктов	25,0	30,5	2,5	3,1
сахар	15,0	15,0	1,5	1,5
вода	190,0	190,0	19,0	19,0
<b>ВЫХОД</b>		200,0		20,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0,56	Ca (мг)	20,8
жиры (г)	0	Mg (мг)	16,8
углеводы (г)	27,89	Fe(мг)	2,3
эн ценность(ккал)	113,79	C (мг)	0,7

**Технология приготовления:**сушеные фрукты перебирают,сортируют по видам,несколько раз промывают в теплой воде ,затем закладывают в кипящую воду с сахаром в следующей последовательности: груши варят 1,5-2 часа,яблоки 20-30 мин, урюк18-20мин,изюм 5-10 мин. Охлаждают. Фрукты раскладывают в стаканы, заливают отваром. Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда №358

наименование блюда: компот из яблок с лимоном

номер рецептуры 284

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
яблоки свежие	56,0	50,0	5,6	5,0
лимон	16,0	7,0	1,6	0,7
вода	180,0	180,0	18,0	18,0
сахар	20,0	20,0	2,0	2,0
<b>ВЫХОД</b>		200,0		20,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0,25	Ca (мг)	
жиры (г)	0,25	Mg (мг)	
углеводы (г)	25,35	Fe(мг)	
эн ценность(ккал)	104,07	C (мг)	

**Технология приготовления:** яблоки, перебирают, моют, удаляют семенные гнезда, нарезают тонкими ломтиками. С лимонов снимают цедру, мякоть нарезают ломтиками. Цедру, снятую с лимона, мелко нарезают. Яблочные сердцевинки и цедру лимона заливают горячей водой, варят 10-15 минут и процеживают. В отвар добавляют сахар, доводят до кипения, закладывают подготовленные фрукты, доводят до кипения и варят 2-3 минуты. Охлаждают. Температура подачи 14°C.

технологическая карта блюда №359

наименование блюда: компот из апельсинов с яблоками

номер рецептуры 278

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
апельсины	59,0	40,0	5,9	4,0
яблоки	42,0	30,0	4,2	3,0
вода	120,0	120,0	12,0	12,0
сахар	20,0	20,0	2,0	2,0
<b>ВЫХОД</b>		200,0		20,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0,48	Ca (мг)	28,1
жиры (г)	0,25	Mg (мг)	11,5
углеводы (г)	26,81	Fe(мг)	1,1
эн ценность(ккал)	110,96	C (мг)	39,6

**Технология приготовления:** яблоки, перебирают, моют, удаляют семенные гнезда, нарезают тонкими ломтиками. С лимонов снимают цедру, мякоть нарезают ломтиками. Цедру, снятую с лимона, мелко нарезают. Яблочные сердцевинки и цедру лимона заливают горячей водой, варят 10-15 минут и процеживают. В отвар добавляют сахар, доводят до кипения, закладывают подготовленные фрукты, доводят до кипения и варят 2-3 минуты. Охлаждают. Температура подачи 14°C.

технологическая карта блюда № 362

наименование блюда: кофейный напиток с молоком

номер рецептуры № 286

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц			
	брутто,г		нетто,г	
кофейный напиток	2,0	2,0	0,2	0,2
молоко	100,0	100,0	10,0	10,0
сахар	15,0	15,0	1,5	1,5
вода	120,0	120,0	12,0	12,0
<b>ВЫХОД</b>		200,0		20,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1,4	Ca (мг)	55,5
жиры (г)	1,6	Mg (мг)	8,3
углеводы (г)	17,35	Fe(мг)	0,1
эн ценность(ккал)	89,32	C (мг)	0,2

**Технология приготовления:** наливают в посуду воду, доводят до кипения, всыпают кофейный напиток. Дают отстояться в течение 5 минут, после чего процеживают, добавляют сахар, горячее молоко и вновь доводят до кипения. Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда №363

наименование блюда: напиток из шиповника

номер рецептуры № 289

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
шиповник (целые плоды)	20,0	20,0	2,0	2,0
сахар	15,0	15,0	1,5	1,5
вода	230,0	230,0	23,0	23,0
<b>ВЫХОД</b>		200,0		20,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0,68	Ca (мг)	14,0
жиры (г)	0	Mg (мг)	4,0
углеводы (г)	21,01	Fe(мг)	0,6
эн ценность(ккал)	46,87	C (мг)	110,0

**Технология приготовления:** целые сушеные плоды шиповника промывают холодной водой, подсушивают, для лучшей экстракции дробят, заливают кипятком и кипятят 15мин. Снимают с огня оставляют для охлаждения, после чего настой процеживают,добавляют сахар, доводят до кипения. Охлаждают, разливают в стаканы. Температура подачи 14°С.

технологическая карта блюда № 365

наименование блюда: соки фруктовые, овощные и ягодные

номер рецептуры № 293

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
сок томатный,или морковный, или черносмородиновый, или сливовый,или яблочный, или абрикосовый, или вишнёвый, или черешневый, или виноградный, или брусничный	200,0	200,0	20,0	20,0
<b>ВЫХОД</b>		200,0		20,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	2	Ca (мг)	48,0
жиры (г)	0,2	Mg (мг)	20,0
углеводы (г)	5,8	Fe(мг)	0,4
эн ценность(ккал)	36	C (мг)	9,6

**Технология приготовления:** сок, выпускаемый промышленностью, разливают в стаканы порциями непосредственно перед отпуском из упаковок, предварительно обработанных, не перемешивая. Температура подачи 14°С.



технологическая карта блюда №366

наименование блюда: чай с лимоном

номер рецептуры № 294

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
чай-заварка № 369	50,0	50,0	5,0	5,0
вода	150,0	150,0	15,0	15,0
сахар	15,0	15,0	1,5	1,5
лимон	8,0	7,0	15,0	15,0
<b>ВЫХОД</b>		200,0		200,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0,07	Ca (мг)	17,3
жиры (г)	0	Mg (мг)	6,0
углеводы (г)	15,31	Fe(мг)	0,9
эн ценность(ккал)	61,62	C (мг)	2,4

**Технология приготовления:** в стакан наливают заварку чая, кладут сахар, ломтик лимона заливают кипящей водой.

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда №367

наименование блюда: чай с молоком

номер рецептуры 298

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
чай- заварка №369	40,0	40,0	4,0	4,0
сахар	13,0	13,0	1,3	1,3
молоко	80,0	80,0	8,0	8,0
вода	67,0	67,0	6,7	6,7
<b>ВЫХОД</b>		200,0		20,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	2,79	Ca (мг)	66,0
жиры (г)	2,55	Mg (мг)	12,0
углеводы (г)	13,25	Fe(мг)	0,8
эн ценность(ккал)	89,25	C (мг)	0,6

**Технология приготовления:** в стакан наливают заварку, добавляют сахар, кипятком и горячее кипяченое молоко.

Температура подачи 65°C.

Температура

технологическая карта блюда №368

наименование блюда: Чай с сахаром

номер рецептуры № 300

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
чай-заварка №369	50,0	50,0	5,0	5,0
сахар	15,0	15,0	1,5	1,5
<b>ВЫХОД</b>		200,0		20,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0	Ca (мг)	6,0
жиры (г)	0	Mg (мг)	3,0
углеводы (г)	11,28	Fe(мг)	0,4
эн ценность(ккал)	45,12	C (мг)	0,0

**Технология приготовления:** разливают в стаканы по 62 г процеженной заварки и доливают кипятком. При отпуске сахар кладут в каждую порцию.

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 369

наименование блюда: чай- заварка

номер рецептуры № 301

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
чай- заварка	5,0	5,0	0,5	0,5
вода	202,0	202,0	20,2	20,2
<b>ВЫХОД</b>		200,0	0,0	20,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)		Ca (мг)	0,0
жиры (г)		Mg (мг)	0,0
углеводы (г)		Fe(мг)	0,0
эн ценность(ккал)		C (мг)	0,0

**Технология приготовления:** чай заваривают в чайнике кипятком. Чайник ополаскивают кипятком, насыпают чай на определенное количество порций, заливают примерно на 1/3 объема чайника. Чай настаивают в чайнике,5-10 минут, после чего доливают кипятком , настаивают ещё 5 минут.

заваренный чай кипятить или длительно хранить на плите нельзя, так как его вкус и аромат ухудшаются. Не следует смешивать сухой чай с заваренным. На порцию чая (200мл) расходуют 50 мл заварки, что равноценно 1,0 г сухого чая на порцию.

технологическая карта блюда №371

наименование блюда: масло сливочное порциями

номер рецептуры № 365

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
масло сливочное	10,0	10,0	1,0	1,0
<b>ВЫХОД</b>		10,0		1,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 кг

белки (г)	0,1
жиры (г)	7,2
углеводы (г)	0,1
эн ценность(ккал)	57

Ca (мг)	0,0
Mg (мг)	0,0
Fe(мг)	0,0
C (мг)	0,0

**Технология приготовления:** масло нарезают на кусочки прямоугольной или другой формы

Температура подачи 12°C

Срок реализации не более одного часа с момента приготовления.

технологическая карта блюда № 372

наименование блюда: сыр порциями

номер рецептуры № 366

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
сыр российский	10,5	10,0	1,1	1,0
или сыр голландский	10,8	10,0	1,1	1,0
или костромской	10,2	10,0	1,0	1,0
<b>ВЫХОД</b>		10,0		1,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	2,32
жиры (г)	2,95
углеводы (г)	0
эн ценность(ккал)	36,36

Ca (мг)	166,5
Mg (мг)	9,3
Fe(мг)	0,1
C (мг)	0,1

**Технология приготовления:** сыр нарезают на крупные куски, очищают то наружного покрытия и нарезают ломтиками прямоугольной, квадратной или другой формы толщиной 2-3 мм. Подготовку сыра производят не ранее, чем за 30-40 мин до отпуска и хранят его в холодильнике.

