

Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ с.Хрущевка  
\_\_\_\_\_ Л.И. Попова

# **Сборник технологических карт**

**2021-2022 уч. год**

# 1. Каши, молочные супы

## Технологическая карта кулинарного блюда № 1

Наименование изделия: Каша пшенная

Номер рецептуры: № 4 (стр.246-247)

Наименования сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 20011 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа пшено	38	38	50	50
Молоко	120	120	160	160
Масло сливочное	4	4	5	5
Сахар	4	4	5	5
ВЫХОД:	150		200	

### Химический состав данного блюда

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белк и г	Жиры, г	Угле-воды, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Mg	Fe	P	В <sub>1</sub>	С	А	Е
150	4,02	6,6	53,6	235,71	113,6	19,3	0,52	97	0,13	0,4	0,12	0,32
200	5,63	8,8	72,4	314,28	192,2	23,06	1,18	117	0,17	0,54	0,17	0,48

### Технология приготовления:

Крупу засыпают в кипящую воду и варят 10 минут, после чего лишнюю воду сливают, добавляют горячее молоко, соль, сахар и варят кашу до готовности. При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом.

### Требования к качеству блюда:

*Внешний вид:* зерна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом.

*Консистенция:* однородная, вязкая, зерна - мягкие.

*Цвет:* свойственный соответствующему виду крупы.

*Вкус:* умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла.

*Запах:* соответствующей каши в сочетании с молоком и маслом.

## Технологическая карта кулинарного блюда № 2

**Наименование изделия:** Каша геркулесовая.

**Номер рецептуры:** № 4 (стр.246-247)

**Наименования сборника рецептур:** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2011 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа «Геркулес»	25	25	44	44
Молоко	75	75	164	164
Масло сливочное	4	4	5	5
Сахар	4	4	5	5
<b>ВЫХОД:</b>	<b>150</b>		<b>200</b>	

### Химический состав данного блюда

Выход , г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белк и г	Жиры, г	Угле- воды , г	Энерг. ценност ь, ккал	Са	Mg	Fe	P	B <sub>1</sub>	C	A	E
150	6,12	7,38	35,60	198	130	12,3	1, 24	95	0,1 5	0,37	0,08	0,0 1
200	8,16	9,84	47,8	264	142,3	14,6	1, 66	101, 3	0,2 0	0,50	0,12	0,0 3

### Технология приготовления:

В кипящую смесь молока кладут сахар, соль, высыпают овсяные хлопья при активном помешивании сверху вниз и варят, непрерывно помешивая 20 минут.

При отпуске кашу заправляют растопленным маслом.

### Требования к качеству блюда:

*Внешний вид:* хлопья крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом.

*Консистенция:* однородная, вязкая, хлопья - мягкие.

*Цвет:* свойственный соответствующему виду крупы.

*Вкус:* умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла.

*Запах:* соответствующей каши в сочетании с молоком и маслом.

### Технологическая карта кулинарного блюда № 3

**Наименование изделия:** Каша манная

**Номер рецептуры:** № 4 (стр.246-247)

**Наименования сборника рецептур:** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 20011 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа манная	33	33	44	44
Молоко	123	123	164	164
Масло сливочное	3	3	4	4
Сахар	3	3	4	4
<b>ВЫХОД:</b>	<b>150</b>		<b>200</b>	

**Химический состав данного блюда**

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки г	Жиры,г	Угле-воды, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Mg	Fe	P	В <sub>1</sub>	С	А	Е
150	2,27	1,23	16,23	197,11	57,8	23,8	0,24	27	0,04	0,16	0,03	0,32
200	2,65	1,87	20,5	267,85	59,2	30,24	0,45	36	0,06	0,22	0,05	0,46

**Технология приготовления:**

Манную крупу засыпают в кипящее молоко и при непрерывном помешивании и варить 20 минут. За 2–3 минуты до готовности добавляют сахар, соль, масло сливочное.

**Требования к качеству блюда:**

*Внешний вид:* зерна крупы полностью разварившиеся, утратили форму.

*Консистенция:* жидкая, на тарелке расплывается, но ложка, положенная выпуклой стороной на поверхность каши, не тонет.

*Цвет:* белый или светло-кремовый.

*Вкус:* умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла.

*Запах:* манной каши в сочетании с молоком и маслом.