Температура подачи +12°C

Срок реализации не более одного часа с момента приготовления.

технологическая карта блюда № 373

наименование блюда: сыр порциями

номер рецептуры № 366

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырь	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
сыр российский	21,0	20,0	2,1	2,0
или сыр голландский	21,6	20,0	2,2	2,0
или костромской	20,4	20,0	2,0	2,0
<b>ВЫХОД</b>		20,0		2,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	4,64
жиры (г)	5,90
углеводы (г)	0,00
эн ценность(ккал)	72,72

Ca (мг)	333,0
Mg (мг)	18,7
Fe(мг)	0,3
C (мг)	0,3

**Технология приготовления:** сыр нарезают на крупные куски, очищают то наружного покрытия и нарезают ломтиками прямоугольной, квадратной или другой формы толщиной 2-3 мм. Подготовку сыра производят не ранее, чем за 30-40 мин до отпуска и хранят его в холодильнике.

Температура подачи +12°C

*Срок реализации не более одного часа с момента приготовления.*

технологическая карта блюда № 374

наименование блюда: сыр порциями

номер рецептуры № 366

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырь	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
сыр российский	15,6	15,0	1,6	1,5
или сыр голландский	16,2	15,0	1,6	1,5
или костромской	15,3	15,0	1,5	1,5
<b>ВЫХОД</b>		15,0		1,5

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	3,48
жиры (г)	4,42
углеводы (г)	0,00
эн ценность(ккал)	54,60

Ca (мг)	249,8
Mg (мг)	14,0
Fe(мг)	0,2
C (мг)	0,2

**Технология приготовления:** сыр нарезают на крупные куски, очищают то наружного покрытия и нарезают ломтиками прямоугольной, квадратной или другой формы толщиной 2-3 мм. Подготовку сыра производят не ранее, чем за 30-40 мин до отпуска и хранят его в холодильнике.

Температура подачи +12°C

*Срок реализации не более одного часа с момента приготовления.*

технологическая карта блюда № 382

наименование: яблоко

номер рецептуры 338

наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для школьников под редакцией М.П.Могильного М.: ДеЛи принт 2005г

наименование сырья	расход сырья и п/ф	
	1 порц	
	брутто,г	нетто,г
яблоко	210,0	200,0
ВЫХОД		200,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 кг

белки (г)	0,8
жиры (г)	0,8
углеводы (г)	19,6
эн ценность(ккал)	94

Ca (мг)	16,0
Mg (мг)	18,0
Fe(мг)	4,4
C (мг)	20,0

Готовый продукт.

Яблоки свежие промывают в условиях цеха первичной обработки овощей, а затем вторично в условиях горячего цеха в моечных ваннах.

технологическая карта блюда № 383

наименование: груша

номер рецептуры 338

наименование сборника рецептов:Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для школьников под редакцией М.П.Могильного М.: ДеЛи принт 2005г

наименование сырья	расход сырья и п/ф	
	1 порц	
	брутто,г	нетто,г
груша	210,0	200,0
ВЫХОД		200,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 кг

белки (г)	0,8
жиры (г)	0,6
углеводы (г)	20,6
эн ценность(ккал)	94

Ca (мг)	38,0
Mg (мг)	24,0
Fe(мг)	4,6
C (мг)	10,0

Готовый продукт.

груши свежие промывают в условиях цеха первичной обработки овощей, а затем вторично в условиях холодного цеха в моечных ваннах.

технологическая карта блюда № 384

наименование: банан

номер рецептуры 338

наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для школьников под редакцией М.П.Могильного М.: ДеЛи принт 2005г

наименование сырья	расход сырья и п/ф	
	1 порц	
	брутто,г	нетто,г
яблоко	210,0	200,0
<b>ВЫХОД</b>		200,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	2,93	Ca (мг)	16,0
жиры (г)	1,06	Mg (мг)	84,0
углеводы (г)	42	Fe(мг)	1,2
эн ценность(ккал)	192	C (мг)	20,0

Технология приготовления:

Готовый продукт.

бананы свежие промывают в условиях цеха первичной обработки овощей, а затем вторично в условиях холодного цеха в моечных ваннах.

технологическая карта блюда № 385

наименование: апельсин

номер рецептуры 338

наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для школьников под редакцией М.П.Могильного М.: ДеЛи принт 2005г

наименование сырья	расход сырья и п/ф	
	1 порц	
	брутто,г	нетто,г
апельсин	210,0	200,0
<b>ВЫХОД</b>		200,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1,86	Ca (мг)	68,0
жиры (г)	0,4	Mg (мг)	26,7
углеводы (г)	16,13	Fe(мг)	0,7
эн ценность(ккал)	85,33	C (мг)	120,0

Технология приготовления:

Готовый продукт.

апельсины свежие промывают в условиях цеха первичной обработки овощей, а затем вторично в условиях холодного цеха в моечных ваннах.

технологическая карта блюда № 386

наименование: мандарин

номер рецептуры 338

наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для школьников под редакцией М.П.Могильного М.: ДеЛи принт 2005г

наименование сырья	расход сырья и п/ф	
	1 порц	
	брутто,г	нетто,г
мандарин	210,0	200,0
ВЫХОД		200,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1,6	Ca (мг)	70,0
жиры (г)	0,4	Mg (мг)	22,0
углеводы (г)	15	Fe(мг)	0,2
эн ценность(ккал)	76	C (мг)	76,0

Технология приготовления:

Готовый продукт.

мандарины свежие промывают в условиях цеха первичной обработки овощей, а затем вторично в условиях холодного цеха в моечных ваннах.

технологическая карта блюда № 34

наименование блюда: борщ с капустой с картофелем

номер рецептуры № 37

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
картофель	33	24	3,3	2,4
свекла	60	48	6	4,8
капуста свежая	30	24	3	2,4
морковь	15,7	12	1,57	1,2
петрушка	4,5	3	0,45	0,3
лук репчатый	7,5	6	0,75	0,6
масло растительное	6	6	0,6	0,6
вода или бульон	225	225	22,5	22,5
лимонная кислота	0,25	0,25	0,025	0,025
сахар	3	3	0,3	0,3
сметана	12	12	1,2	1,2
<b>ВЫХОД</b>		300		30

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	2,28	Ca (мг)	69,6
жиры (г)	7,99	Mg (мг)	36
углеводы (г)	12,97	Fe(мг)	1,56
эн ценность(ккал)	133,33	C (мг)	12,96

**Технология приготовления:** картофель нарезают брусочками, остальные овощи-соломкой, лук - полукольцами или мелкой рубкой. Свеклу отваривают целиком в кожуре, очищают, нарезают соломкой. Морковь и лук пассеруют при температуре 110°C с добавлением бульона.

В кипящий бульон закладывают свежую тонко нашинкованную капусту и доводят до кипения, варят 10 мин, затем закладывают картофель и подготовленную свеклу, морковь и лук, варят до готовности овощей. За 5 мин до готовности борщ заправляют солью, сахаром, раствором лимонной кислоты. За 1-2 мин добавляют лавровый лист и сметану, доводят до кипения.

При использовании квашеной капусты ее вводят в тушеном виде после того, как картофель варят до размягчения. Для тушения капусту перебирают, кислую промывают в холодной воде, отжимают, измельчают, кладут в сотейник, добавляют воду(20-25%от массы) капусты),и тушат вначале на сильном, затем на слабом нагреве до мягкости, периодически помешивая.

Температура подачи 65°C.



технологическая карта блюда № 36

наименование блюда: бульон из кур

номер рецептуры № 38

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
куры потрошенные 1 категории	53,5	47,5	5,35	4,75
масса отварной курицы		31	0	3,1
или кости кур	156	156	15,6	15,6
лук репчатый	3	3	0,3	0,3
петрушка (корень)	3,5	2,5	0,35	0,25
морковь	3,2	2,5	0,32	0,25
вода	312,5	312,5	31,25	31,25
<b>ВЫХОД</b>		250		25

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1,25	Ca (мг)	12,25
жиры (г)	0,25	Mg (мг)	14,75
углеводы (г)	0	Fe(мг)	1,5
эн ценность(ккал)	7,5	C (мг)	0,75

**Технология приготовления:** бульон кур готовят, если в меню включено блюдо из отварной птицы. Тушки кур обрабатывают- кожу на шейке разрезают вдоль со стороны позвоночника, оголяют шейку и вырубают её по последнему шейному позвонку. Ножки должны быть удалены ниже коленного сустава на 1см. Удаляют внутренний жир, крылья по локтевой сустав. Промывают в проточной воде.

Крылья вывертывают к спинке, прижимая кожу, суставы окорочков соединяют вместе (связывают) прижимают окорочка к тушке.

Подготовленные тушки кур закладывают в кипящую воду и варят при слабом кипении, снимая пену и жир, 50-60 мин. Время варки цыплят 20-30 мин, старых кур 2-3 часа. За 40 мин до готовности добавляют белые коренья, подпеченые до золотистого цвета, ломтики моркови и лука, соль. Готовый бульон процеживают.

Бульон из кур используют для приготовления супов.

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 38

наименование блюда: суп картофельный с макаронными изделиями

номер рецептуры 47

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
макаронные изделия	12	12	1,2	1,2
картофель	120	90	12	9
морковь	15	12	1,5	1,2
петрушка	4,2	3	0,42	0,3
лук репчатый	14	12	1,4	1,2
масло растительное	5	5	0,5	0,5
бульон или вода	225	225	22,5	22,5
<b>ВЫХОД</b>		300	0	30

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	3,39	Ca (мг)	40,74
жиры (г)	3,43	Mg (мг)	46,26
углеводы (г)	26,11	Fe(мг)	1,86
эн ценность(ккал)	91,14	C (мг)	28,57

**Технология приготовления:** в кипящую воду (бульон) кладут картофель, припущенные с маслом морковь, петрушку, бланшированный репчатый лук и варят 10-15 минут, затем добавляют макаронные изделия и варят ещё 15 минут. Макароны закладывают до овощей, лапшу одновременно с картофелем, а вермишель за 10-15 минут до готовности супа. макаронные изделия можно бланшировать или отваривать до полуготовности отдельно, тогда бульон будет прозрачнее.

Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 40

наименование блюда: рассольник ленинградский

номер рецептуры № 42

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
картофель	120	90	12	9
крупа овсяная	6	6	0,6	0,6
морковь	15	12	1,5	1,2
лук репчатый	7,5	6	0,75	0,6
огурцы соленые	21	21	2,1	2,1
вода	225	225	22,5	22,5
масло растительное	7	7	0,7	0,7
сметана	12	12	1,2	1,2
<b>ВЫХОД</b>		300		30

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	6,04	Ca (мг)	35,88
жиры (г)	13,56	Mg (мг)	36,88
углеводы (г)	38,86	Fe(мг)	1,61
эн ценность(ккал)	179,52	C (мг)	22,84

**Технология приготовления:** крупу перебирают, промывают несколько раз, меняя воду. Закладывают в кипящую воду в соотношении 1:3, варят, помешивая до полуготовности, отвар сливают. Соленые огурцы очищают от кожицы и, при необходимости, удаляют семена. В этом случае норма расхода огурцов (масса брутто), приведенная в рецептурах увеличивается. Подготовленные огурцы припускают в небольшом количестве воды 10-15 минут. В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, варят 10 мин, добавляют картофель, нарезанный брусочками, припущенную со сливочным маслом морковь, пассерованный репчатый лук, через 5-10 мин вводят припущенные огурцы, соль и варят ещё 10 мин. В конце варки заправляют сметаной и доводят до кипения, кладут зелень и снимают с плиты. Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 42

наименование блюда: свекольник

номер рецептуры 43

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
картофель	69	52	6,9	5,2
свекла	96	77	9,6	7,7
морковь	15	12	1,5	1,2
лук репчатый	16	13	1,6	1,3
масло растительное	6	6	0,6	0,6
сахар	2	2	0,2	0,2
бульон или вода	240	240	24	24
томат-пюре или лимонная кислота	0,3	0,3	0,03	0,03
сметана	12	12	1,2	1,2
<b>ВЫХОД</b>		300		30

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	2,32
жиры (г)	7,61
углеводы (г)	12,06
эн ценность(ккал)	124,99

Ca (мг)	60
Mg (мг)	21,6
Fe(мг)	1,2
C (мг)	60

**Технология приготовления:** свеклу отваривают целиком в кожуре, охлаждают, шинкуют соломкой. Картофель очищают, нарезают брусочками. Морковь шинкуют тонкой соломкой, лук репчатый полукольцами. Морковь и лук пассеруют при температуре 110°C, затем припускают с добавлением бульона. В кипящий бульон закладывают пассерованные морковь и лук, варят 10 мин. Затем кладут свеклу, пассерованный томат-пюре или раствор лимонной кислоты, чтобы сохранилась окраска свеклы и супа, варят до готовности. За 5 минут до готовности вводят соль, сахар и лавровый лист. В готовый свекольник добавляют сметану, мелко рубленную зелень, доводят до кипения. Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 44

наименование блюда: суп из овощей

номер рецептуры 44

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
картофель	79,5	60	7,95	6
капуста белокачанная	30	24	3	2,4
морковь	15	12	1,5	1,2
лук репчатый	15	12	1,5	1,2
горошек консервированный	14	9	1,4	0,9
масло сливочное или растительное	6	6	0,6	0,6
бульон или вода	225	225	22,5	22,5
сметана	15	15	1,5	1,5
<b>ВЫХОД</b>		300		30

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	2,32
жиры (г)	7,03
углеводы (г)	15,11
эн ценность(ккал)	138,29

Ca (мг)	47,1
Mg (мг)	34,99
Fe(мг)	1,1
C (мг)	33

**Технология приготовления:** в кипящий бульон или воду кладут нашинкованную соломкой капусту, доводят до кипения, закладывают нарезанный брусочками картофель, припущенные с маслом морковь и лук, варят 15 мин, добавляют зеленый горошек, соль. За 3 минуты до готовности вводят сметану, зелень, доводят до кипения. Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 46

наименование блюда: суп картофельный с бобовыми

номер рецептуры № 45

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
горох	25,5	24	2,125	2
картофель	46,2	30	3,875	2,5
морковь	15	12	1,25	1
лук репчатый	15	12	1,25	1
масло растительное	6	6	0,5	0,5
вода или бульон	210	210	17,5	17,5
ВЫХОД		300	0	25

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	2,81	Ca (мг)	1,2
жиры (г)	4,67	Mg (мг)	0
углеводы (г)	16,33	Fe(мг)	0
эн ценность(ккал)	118,54	C (мг)	19,56

**Технология приготовления:** горох перебирают, моют, выдерживают в холодной воде 3-4 часа. Если вода не горчит, варят в той же воде до размягчения без соли. Подготовленный горох кладут в бульон или воду, доводят до кипения. Добавляют картофель, нарезанные кубиками, припущенный со сливочным маслом морковь и бланшированный пассерованный лук и варят до готовности.  
Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 48

наименование блюда: суп картофельный с клецками

номер рецептуры № 46

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
картофель	66,25	50	6,625	5
морковь	12,5	10	1,25	1
лук репчатый	12	10	1,2	1
масло сливочное	2,5	2,5	0,25	0,25
бульон	187,5	187,5	18,75	18,75
клецки:			0	0
мука пшеничная	10	10	1	1
масло сливочное	1,25	1,25	0,125	0,125
яйца	1\16	2,5	6,25	0,25
вода	15	15	1,5	1,5
масса теста		28,1	0	2,81
масса готовых клёцек		30		3
<b>ВЫХОД</b>		250		25\3

белки (г)	3,75
жиры (г)	3,29
углеводы (г)	16,84
эн ценность(ккал)	111,94

Ca (мг)	28,09
Mg (мг)	14,75
Fe(мг)	1,52
C (мг)	13,63

**Технология приготовления:** в кипящий бульон кладут нарезанный брусочками картофель и варят 5 минут, затем кладут нарезанные морковь, лук, припущенные с добавлением масла и варят еще 10 мин.

Клецки: в воду кладут соль, масло, доводят до кипения, помешивая, высыпают просеянную муку и проваривают тесто, продолжая помешивать, 10 мин, затем охлаждают, добавляют в три приема яйца, хорошо перемешивают. Тесто закатывают в виде жгута и нарезают кружочками массой 10г, закладывают в кипящий бульон, варят 7 минут до готовности. Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 52

наименование блюда: суп картофельный с мясными фрикадельками

номер рецептуры

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
картофель	136,5	120	13,65	12
морковь	15	12	1,5	1,2
лук репчатый	7,5	6	0,75	0,6
масло растительное	3	3	0,3	0,3
бульон или вода	210	210	21	21
фарш для фрикаделек:				
говядина (котлетное мясо)	65	48	6,5	4,8
лук репчатый	5	4	0,5	0,4
яйца	1\10шт	4	10шт	0,4
вода для фарша	4,8	4,8	0,48	0,48
масса полуфабриката		56,4		5,64
вес готовых фрикаделек		42		4,2
<b>ВЫХОД</b>		300\42		30\4,2

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	11,71
жиры (г)	8,18
углеводы (г)	22,81
эн ценность(ккал)	210,12

Ca (мг)	34,69
Mg (мг)	56,71
Fe(мг)	3,62
C (мг)	28,14

**Технология приготовления:** в кипящий бульон ( воду) кладут картофель, нарезанный кубиками, брусочками. Добавляют припущенную с маслом морковь, бланшированный и пассерованный лук. Варят до готовности. Добавляют соль.

Фрикадельки припускают в небольшом количестве воды до готовности и хранят в бульоне, перед отпуском еще раз доводят до кипения.

При отпуске в тарелку кладут горячие фрикадельки и наливают суп.

Фрикадельки: мясо измельчают 2-3 раза на мясорубке, добавляют мелко рубленный бланшированный лук, яйцо, соль, воду, массу тщательно перемешивают, формируют шарики массой 7-9 г.

Температура подачи 65°.



технологическая карта блюда № 54

наименование блюда: суп картофельный с крупой и рыбными консервами

номер рецептуры 71

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
консервы рыбные в собственном соку или с добавлением масла	31,2	30	3,12	3
картофель	15	12	1,5	1,2
крупя перловая	6	6	0,6	0,6
или рисовая	9	9	0,9	0,9
морковь	15	12	1,5	1,2
лук репчатый	14,4	10	1,44	1
масло растительное	3	3	0,3	0,3
вода для крупы перловой	210	210	21	21
для рисовой	225	225	10	22,5
<b>ВЫХОД</b>		300	0	30

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	7,46
жиры (г)	9,85
углеводы (г)	22,07
эн ценность(ккал)	205,18

Ca (мг)	11,35
Mg (мг)	16,91
Fe(мг)	2,9
C (мг)	5,18

Технология приготовления: консервные банки промывают, ошпаривают, протирают, вскрывают.

Крупя перловую, овсяную, рисовую перебирают, промывают несколько раз, меняя воду.

Перловую крупя после промывания закладывают в кипящую воду (в соотношении 1:3), варят до полуготовности, отвар сливают. В кипящую воду кладут полготовленную крупя, доводят до кипения, затем кладут картофель, нарезанный кубиками и рыбные консервы. За 10 минут до окончания варки добавляют припущенные морковь, лук и варят суп до готовности.

Температура подачи 65°C

технологическая карта блюда № 56

наименование блюда: суп крупя и томатом

номер рецептуры 221

наименование сборника рецептов: сборник рецептов блюд и кулинарных изделий

Москва 2006 год.