## Технологическая карта кулинарного блюда № 4

**Наименование изделия:** Каша рисовая

**Номер рецептуры:** № 4 (стр.246-247)

**Наименования сборника рецептур:** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2011 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа рисовая	33	33	44	44
Молоко	123	123	164	164
Масло сливочное	3	3	4	4
Сахар	3	3	4	4
<b>ВЫХОД:</b>	<b>150</b>		<b>200</b>	

### Химический состав данного блюда

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки г	Жиры, г	Угле- воды , г	Энерг. ценность , ккал	Ca	Mg	Fe	P	B <sub>1</sub>	C	A	E
150	5,82	7,50	64,5	235,60	146,0 0	31,2 0	0,4 6	51,0 0	0,0 6	0,6 4	0,0 3	0,4 7
200	7,70	10,00	68,9	308,60	195,0 0	43,0 6	0,6 2	96,0 0	0,0 8	0,8 6	0,0 5	0,8 3

### Технология приготовления:

Рис перебирают, промывают теплой, а затем горячей водой. Крупу отваривают до полуготовности, воду сливают, затем заливают горячим молоком, добавляют сахар, соль, доводят до кипения. Варят при слабом кипении до поглощения жидкости крупой, доводят до готовности .

При подаче каша заправляется растопленным сливочным маслом.

### Требования к качеству блюда:

*Внешний вид:* зерна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом и сахаром, или маслом, или сахаром.

*Консистенция:* однородная, вязкая, зерна - мягкие.

*Цвет:* свойственный соответствующему виду крупы.

*Вкус:* умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла.

*Запах:* соответствующей каши в сочетании с молоком и маслом.

## 2. Хлеб, сдобные булочные изделия

### Технологическая карта кулинарного блюда № 5

Наименование изделия: Хлеб ржаной

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Хлеб ржаной	40	40	60	60
<b>ВЫХОД:</b>	<b>40</b>		<b>60</b>	

Химический состав данного блюда г.

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки г	Жиры, г	Угле-воды, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Мg	Fe	Р	В <sub>1</sub>	С	А	Е
40	2,6	0,48	1,05	72,4	14	10	0,31	67,2	0,07	0,00	0,00	0,5
60	3,96	0,72	1,38	108,6	21	12	0,63	75,4	0,1	0,00	0,00	0,5

#### Технология приготовления

Хлеб нарезают куском

#### Требования к качеству

*Внешний вид:* ровные ломтики хлеба,

*Консистенция:* хлеба- мягкая,

*Цвет:* соответствует виду хлеба

*Вкус:* соответствует виду хлеба

*Запах:* свежего хлеба

## Технологическая карта кулинарного блюда № 6

**Наименования изделия: Хлеб пшеничный**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Хлеб пшеничный	40	40	50	50
<b>ВЫХОД:</b>	<b>40</b>		<b>50</b>	

Химический состав данного блюда г.

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки г	Жиры,г	Угле-воды, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Mg	Fe	P	В <sub>1</sub>	С	А	Е
40	2,4	0,8	16,7	85,7	0,01	13,2	1,01	34,8	0,13	0,00	0,00	0,34
50	3,07	1,07	20,9	107,2	0,01	14,1	1,05	35,1	0,13	0,00	0,00	0,34

### Технология приготовления

Хлеб нарезают куском

### Требования к качеству

*Внешний вид:* ровные ломтики хлеба,

*Консистенция:* хлеба - мягкая,

*Цвет:* соответствует виду хлеба

*Вкус:* соответствует виду хлеба

*Запах:* свежего хлеба

## Технологическая карта кулинарного блюда № 7

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Бутерброд с маслом**

Номер рецептуры: 1

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2011 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г		
Хлеб пшеничный	40	40		
Масло сливочное	10	10		
<b>ВЫХОД:</b>	<b>50</b>			

Химический состав данного блюда

Вых од г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг			Витамины, мг			
	Белк и г	Жир ы,г	Угле- воды, г	Энерг. ценност ь, ккал	Са	Mg	Fe	В <sub>1</sub>	С	А	Е
40/10	2,03	8,6	0,44	129,1	52,2	8,9	0,65	0,05	0,00	0,05	0,05

### Технология приготовления:

Масло нарезают тонкими кусочками различной формы с таким расчетом, чтобы они покрывали большую часть ломтика хлеба.

### Требования к качеству:

Бутерброд аккуратно оформлен, вкус и запах сливочного масла.



## Технологическая карта кулинарного блюда № 8

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Бутерброд с сыром**

Номер рецептуры: **2**

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2011 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г		
Хлеб пшеничный	40	40		
Сыр	10	10		
<b>ВЫХОД:</b>	<b>50</b>			

Химический состав данного блюда

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки г	Жиры, г	Угле- воды , г	Энерг. ценность , ккал	Са	Mg	Fe	Р	В <sub>1</sub>	С	А	Е
40/10	2,34	5,6	16,92	131,6	201	17,4 2	0,4 6	80, 6	0,0 4	0,0 3	0,0 7	0,5 1

### Технология приготовления:

Сыр нарезают на крупные куски прямоугольной или треугольной формы, очищают от корки, нарезают тонкими пластинами, укладывают на ломтик хлеба.