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
крупя рисовая	20	20	2	2
морковь	12,5	10	1,25	1
лук репчатый	12	10		1
томатная паста	2,5	2,5	0,25	0,25
масло растительное	5	5		0,5
<b>ВЫХОД :</b>		250		25

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1,4
жиры (г)	0,2
углеводы (г)	14,8
эн ценность(ккал)	66,6

Ca (мг)	1,6
Mg (мг)	10
Fe(мг)	0,2
C (мг)	0

**Технология приготовления:** Крупя рисовую перебирают, промывают несколько раз, меняя воду. В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупя, доводят до кипения. За 10 мин до окончания варки добавляют припущенные с томатом морковь, лук и варят суп до готовности. В конце варки заправляют зеленью, доводят до кипения.

При желании в суп можно добавить чеснок.

Температура подачи 65 °С.



технологическая карта блюда № 60

наименование кулинарного изделия: суп молочный с макаронными изделиями

номер рецептуры №53

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто ,кг
молоко	210	210	17,5	17,5
вода	66	66	5,5	5,5
масло сливочное	3	3	0,25	0,25
сахар	3	3	0,25	0,25
макаронные изделия	24	24	2	2
ИТОГО		300		25

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	8,38	Ca (мг)	141,6
жиры (г)	9,18	Mg (мг)	19,2
углеводы (г)	29,59	Fe(мг)	0,48
эн ценность(ккал)	234,12	C (мг)	0,72

**Технология приготовления:** Макароны отдельно отваривают в кипящей соленой воде до полуготовности: макароны 15 минут, вермишель 5 минут, лапшу 10 минут.

Воду сливают, а макаронные изделия закладывают в кипящую смесь молока и воды, варят, помешивая, до готовности с добавлением соли, сахара, в конце- масло сливочное

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 62

наименование блюда: суп-лапша домашняя

номер рецептуры № 56

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
лапша:				
мука пшеничная	21	21	1,75	1,75
мука на подпыл	9	9	0,75	0,75
вода	4,2	4,2	0,35	0,35
соль	0,6	0,6	0,05	0,05
яйца	1\8	6	12,5	500
масса сухой лапши		27	0	2,25
масса вареной лапши		60	0	5
лук репчатый	7,2	6	0,6	0,5
морковь	15	12	1,25	1
масло сливочное	6	6	0,5	0,5
бульон	270	270	22,5	22,5
<b>ВЫХОД</b>		300		30

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	2,94	Ca (мг)	32,11
жиры (г)	5,86	Mg (мг)	17,16
углеводы (г)	16,7	Fe(мг)	0,95
эн ценность(ккал)	131,26	C (мг)	4,12

**Технология приготовления:** суп-лапшу готовят на курином бульоне. В кипящий бульон кладут морковь, нарезанную соломкой, припущенную со сливочным маслом, бланшированный и слегка пассерованный репчатый лук, варят при слабом кипении 8-10 мин, а затем добавляют подготовленную домашнюю лапшу, соль, варят до готовности. За 2 мин до готовности добавляют рубленую зелень.

Приготовление домашней лапши: в холодную кипяченую воду добавляют соль, яйца, перемешивают. Муку просеивают на стол в виде горки, делают углубление (воронку), в него вливают смесь воды и яиц, замешивают крутое тесто. Выдерживают тесто до 30 мин, раскатывают в пласт толщиной 1,5-2 мм. Пласты посыпают мукой, складывают один на другой и режут на полоски шириной 35-45 мм, а затем шинкуют соломкой. Лапшу подсушивают при температуре 40-50°C слоем в 10мм 2-3 часа просеивают от муки. Лапшу закладывают в кипящую подсоленную воду на 1-2 мин, откидывают, дают стечь воде (чтобы не замутить бульон в супе), а затем закладывают в бульон и доводят до кипения.

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 66

наименование блюда: щи из свежей капусты с картофелем

номер рецептуры № 63

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
картофель	48	36	4	3
капуста белокачанная	84	60	7	5
морковь	15	12	1,25	1
лук репчатый	15	12	1,25	1
масло растительное	6	6	0,5	0,5
бульон или вода	240	240	20	20
сметана	12	12	1	1
<b>ВЫХОД</b>		300		25

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	2,51	Ca (мг)	42,42
жиры (г)	7,59	Mg (мг)	22,82
углеводы (г)	12,77	Fe(мг)	1,04
эн ценность(ккал)	129,39	C (мг)	32,8

**Технология приготовления:** в кипящий бульон или воду кладут подготовленную капусту нарезанную шашками, доводят до кипения, вводят морковь, нарезанную соломкой и припущенный со сливочным маслом, затем бланшированный и пассерованный репчатый лук и варят 10 минут, добавляют картофель, соль и варят до готовности всех овощей. В конце варки добавляют сметану, лавровый лист, доводят до кипения. Настаивают 10-12 мин.

Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 90

наименование кулинарного изделия: рагу из овощей

номер рецептуры 92

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
картофель	77,4	57,6	6,5	4,8
морковь	55,2	43,2	4,6	3,6
капуста белокочанная	41,4	33,6	3,5	2,8
лук репчатый	23,0	19,0	1,9	1,6
масло растительное	5,4	5,4	4,5	4,5
соус №339	40,0	40,0	3,4	3,4
отвар или бульон	40,0	40,0	0,0	15,0
масса готового рагу		180,0	0,4	0,4
масло сливочное	5,0	5,0	0,4	0,4
выход с маслом		180,5	0,0	15,0,4

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	3,3	Ca (мг)	68,4
жиры (г)	13,38	Mg (мг)	25,5
углеводы (г)	20,31	Fe(мг)	1,4
эн ценность(ккал)	215,09	C (мг)	14,4

**Технология приготовления:**

\*В графе "брутто" в числителе-масса продуктов брутто, а знаменателе-масса продуктов нетто, в графе

"Нетто" масса готовых продуктов

Технология приготовления:

Капусту нарезают шашками, припускают. Остальные овощи нарезают кубиками 1х1 см или дольками длиной не более 2-2,5 см. В подготовленную посуду закладывают припущенную морковь, пассерованный лук, обжаренный картофель, заливают сметанным соусом и тушат 15-20 мин, добавляют соль.

При отпуске выкладывают в виде горки и поливают маслом, посыпают зеленью.

Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 95

наименование блюда: макароны запеченные с яйцом

номер рецептуры 420

наименование сборника рецептов: сборник рецептов блюд и кулинарных изделий ,  
Здобанов, В.А.Цыгпненко. Москва "Лада" 2008г

А.И

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
макаронные изделия	53	53	5,3	5,3
масса отварных макарон	150	150	15	15
масло сливочное	6	6	0,6	0,6
яйца		46	0	4,6
молоко	58	58	5,8	5,8
масса полуфабриката	—	245	—	24,5
масло растительное	2	2	0,2	0,2
масса запеченных макарон	—	225	—	22,5
масло сливочное	5	5	0,5	0,5
<b>ВЫХОД</b>		230	0	23

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	10,58	Ca (мг)	82,8
жиры (г)	19,09	Mg (мг)	18,4
углеводы (г)	34,04	Fe(мг)	1,84
эн ценность(ккал)	349,6	C (мг)	0

Технология приготовления: макароны варят в большом количестве воды ( на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды и 50 г соли). Сваренные макароны откидывают на дуршлаг и перемешивают с прокипяченным сливочным маслом( 1/3, 1/3 от нормы)Сырые яйца смешивают с холодным молоком и солят. Этой смесью заливают вареные, заправленные жиром макароны, кладут на противень, смазанный маслом растительным и запекают 10мин. при отпуске поливают прокипяченным сливочным маслом.

Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 121

наименование кулинарного изделия: Каша манная молочная жидкая

номер рецептуры 107

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
крупа манная	39,0	39,0	3,9	3,9
молоко 2,5 % жирности	132,5	132,5	13,3	13,3
вода	87,5	87,5	8,8	8,8
сахар	6,0	6,0	0,6	0,6
масса каши		250,0		25,0
масло сливочное	6,0	6,0		0,6
		250,0		25,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	7,75	Ca (мг)	30,0
жиры (г)	10,06	Mg (мг)	12,5
углеводы (г)	38,86	Fe(мг)	0,5
эн ценность(ккал)	277,52	C (мг)	0,0

**Технология приготовления:**

Молоко доводят до кипения, добавляют кипящую воду, соль, сахар, когда смесь закипит быстро всыпают, при постоянном помешивании, тонкой струей манную крупу. Варят 15 минут. Манная крупа заваривается через 20-30 сек и, если не всыпать крупу за это время, то образуются комки. Если заваривается более 2 кг крупы, то процесс заваривания выполнять вдвоем.

Температура подачи 65 градусов.

При подаче кашу заправляют доведенным до кипения сливочным маслом.



технологическая карта блюда № 125

наименование кулинарного изделия: каша молочная пшеничная(кукурузная) жидкая

номер рецептуры № 108

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто ,кг
крупа пшеничная	50,0	50,0	5,0	5,0
вода	85,0	85,0	8,5	8,5
молоко	6,0	6,0	0,6	0,6
сахар	6,0	6,0	0,6	0,6
масса каши		250,0	0,0	25,0
масло сливочное	6,0	6,0	0,6	0,6
<b>ВЫХОД</b>		250,0		25,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	9,3	Ca (мг)	55,0
жиры (г)	10,08	Mg (мг)	60,0
углеводы (г)	44,1	Fe(мг)	4,3
эн ценность(ккал)	304,9	C (мг)	0,0

**Технология приготовления:** крупу засыпают в кипящую воду и варят 20 30 минут, после чего лишнюю воду сливают, добавляют кипящее молоко, соль, сахар и варят до загустения, затем упаривают на водяной бане при закрытой крышке. П

Температура подачи 65°С.

Молоко нужно вливать кипящим, потому, что нельзя прерывать процесс варки, иначе время его значительно возрастает.

При подаче кашу заправляют доведенным до кипения сливочным маслом.