### Требования к качеству:

Бутерброд аккуратно оформлен, вкус и запах сыра.

## Технологическая карта кулинарного изделия № 9

Наименование кулинарного изделия: **Бутерброд с маслом и сыром**

Номер рецептуры: № 3.

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2011 г.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса	
	брутто, г	нетто, г
Сыр	10	10
Масло сливочное	10	10
Хлеб	40	40
<i>Выход</i>		<b>60</b>

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

Вы- ход, г	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	Fe	P	B <sub>1</sub>	C	A	E
40/10/10	7,8	8,9	18,5	164,9	207,3	10,2	1,05	67,8	0,05	0,03	0,12	0,3

### Технология приготовления:

Ломтик хлеба намазывают маслом, а сверху кладут кусочек сыра.

### Требования к качеству блюда:

Бутерброд аккуратно оформлен, вкус и запах сливочного масла и сыра.

### 3. Горячие напитки, соки

#### Технологическая карта кулинарного блюда № 10

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

Номер рецептуры: № 685

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Чай высшего или 1-го сорта	1	50
Сахар	15	15
Вода	150	150
<b>ВЫХОД:</b>	<b>200</b>	

#### Химический состав данного блюда

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белк и г	Жиры г	Угле-воды, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Mg	Fe	P	В <sub>1</sub>	С	А	Е
200 г.	8,9	3,06	26	58	11,6	6,5	0,3 4	4,1 2	0,00	6,00	0,00	0,00

#### *Технология приготовления:*

В стакан или чашку наливают заварку чая и доливают кипятком. Сахар допускается класть в стакан с заваркой.

#### *Требования к качеству:*

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

*Консистенция:* жидкая

*Цвет:* золотисто-коричневый

*Вкус:* сладкий, чуть терпкий

*Запах:* соответственный чаю

## Технологическая карта кулинарного блюда № 11

**Наименование изделия: Кисель**

**Номер рецептуры: 648**

**Наименования сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2011 г.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Концентрат киселя	24	24
Сахар	10	10
Вода	190	190
<b>Выход</b>	<b>200г</b>	

### Химический состав данного блюда

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Mg	Fe	P	B <sub>1</sub>	C	A	E
200	0,00	0,00	15,3	49,60	3,2	2,00	0,00	15,8	0,02	5,6	0,03	0,00

### Технология приготовления:

Кисель из концентрата разводят равным количеством холодной воды, полученную смесь вливают в кипящую воду, добавляют сахар и, непрерывно помешивая, доводят до кипения. Охлаждают.

### Требования к качеству блюда:

Внешний вид: однородная прозрачная масса, без пленки на поверхности.

Консистенция: однородная, средней густоты, слегка желеобразная.

Цвет: соответствует плодам.

Вкус: сладкий с кисловатым привкусом.

Запах: характерный для плодового экстракта.

## Технологическая карта кулинарного блюда № 12

**Наименование изделия:** Кофейный напиток с молоком

**Номер рецептуры:** 692

**Наименование сборника рецептур:** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2011 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
Кофейный напиток (злаковый, суррогатный), в т.ч. из цикория	8	8
Молоко	50	50
Вода	172	172
Сахар	20	20
<b>Выход</b>		<b>200 г</b>

### Химический состав данного блюда

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белк и г	Жиры, г	Угле - воды, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Mg	Fe	P	B <sub>1</sub>	C	A	E
200 г.	2,24	2,10	25,03	118,80	69,20	6,00	0,35	168,00	0,02	0,45	0,08	0,05

### Технология приготовления

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

### Требования к качеству

*Внешний вид:* кофейный напиток налит в стакан или чашку.

*Консистенция:* жидкая.

*Цвет:* светло коричневый.

*Вкус:* сладкий, с выраженным привкусом кофейного напитка и кипяченого молока.

*Запах:* аромат кофейного напитка и кипяченого молока.

### Технологическая карта кулинарного блюда № 13

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

Номер рецептуры: 639

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2011 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Смесь сухофруктов	20	50*
Вода	192	192
Сахар	20	20
<b>ВЫХОД:</b>	<b>200</b>	

\*Масса вареных сухофруктов

#### Химический состав данного блюда

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белк и г	Жиры, г	Угле-воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	Fe	P	B <sub>1</sub>	C	A	E
200 г.	10,00	0,06	35,2	110	28,7	19,6	0,96	52,6	0,12	9,35	0,12	1,68

#### Технология приготовления:

Подготовленные сухофрукты заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар и варят до готовности.

Компот варят заранее, чтобы он настоялся.