технологическая карта блюда № 127

наименование кулинарного изделия: каша молочная пшеничная жидкая

номер рецептуры № №103

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто ,кг
крупа пшѐнная	50,0	50,0	5,0	5,0
вода	84,0	84,0	8,4	8,4
молоко	126,0	126,0	12,6	12,6
сахар	6,0	6,0	0,6	0,6
масса каши		250,0	0,0	25,0
масло сливочное	6,0	6,0	0,6	0,6
<b>ВЫХОД</b>		250,0		25,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	7,55	Ca (мг)	35,0
жиры (г)	9,08	Mg (мг)	52,5
углеводы (г)	42,86	Fe(мг)	1,8
эн ценность(ккал)	283,95	C (мг)	0,0

**Технология приготовления:** крупу "пшено" перебирают, многократно промывают в холодной, затем теплой воде, пока вода не будет прозрачной. Заливают кипящей водой, доводят до кипения, варят 2-5 минут, воду сливают. Заливают кипящей водой по расчету рецептуры, уменьшив её на 15%, варят до загустения. Добавляют кипящее молоко, соль, сахар, продолжают варить до загустения, затем упаривают на водяной бане при закрытой крышке.

Температура подачи 65°C.

При подаче кашу заправляют доведенным до кипения сливочным маслом.

технологическая карта блюда № 129

наименование кулинарного изделия: каша овсяная из "Геркулеса" жидкая

номер рецептуры 109

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
крупа "Геркулес"	37,5	37,5	3,8	3,8
молоко	133,5	133,5	13,3	13,3
вода	86,6	86,6	8,7	8,7
сахар	6,0	6,0	0,6	0,6
масса каши		250,0	0,0	25,0
масло сливочное	6,0	6,0	0,6	0,6
выход		250,0		25,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	7,91	Ca (мг)	130,0
жиры (г)	11,12	Mg (мг)	322,5
углеводы (г)	31,86	Fe(мг)	9,0
эн ценность(ккал)	259,22	C (мг)	0,0

Технология приготовления: в кипящую смесь молока и воды кладут сахар, соль, всыпают овсяные хлопья, при помешивании сверху вниз, и варят при непрерывном помешивании 20 минут.

При подаче кашу заправляют доведенным до кипения сливочным маслом.

Температура подачи 65° градусов.

технологическая карта блюда № 131

наименование блюда: каша ячневая молочная вязкая

номер рецептуры 115

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
крупа ячневая	56,0	56,0	5,6	5,6
молоко	125,0	125,0	12,5	12,5
вода	82,0	82,0	8,2	8,2
сахар	6,0	6,0	0,6	0,6
масса каши		250,0	0,0	25,0
масло сливочное	6,0	6,0	0,6	0,6
<b>ВЫХОД</b>		250,0		25,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	9,04	Ca (мг)	245,3
жиры (г)	8,34	Mg (мг)	1,2
углеводы (г)	49,43	Fe(мг)	0,2
эн ценность(ккал)	308,59	C (мг)	2,2

**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 водяной бане. Пред отпуском заправляют кипяченым сливочным маслом.

Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 133

наименование кулинарного изделия: омлет натуральный

номер рецептуры № 132

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
яйца	2,5	100,0	250,0	10,0
молоко	62,5	62,5	6,3	6,3
масса омлетной смеси		162,5		16,3
масло сливочное	6,0	6,0	6,0	0,6
масса готового омлета		157,5	0,0	15,8
масло сливочное	6,0	6,0	0,6	0,6
<b>ВЫХОД</b>		162,5		16,3

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	14,55	Ca (мг)	215,0
жиры (г)	22,55	Mg (мг)	18,4
углеводы (г)	3,8	Fe(мг)	6,3
эн ценность(ккал)	276,35	C (мг)	0,8

**Технология приготовления:** подготовленные в соответствии с санитарными правилами, яйца разбивают, добавляют в яичную смесь молоко, соль, перемешивают и слегка взбивают до образования пены. Затем выливают в разогретую смазанную маслом сковороду или протвень слоем 2,5-3,0 см и запекают в жарочном шкафу при температуре 180-200°C 8-10 минут до образования легкой румяной корочки. Яйца необходимо разбивать в отдельную посуду по 2-3 шт. и соединять с общей массой. Перед подачей нарезают на порции, кладут на тарелку, поливают растопленным маслом. Температура подачи 65°C.



технологическая карта блюда № 144

наименование блюда: запеканка из творога

номер рецептуры 141

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
творог	141,33	140	14,133	14
крупа манная	9	9	0,9	0,9
вода или молоко для каши	36	36	27,5	3,6
или мука пшеничная	12	12	1,2	1,2
яйца	1/4	10		1
сахар	9	9	0,9	0,9
ванилин	0,014	0,014	0,0014	0,0014
сметана	5	5	0,5	0,5
сухари	5	5	0,5	0,5
масло сливочное	5	5	0,5	0,5
масса готовой запеканки		200		20
соус	40	40	4	4
<b>ВЫХОД</b>		200/40		20\4

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	29,22	Ca (мг)	226,67
жиры (г)	12,1	Mg (мг)	46,67
углеводы (г)	29,09	Fe(мг)	1,06
эн ценность(ккал)	341,37	C (мг)	0,67

**технология приготовления:** в горячей воде растворяют ванилин и всыпают манную крупу, варят 10 минут. Протертый творог смешивают с мукой или заваренной и охлажденной вязкой манной кашей. Добавляют сырые яйца, сахар, соль. Подготовленную массу выкладывают в смазанный сливочным маслом противень слоем 3-4 см. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу при температуре 250°C до готовности 15 мин. Готовность определяют по уплотнению структуры-запеканка отделяется от стенок противня. Если творог сухой, в творожную массу добавляют молоко из расчета 20мл на выход, увеличив, соответственно выход или уменьшив закладку творога. Запеканку отпускают с вареньем, сладким молочным или фруктовым соусом. Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 159

наименование блюда: сырники из творога запеченные

номер рецептуры № 155

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
творог обезжиренный	163	162	16,3	16,2
крупа манная	13	13	1,3	1,3
яйца	1\6	6	12,5	0,6
сахар	18	18	1,8	1,8
ванилин	0,02	0,02	17,5	0,002
мука пшеничная	12	12	1,2	1,2
сметана	6	6	0,6	0,6
масса полуфабриката		211		21,1
масло растительное(для смазки)	2,5	2,5		0,25
масса готовых сырников		180		18
соус №344		40		4
<b>ВЫХОД</b>		180\40		1,8\40

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	25,8	Ca (мг)	47,52
жиры (г)	9,97	Mg (мг)	54
углеводы (г)	52,78	Fe(мг)	2,16
эн ценность(ккал)	453,81	C (мг)	0,11

**Технология приготовления:** в протертый творог добавляют манную крупу, сырые яйца, сахар, соль. Массу хорошо перемешивают, придают ей форму батончика толщиной 5-6 см нарезают поперек, панируют в муке (1/2 нормы), формируют в виде круглых биточков толщиной 1,5 см, по 3 шт. на порцию, укладывают в смазанную сливочным маслом емкость. Сметану смешивают с оставшейся мукой. Полученной смесью смазывают поверхность сырников и запекают в жарочном шкафу при температуре 250°C 10-20 мин, до образования корочки, затем в камере с температурой 180-200°C 15-20 мин.

Температура подачи 65 °C



технологическая карта блюда № 174

наименование блюда: рыба тушеная в сметанном соусе

номер рецептуры № 171

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
треска	117,0	85,0	11,7	8,5
или минтай	115,0	85,0	11,5	8,5
лук репчатый	17,0	14,0	1,7	1,4
морковь	32,0	24,0	3,2	2,4
масло растительное	6,0	6,0	0,6	0,6
соус сметанный №336	40,0	40,0	4,0	4,0
масса тушеной рыбы		70,0	0,0	7,0
<b>ВЫХОД</b>		140,0		14,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	15,42	Ca (мг)	89,1
жиры (г)	13,47	Mg (мг)	85,2
углеводы (г)	5,61	Fe(мг)	1,9
эн ценность(ккал)	205,32	C (мг)	4,2

**Технология приготовления:** рыбу разделяют на филе с кожей без костей, нарезают под углом 90° по одному куску на порцию, укладывают в смазанный маслом сотейник слоями: слой рыбы, слой овощей и т.д. Овощи нарезают соломкой. Заливают водой или бульоном, сваренным из рыбных отходов, на 1/3 высоты занимаемой рыбой, соль и припускают при закрытой крышке 10-15 мин, затем бульон сливают, на его основе готовят соус сметанный.

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

Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 180

наименование блюда: рыба, запеченная с картофелем по-русски

номер рецептуры № 169

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
треска*	102,0	88,0	10,2	8,8
или минтай*	101,0	88,0	10,1	8,8
масса готовой рыбы		72,0		7,2
картофель	167,0	122**	16,7	12,2**
масло растительное	7,0	7,0	0,7	0,7
соус белый для запекания	80,0	80,0	8,0	8,0
молоко	80,0	80,0	8,0	8,0
мука пшеничная	6,4	6,4	0,6	0,6
масло сливочное	6,4	6,4	0,6	0,6
сухари	3,0	3,0	0,3	0,3
<b>ВЫХОД</b>		250,0		25,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	19,81	Ca (мг)	98,6
жиры (г)	8,51	Mg (мг)	83,0
углеводы (г)	27,53	Fe(мг)	2,4
эн ценность(ккал)	265,47	C (мг)	33,1

**Технология приготовления:** рыбу разделяют на филе с кожей без костей, нарезают под углом 90° по одному куску на порцию, укладывают в смазанный маслом сотейник слоями: слой рыбы, слой овощей и т.д. Овощи нарезают соломкой. Заливают водой или бульоном и запекают в жарочном шкафу до готовности.

\* нормы даны на треску, минтай потрошенные обезглавленные

\*\* масса отварного очищенного картофеля

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 186

наименование блюда: рыба, тушеная в томате с овощами

номер рецептуры № 172

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
треска	112,0	85,0	11,2	8,5
или минтай	113,0	87,0	11,3	8,7
вода или бульон	25,0	25,0	2,5	2,5
морковь	32,0	25,0	3,2	2,5
лук репчатый	17,0	14,0	1,7	1,4
томат-пюре	6,0	6,0	0,6	0,6
масло растительное	7,5	7,5	0,8	0,8
сахар	2,5	2,5	0,3	0,3
лавровый лист	0,0	0,0	0,0	0,0
масса тушеной рыбы		70,0	0,0	7,0
<b>ВЫХОД</b>		140,0		14,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	14,52	Ca (мг)	86,9
жиры (г)	8,03	Mg (мг)	92,9
углеводы (г)	7,51	Fe(мг)	2,1
эн ценность(ккал)	160,29	C (мг)	9,5

**Технология приготовления:** рыбу разделяют на филе с кожей без костей, нарезают под углом 90° по одному куску на порцию, укладывают в смазанный маслом сотейник слоями: слой рыбы, слой овощей и т.д. Овощи нарезают соломкой. Заливают водой или бульоном, сваренным из рыбных отходов, доводят до кипения, добавляют пассерованные томат-пюре, сахар, соль, закрывают крышкой и тушат до готовности 45-50 мин. За 5 мин до готовности кладут лавровый лист

# нормы даны на треску, минтай потрошенные обезглавленные

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 206

наименование блюда: голубцы ленивые

номер рецептуры 178

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто,кг	нетто,кг
говядина (котлетное мясо)	56,0	40,0	5,6	4,0
крупа рисовая	5,0	5,0	0,5	0,5
масса отварного риса		14,0		1,4
лук репчатый	7,0	5,0	0,7	0,5
масло растительное	3,0	3,0	0,3	0,3
масса пассерованного лука		3,0		0,3
капуста белокачанная	74,0	60,0	7,4	6,0
масса отварной капусты		56,0		5,6
масса полуфабриката		113,0		11,3
масса готовых голубцов		100,0		10,0
соус №342	40,0	40,0		4,0
<b>ВЫХОД С СОУСОМ</b>		140,0		14,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	9,38	Ca (мг)	69,7
жиры (г)	9,57	Mg (мг)	31,2
углеводы (г)	7,05	Fe(мг)	2,8
эн ценность(ккал)	151,88	C (мг)	40,5

**Технология приготовления:** рис промывают, варят рассыпчатую рисовую кашу.

Бланшированный лук пассеруют в половинном количестве растительного масла, капусту белокачанную нарезают мелкой рубкой, припускают в кипящей подсоленной воде до полуготовности, выкладывают в дуршлаг, чтобы стекла вода. Мясо пропускают через мясорубку. Подготовленный лук смешивают с рассыпчатым рисом, мясом, капустой. Хорошо вымешивают, формируют овальные колбаски, по 1 шт на порцию, складывают на противень, добавляют воду, масло и тушат в жарочном шкафу 30 минут при температуре 250°С. Отпускают с соусом. Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 210

наименование блюда: Жаркое по-домашнему

номер рецептуры № 259

Наименование сборника рецептов: сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников, 2005г, под редакцией М.П.Могильного

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина (боковая и наружный куски тазобедренн	79,0	66,0	7,9	6,6
картофель	222,0	167,0	22,2	16,7
лук репчатый	28,0	25,0	2,8	2,5
морковь	10,0	7,0	1,0	0,7
масло растительное	8,0	8,0	0,8	0,8
томат-пюре	2,0	2,0	0,2	0,2
масса тушеного мяса		42,0	0,0	4,2
масса готовых овощей		208,0	0,0	20,8
<b>ВЫХОД</b>		250,0		25,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	25,61	Ca (мг)	40,0
жиры (г)	19,69	Mg (мг)	54,8
углеводы (г)	25,14	Fe(мг)	3,5
эн ценность(ккал)	379,61	C (мг)	11,5

**Технология приготовления:** мясо нарезают по 3 кусочка на порцию, слегка обжаривают.

Картофель и лук нарезают ломтиком, морковь крупным кубиком. Мясо и овощи кладут в посуду слоями, чтобы снизу и сверху мяса были овощи, соль и бульон (продукты должны быть только покрыты жидкостью), закрывают крышкой и тушат до готовности. За 5-10 минут до окончания тушения кладут пассерованное томатное пюре, лавровый лист. Отпускают жаркое вместе с бульоном и гарниром. Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 212

наименование блюда: картофельная запеканка с мясом

номер рецептуры 185

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина (котлетное мясо)	189,0	139,0	18,9	13,9
масса отварного мяса		87,0		8,7
картофель	274,0	205,0	27,4	20,5
масса отварного картофеля		199,0		19,9
масса товарного протертого картофеля		193,0		19,3
масло сливочное	12,0	12,0	1,2	1,2
яйца	1\9 шт	5,0	12,5шт	0,5
сухари	3,7	3,7	0,4	0,4
масса полуфабриката		292,0		29,2
масло рапсовое	2,0	2,0	0,2	0,2
масса запеченного блюда		249,0		24,9
масло сливочное	6,0	6,0	0,6	0,6
<b>ВЫХОД</b>		255,0		25,5

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	31,91	Ca (мг)	21,1
жиры (г)	30,97	Mg (мг)	43,7
углеводы (г)	23,03	Fe(мг)	6,5
эн ценность(ккал)	500,94	C (мг)	55,0

**Технология приготовления:** отварную говядину нарезают кусками по 75-100г, пропускают через мясорубку, заправляют размягченным сливочным маслом, солью. Кладут на смазанный маслом противень слоем 2-3 см и прогревают, помешивая в жарочном шкафу при температуре 160-180°С в течении 8-10 мин.

Картофель заливают горячей водой,

добавляют соль и варят до готовности, воду сливают, картофель обсушивают при закрытой крышке на огне 10-20 сек. С варенный картофель протирают и делят на две части. Одну часть кладут на смазанный маслом противень слоем 1-1,5 см, расправляют. Затем кладут равным слоем мясо, а сверху оставшуюся часть картофеля. После разравнивания картофель смазывают яйцом, посыпают сухарями, сбрызгивают маслом и запекают в течении 25-30 минут при температуре 250-280°С. Готовую запеканку нарезают на порционные куски.

Отпускают запеканку с прокипяченным сливочным маслом.

Температура подачи 65°

технологическая карта блюда № 216

наименование блюда: котлеты ,биточки, шницели

номер рецептуры № 189

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина 1 категории	116,0	85,7	11,6	8,6
хлеб пшеничный	18,6	18,6	1,9	1,9
сухари	10,7	10,7	1,1	1,1
молоко или вода	22,8	22,8	2,3	2,3
масса полуфабриката		124,0	0,0	12,4
масло растительное	7,0	7,0	0,7	0,7
масса готовых изделий		100,0		10,0
масло растительное	7,0	7,0	0,7	0,7
<b>ВЫХОД</b>		100,0	0,0	10,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	15,25	Ca (мг)	44,0
жиры (г)	16,74	Mg (мг)	26,0
углеводы (г)	8,20	Fe(мг)	1,2
эн ценность(ккал)	252,50	C (мг)	0,2

**Технология приготовления:** зачищенное мясо измельчают на мясорубке, соединяют с пшеничным черствым хлебом без корок, замоченным в молоке или воде, добавляют соль, перемешивают и вторично пропускают через мясорубку. Массу перемешивают, формируют котлеты - овально-приплюснутой формы толщиной 1,5-2 см, биточки - округло-приплюснутой формы толщиной 2-2,5 см или шницели - плоскоооальной формы, толщиной 1 см. Издеолия панируют в сухарях, укладывают в смазанный маслом лис и запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280°С до готовности. Готовность определяют по появлению воздушных пузырьков на поверхности изделий, затем проверяют на разрезе.

Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 236

наименование блюда: тефтели из говядины с рисом (ёжики)

номер рецептуры 202

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина 1 категории (котлетное мясо)	69,6	50,0	7,0	5,0
вода	8,0	8,0	0,8	0,8
крупа рисовая	7,0	7,0	0,7	0,7
масса готового рассыпчатого риса		20,0		2,0
лук репчатый	27,2	24,0	2,7	2,4
масло растительное	4,8	4,8	0,5	0,5
масса пассерованного лука		12,0		1,2
мука пшеничная	5,6	5,6	0,6	0,6
масса полуфабриката		94,8		9,5
масло растительное	3,0	3,0	0,3	0,3
масса готовых тефтелей		80,0		8,0
соус №342	40,0	40,0	4,0	4,0
<b>ВЫХОД с соусом</b>		80/40		8\4

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	10,44	Ca (мг)	19,1
жиры (г)	15,42	Mg (мг)	22,5
углеводы (г)	10,76	Fe(мг)	2,6
эн ценность(ккал)	223,6	C (мг)	0,0

Технология приготовления: рис перебирают, варят рассыпчатую кашу, лук нарезают мелким кубиком, бланшируют, пассеруют. Мясо измельчают на мясорубке с двойной мелкой решеткой или дважды, Визмельченное мясо добавляют воду, пассерованный лук, рассыпчатый рис, хорошо перемешивают, разделяют в виде шариков по 2 штуки на порцию ( 42 г). Шараки панируют в муке, обжаривают на противне до образования легкой корочки, заливают соусом и тушат в жарочном шкафу тпри температуре 160 - 200°С 10-15 мин. Отпускают тефтели с соусом, в котором они тушились и гарниром.

Температура подачи 65° С



технологическая карта блюда № 238

наименование блюда: фрикадельки из говядины тушеные в соусе  
 номер рецептуры 204

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина 1 категории (котлетное мясо)	104,3	74,3	10,4	7,4
хлеб пшеничный	15,0	15,0	1,5	1,5
вода	26,0	26,0	2,6	2,6
масло растительное	3,0	3,0	0,3	0,3
масса полуфабриката		117,0		11,7
соус сметанный №330	40,0	40,0	4,0	4,0
<b>ВЫХОД</b>		100\40		7\3

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	18,04	Ca (мг)	23,8
жиры (г)	19,34	Mg (мг)	28,1
углеводы (г)	13,08	Fe(мг)	3,2
эн ценность(ккал)	298	C (мг)	0,0

**Технология приготовления:** мясо зачищают, нарезают на куски по 75-100г, измельчают на мчсорубке, затем добавляют замоченный в воде и отжатый черствый пшеничный хлеб (высшего сорта), соль, перемешивают, затем выбивают (для насыщения котлетной массы кислородом воздуха), разделяют в виде шариков массой по 19-21 г по 4 шт на порцию, укладывают в смазанный маслом сотейник и заливают горячим соусом или сливочным маслом и тушат 15-20 минут. Отпускают фрикадельки с гарниром, соусом или сливочным маслом. Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 240

наименование блюда: сосиски, сардельки, колбаса отварные

номер рецептуры № 205

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
сосиски или сардельки или колбаса вареная	20,4	20	2,04	2
<b>ВЫХОД</b>		20	0	2

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1,32	Ca (мг)	14,90
жиры (г)	3,21	Mg (мг)	2,80
углеводы (г)	0,31	Fe(мг)	0,25
эн ценность(ккал)	35,94	C (мг)	0,00

**Технология приготовления:** с сосисок, сарделек или колбасы предварительно кладут в кипящую воду, доводят до кипения и варят при слабом кипении сосиски 3-5 мин, сардельки и колбасу 7-10 минут. Во избежание повреждения оболочки и ухудшения вкуса колбасные изделия не следует хранить в горячей воде. Их готовят непосредственно перед отпуском.

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 251

наименование блюда: плов из птицы

номер рецептуры 265

наименование сборника рецептов: сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для ПОП при общеобразовательных школах/ под редакцией М.П. Могильного. \_ М: ДеЛи принт, 2005г.

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
цыпленок бройлерный	160	117	16	11,7
крупа рисовая	58	58	5,8	5,8
масло растительное	10	10	1	1
лук репчатый	15	12,5	1,5	1,25
морковь	15,8	12,5	1,58	1,25
томат	3	3	0,3	0,3
масса тушеной птицы	–	83	–	8,3
масса готового риса с овощами	–	167	–	16,7
<b>ВЫХОД</b>		250		25

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	25,27	Ca (мг)	36,32
жиры (г)	24,68	Mg (мг)	46,97
углеводы (г)	48,43	Fe(мг)	3,18
эн ценность(ккал)	505,75	C (мг)	3,92

**Технология приготовления:** нарезанного кусочками по 20-30 г цыпленка посыпают солью, обжаривают, добавляют пассерованные с томатом морковь и лук. Мясо и овощи заливают водой, доводят до кипения, всыпают промытый рис и варят до полуготовности. После того как рис впитает всю жидкость, посуду закрывают крышкой, уменьшают температуру и доводят до готовности.

Отпускают, равномерно распределяя мясо вместе с рисом и овощами.

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 252

наименование блюда: котлеты, биточки, шницели припущенные

номер рецептуры 209

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
курица 1 категории потрошенная	207*	74,0	14,5*	7,4
хлеб пшеничный	18,6	18,6	1,9	1,9
молоко или вода	26,0	26,0	2,6	2,6
масса полуфабриката		114,0		11,4
масло растительное	6,0	6,0	0,6	0,6
масса готовых биточков		100,0		10,0
масло сливочное	7,0	7,0	0,7	0,7
или соус	40,0	40,0	4,0	4,0
<b>ВЫХОД С МАСЛОМ</b>		100/7		10\0,7
<b>ВЫХОД С СОУСОМ №330</b>		100/40		10\4

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	15,2
жиры (г)	17,76
углеводы (г)	10,73
эн ценность(ккал)	265,45

Ca (мг)	57,9
Mg (мг)	30,0
Fe(мг)	0,0
C (мг)	0,8

**Технология приготовления:** мякоть птицы, без кожи пропускают через мясорубку.

Измельченное мясо соединяют замоченным в воде или молоке черствым пшеничными хлебом, кладут соль, хорошо перемешивают, пропускают через мясорубку второй раз и выбивают. Из готовой котлетной массы формируют котлеты, биточки или шницели, укладывают на смазанный маслом противень, подливают горячей воды и запекают до готовности 15-20 мин.

Отпускают биточки с гарниром и соусом.

Температура подачи 65°С.

\*если берется куриное филе без костей и кожи, то нетто равно брутто.

технологическая карта блюда № 272

наименование блюда: рагу из птицы

номер рецептуры 214

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
курица 1 категории потрошенная	115	101	11,5	10,1
или цыпята потрошенные	105	101	10,5	10,1
масло растительное	2,5	2,5	0,25	0,25
масса жареной птицы		70		7
картофель	154	114	15,4	11,4
морковь	30	17,5	3	1,75
томатное пюре	3	3	0,3	0,3
лук репчатый	16	12,5	1,6	1,25
масло растительное	6	6	0,6	0,6
мука пшеничная	2,5	1,5	0,25	0,15
масса гарнира и соуса		180		18
<b>ВЫХОД</b>		250		25

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	21,96	Ca (мг)	46,55
жиры (г)	27,97	Mg (мг)	69,91
углеводы (г)	26	Fe(мг)	3,47
эн ценность(ккал)	440,81	C (мг)	38,64

**Технология приготовления:** подготовленные тушки птицы, нарубленные на куски по 30-35г, заливают горячей водой в количестве 20-30% от массы набора пролуков, добавляют пассерованное томатное пюре и тушат 20 минут. Бульон оставшийся после тушения, сливают и приготавливают на нем соус, которым заливают тушеные кусочки мяса, добавляют нарезанные кусочками картофель, морковь, лук и тушат 25-30 минут. Отпускают рагу вместе с соусом и гарниром. Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 277

наименование блюда: каша гречневая рассыпчатая

номер рецептуры 219

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
крупа гречневая	82,8	82,8	8,3	8,3
вода	122,4	122,4	12,2	12,2
масса каши		173,0		17,3
масло сливочное	7,0	7,0	0,7	0,7
<b>ВЫХОД</b>		180,0		18,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	10,47	Ca (мг)	21,6
жиры (г)	6,52	Mg (мг)	88,2
углеводы (г)	54	Fe(мг)	2,9
эн ценность(ккал)	316,56	C (мг)	0,0

**Технология приготовления:** крупу перебирают, засыпают в кипящую подсоленную воду, всплывшие пустые зерна удаляют (ситечком) и варят до загустения помешивая. Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают крышкой и доводят до готовности на пару или на водяной бане (температура 100°C) или в жарочном шкафу при температуре 140-160°C в иечении 1-1,5 часа. Затем вливают прокипяченное сливочное масло, взрыхляют поварской вилкой, уваривают еще 3-4 минуты. Температура подачи 65°C

технологическая карта блюда № 279

наименование блюда: Каша пшеничная рассыпчатая

номер рецептуры 221

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
крупa пшеничная	70,0	70,0	7,0	7,0
вода	124,0	124,0	12,4	12,4
масса каши		173,0		17,3
масло сливочное	7,0	7,0	0,7	0,7
<b>ВЫХОД</b>		180,0		18,0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	11,24	Ca (мг)	39,6
жиры (г)	6,38	Mg (мг)	43,2
углеводы (г)	44,24	Fe(мг)	3,1
эн ценность(ккал)	278,14	C (мг)	0,0

Технология приготовления: крупу промывают в теплой воде, всыпают в подсоленную кипящую воду. Необходимо учитывать, что в крупе после промывания остается вода в количестве 15% от массы крупы. Кашу варят при слабом кипении до загустения, вводят 1/2 часть растопленного сливочного масла, плотно закрывают крышкой и уваривают до готовности на водяной бане при температуре 100°С или в жарочном шкафу при температуре 140°С. За 5 мин до готовности кашу взрыхляют, добавляют прокипяченное сливочное масло, хорошо перемешивают и еще уваривают на водяной бане или в жарочном шкафу.

Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 283

наименование блюда: каша рассыпчатая перловая

номер рецептуры 222

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
крупa перловая	57,6	57,6	5,76	5,76
вода	144	144	14,4	14,4
масса каши		173		17,3
масло сливочное	7	7	0,7	0,7
<b>ВЫХОД</b>		180		18

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	5,22	Ca (мг)	34,2
жиры (г)	6,3	Mg (мг)	25,2
углеводы (г)	41,22	Fe(мг)	1,08
эн ценность(ккал)	243	C (мг)	0

**Технология приготовления:** крупу перловую перебирают, просеивают и промывают сначала теплой водой ( 40-50°С ), а затем горячей водой (60-70°С). Промытую крупу заливают водой и варят помешивая , при слабом кипении до загустения. Добавляют половину растопленного сливочного масла, соль, перемешивают, закрывают крышкой и уваривают до готовности на самом слабом огне до готовности 1,5-2 часа. При подаче поливают прокипяченным сливочным маслом.

Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 285

наименование блюда: рис отварной

номер рецептуры 224

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
крупа рисовая	65,0	65,0	6,5	6,5
масло сливочное	8,0	8,0	0,8	0,8
<b>ВЫХОД</b>		180,0		18,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	4,56
жиры (г)	6,01
углеводы (г)	48,32
эн ценность(ккал)	270,21

Ca (мг)	2,9
Mg (мг)	22,8
Fe(мг)	0,7
C (мг)	0,0

**Технология приготовления:**

рис перебирают, промывают многократно в теплой воде. Подготовленную рисовую крупу всыпают в кипящую подсоленную воду (6 л воды, 40г соли на 1кг риса) и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают на сито, дают стечь воде. Рис перекладывают на противень слоем 3-4 см, заправляют горячим сливочным маслом, перемешивают и прогревают в жарочном шкафу при температуре 160°С 5-7 мин. Температура подачи 65 °С

технологическая карта блюда № 291

наименование блюда: макаронные изделия отварные

номер рецептуры 227

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
макаронные изделия	61,0	61,0	6,1	6,1
масса отварных макаронных изделий		173,0	0,0	17,3
масло сливочное	7,0	7,0	0,7	0,7
<b>ВЫХОД</b>		180,0		18,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	6,62	Ca (мг)	14,4
жиры (г)	6,35	Mg (мг)	9,0
углеводы (г)	42,38	Fe(мг)	0,9
эн ценность(ккал)	253,31	C (мг)	0,0

**Технология приготовления:**

макаронные изделия варят в большом количестве кипящей воды (на 1 кг макаронных изделий берут бл воды, 50 г соли). Проверяют готовность на разрезе - не должно быть прослойки недоваренной муки. Готовые макаронные изделия откидывают, дают стечь отвару, выкладывают на противень слоем 3-4 см, заправляют кипяченым сливочным маслом и перемешивают.

Температура подачи 65 °С







технологическая карта блюда № 304

наименование кулинарного изделия: капуста тушёная

номер рецептуры 235

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
капуста белокочанная	240,0	189,0	24,0	18,9
масло сливочное	7,5	7,5	0,8	0,8
морковь	14,0	14,0	1,4	1,4
томатная паста	4,0	4,0	0,4	0,4
лук репчатый	13,5	11,0	1,4	1,1
мука пшеничная	2,0	2,0	0,2	0,2
сахар	5,0	5,0	0,5	0,5
<b>ВЫХОД</b>		180,0		18,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	4,72	Ca (мг)	104,4
жиры (г)	5,81	Mg (мг)	36,0
углеводы (г)	24,21	Fe(мг)	1,4
эн ценность(ккал)	156,88	C (мг)	30,6

технология приготовления: нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем 300 мм, добавляют воду ( 20-30% к массе сырой капусты), масло и тушат до полуготовности при помешивании. Затем добавляют пассерованные, нарезанные соломкой морковь, репчатый лук, предварительно бланшированный, и тушат до готовности 40-45 мин. За 10 мин до конца тушения капусту заправляют солью, сахаром, подсушенной мукой, разведенной в небольшом количестве воды, томатной пастой.

Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 310

наименование кулинарного изделия: картофельное пюре

номер рецептуры 241

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
картофель	205,0	155,0	20,5	15,5
молоко	23,0	23,0	2,3	2,3
масло сливочное	5,0	5,0	0,5	0,5
выход		180,0		18,0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	3,82	Ca (мг)	48,0
жиры (г)	7,27	Mg (мг)	36,0
углеводы (г)	27,95	Fe(мг)	1,2
эн ценность(ккал)	192,54	C (мг)	6,7

Технология приготовления:

Очищенный картофель укладывают в посуду, солят, заливают горячей водой, чтобы она покрыла картофель на 1 см. Доводят до кипения и варят при слабом кипении до готовности.

Горячий варёный картофель, обсушивают, протирают через протирочную машину.

Температура картофеля должна быть не менее 80°C. В горячую картофельную массу добавляют в 2-3 приема горячее кипяченое молоко, масло сливочное. Пюре доводят до температуры 100°C, постоянно помешивая и прогревают 5-6 мин.

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 312

наименование блюда: овощи натуральные

номер рецептуры 246

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
помидоры(огурцы) свежие	106	60	10,6	6
<b>ВЫХОД</b>		60		6

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0,7	Ca (мг)	34
жиры (г)	0,1	Mg (мг)	14
углеводы (г)	1,9	Fe(мг)	0,5
эн ценность(ккал)	16	C (мг)	7

**Технология приготовления:** овощи перебирают, промывают небольшими партиями в подсоленной воде. У помидоров вырезают место прикрепления плодоножки, нарезают дольками, непосредственно перед отпуском.

У огурцов отрезают стебель с частью мякоти, затем нарезают непосредственно перед раздачей.

технологическая карта блюда № 320

наименование блюда: овощи натуральные соленые

номер рецептуры 247

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
овощи соленые	106	100	10,6	10
<b>ВЫХОД</b>		100		10

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0,66	Ca (мг)	
жиры (г)	0,06	Mg (мг)	
углеводы (г)	1,44	Fe(мг)	
эн ценность(ккал)	9,6	С (мг)	

**Технология приготовления:** у овощей удаляют полдоножку , нарезают крупными ломтиками

технологическая карта блюда № 328

наименование блюда: соус молочный для запекания

номер рецептуры 255

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
молоко	75	75	7,5	7,5
мука пшеничная	5,6	5,6	0,56	0,56
масло сливочное	5,6	5,6	0,56	0,56
<b>Выход</b>		75		7,5

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	2,56	Ca (мг)	57,12
жиры (г)	6,34	Mg (мг)	6,07
углеводы (г)	6,34	Fe(мг)	0,45
эн ценность(ккал)	96,46	С (мг)	0,55

**Технология приготовления:** горячим молоком разводят подсушенную без изменения цвета и растертую со сливочным маслом муку. Варят при слабом кипении 7-10 минут процеживают, заправляют солью и еще раз доводят до кипения.

Используют при запекании блюд из овощей, мяса, рыбы, птицы для заправки припущенных отварных овощей.

Температура подачи 65°C.

## технологическая карта блюда № 330

наименование блюда: соус молочный к блюдам

номер рецептуры 256

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
молоко	40	40	4	4
мука пшеничная	2	2	0,2	0,2
масло сливочное	2	2	0,2	0,2
сахар	0,4	0,4	0,04	0,04
<b>ВЫХОД</b>		40		4

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1,33	Ca (мг)	25,6
жиры (г)	2,74	Mg (мг)	3,6
углеводы (г)	3,68	Fe(мг)	0,08
эн ценность(ккал)	44,93	C (мг)	0

**Технология приготовления:** горячим молоком разводят подсушенную без изменения цвета и растертую со сливочным маслом муку. Варят при слабом кипении 7-10 минут. Добавляют сахар, соль, процеживают и доводят до кипения, заправляют маслом.

Температура подачи 65°

## технологическая карта блюда № 336

наименование блюда: соус сметанный

номер рецептуры № 263

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
мука пшеничная	1	1	0,1	0,1
масло сливочное	1	1	0,1	0,1
вода	22	22	2,2	2,2
масса соуса		20	0	2
сметана	20	20	2	2
<b>ВЫХОД</b>		40		4

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0,8	Ca (мг)	11,19
жиры (г)	1,08	Mg (мг)	2,39
углеводы (г)	2,24	Fe(мг)	0,07
эн ценность(ккал)	31,19	C (мг)	0

**Технология приготовления:** белый соус соединяют со сметаной, доводят до кипения и варят 3-5 минут.

Приготовление белого соуса: муку подсушивают при температуре 110-120°С, не допуская изменения цвета, охлаждают до 60-70°С, растирают со сливочным маслом, вливают постепенно 1/4 горячего бульона и вымешивают до образования однородной массы, затем добавляют оставшийся бульон и варят 25-30 минут. В конце варки добавляют соль, затем процеживают и доводят до кипения.

Рекомендуется к блюдам из овощей, рыбы, мяса.

Температура подачи 65 °С

технологическая карта блюда № 340

наименование блюда: соус томатный

номер рецептуры 265

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
вода или отвар овощной	20	20	2	2
мука пшеничная	2	2	0,2	0,2
масло сливочное	2	2	0,2	0,2
томат-пюре	0,8	0,8	0,08	0,08
сахар	0,7	0,7	0,07	0,07
<b>ВЫХОД</b>		40		4

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0,54	Ca (мг)	
жиры (г)	3,67	Mg (мг)	
углеводы (г)	5,24	Fe(мг)	
эн ценность(ккал)	56,15	C (мг)	

**Технология приготовления:** подсушенную без изменения цвета и растертую с маслом муку тщательно размешивают с частью воды, затем добавляют оставшуюся воду, пассерованное томатное пюре и варят 25-30 минут. В конце варки добавляют соль, сахар, сливочное масло. Подают соус к блюдам из отварной, припущенной рыбы и рыбной котлетной массы. Температура подачи 65°

технологическая карта блюда № 342

наименование кулинарного изделия: соус сметанный с томатом

номер рецептуры 538

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
сметана	10	10	1	1
мука	5	4	0,5	0,4
вода	30	30	3	3
томатная паста	4	4	0,4	0,4
<b>ВЫХОД</b>		40		4

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0,71	Ca (мг)	11,17
жиры (г)	1,91	Mg (мг)	2,79
углеводы (г)	7,46	Fe(мг)	0,19
эн ценность(ккал)	16,91	C (мг)	0,56

Технология приготовления:

Муку пассеруют без масла добавляют томатную пасту и продолжают пассеровать 7-10 минут.

Готовую охлажденную до70°С пассеровку разводят горячей сметаной и проваривают процеживают и доводят до кипения.

Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 344

наименование блюда: соус фруктовый из кураги (абрикосовый)

номер рецептуры 266

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
курага	4,6	4,6	0,46	0,46



сахар	2,5	2,5	0,25	0,25
вода	16	16	1,6	1,6
<b>ВЫХОД</b>		40		4

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0,23
жиры (г)	0
углеводы (г)	4,73
эн ценность(ккал)	19,85

Ca (мг)	4,35
Mg (мг)	1,17
Fe(мг)	0,13
C (мг)	1,47

**Технология приготовления:** курагу перебирают, промывают, заливают холодной водой ( по рецептуре) и оставляют на 2-3 часа. Затем варят в той же воде до готовности, протирают, добавляют сахар и при помешивании проваривают до загустения. Используют для блюд из круп, творога, мучных блюд в горячем (65°C) или холодном (14°C) виде.



