#### Требования к качеству:

*Внешний вид:* плоды или ягоды не переваренные, уложенные в стакан и залиты полученным при варке компота прозрачным отваром

*Консистенция:* отвара – жидкая, с наличием хорошо проваренных фруктов

*Цвет:* от светло-коричневого до темно-коричневого, в зависимости от набора сухофруктов

*Вкус:* приятный, сладкий или кисло-сладкий, соответствует виду плодов или ягод

*Запах:* аромат использованных плодов и ягод

## Технологическая карта кулинарного блюда № 14

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

Номер рецептуры: 693

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2011 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Какао-порошок	4	4
Сахар	20	20
Молоко	100	100
Вода	100	100
<b>ВЫХОД:</b>	<b>200</b>	

### Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белк и г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Mg	Fe	P	B <sub>1</sub>	C	A	☒
200 г.	4,62	4,02	43,8	177,56	158,70	15,2	0,67	126,20	0,05	2,06	0,01	0,17

### *Технология приготовления:*

Какао-порошок 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.

### *Требования к качеству:*

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

*Консистенция:* жидкая

*Цвет:* светло-шоколадный

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

*Запах:* аромат какао и кипяченого молока

## Технологическая карта кулинарного блюда № 15

**Наименование изделия:** Сок фруктовый

**Номер рецептуры** 399

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
	Сок фруктовый	200
<i>Выход</i>	-	<b>200</b>

Химический состав данного блюда на 200 г. ( яблочный)

Выход , г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белк и г	Жиры, г	Угле- воды , г	Энерг. ценност ь, ккал	Са	Mg	Fe	Р	В <sub>1</sub>	С	А	Е
200	1,00	0,20	20,20	92,00	14,00	18,0 0	0,8	17, 00	0,0 2	4,0 0	0,0 0	0,20

### Технология приготовления

Сок, выпускаемый промышленностью, разливают в стаканы порциями по 200 мл непосредственно перед отпуском.

### Требования к качеству

**Внешний вид:** сок налит в стакан

**Консистенция:** жидкая

**Цвет:** соответствует соку

**Вкус:** соответствует соку

**Запах:** соответствует соку



## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 16

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Винегрет овощной**

Номер рецептуры: 71

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2011 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель	25	18	36	28 <sup>1</sup>
Свекла	18	15	25	22
Морковь	10	7	15	12
Огурцы соленые <sup>2</sup>	14	9	19	15
Лук репчатый	14	9	19	15
Масло растительное	6	6	10	10
<b>ВЫХОД:</b>	<b>60</b>		<b>100</b>	

<sup>1</sup> Масса отварных очищенных овощей

<sup>2</sup> С использованием огурцов консервированных без уксуса

<sup>3</sup> Масса бланшированного репчатого лука

### Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ценнос ть,	Са	Mg	Fe	P	B <sub>1</sub>	C	A	E
<b>С луком репчатым</b>												
60	1,2	10,68	12,6	68,76	25,6	11,9	0,21	123,2	0,01	8,83	0,03	0,05
100	1,65	12,54	15,1	114,61	28,3	15,2	0,52	135,2	0,03	9,64	0,05	0,08

### Технология приготовления:

Отварные очищенные картофель, свеклу, морковь, очищенные соленые огурцы нарезают мелкими ломтиками. Репчатый лук нарезают полукольцами. Подготовленные овощи соединяют, добавляют растительное масло, перемешивают..

В винегрет можно добавлять от 5 до 10 г. припущенного зеленого горошка за счет соответственного уменьшения соленых огурцов.

### Требования к качеству:

*Внешний вид:* овощи нарезаны мелкими ломтиками, равномерно перемешаны и заправлены растительным маслом.

*Консистенция:* мягкая, сочная

*Цвет:* продуктов, входящих в состав блюда

*Вкус:* продуктов, входящих в состав блюда

*Запах:* продуктов, входящих в состав блюд

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 17

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат витаминный

Номер рецептуры: № 40

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2011 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		брутто, кг.	Нетто, кг.
	брутто, гр.	нетто, гр.		
Капуста белокочанная свежая	32	27	52	45
Морковь	18	13	27	22
Горошек зеленый консервированный	26	15	36	25
Сахар	3	3	5	5
Масло растительное	4	4	6	6
Выход	<b>60</b>		<b>100</b>	

### Химический состав, витамины и микроэлементы

Выход, г	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	Fe	P	B <sub>1</sub>	C	A	E
60	0,9	2,7	26,3	52,9	20,71	9,6	0,54	102	0,01	3,78	0,23	2,78
100	1,50	4,50	27,8	88,3	34,20	18,00	0,86	136,00	0,03	6,3	0,50	4,5

### Технологический процесс

Сырую капусту, морковь нарезают, добавляют зеленый горошек, заправляют сахаром и растительным маслом.

Изготовление салата и его заправка осуществляется непосредственно перед раздачей.

### Требования к качеству:

Внешний вид — эстетично оформленный, повышающий аппетит.

Цвет — цвет соответствует рецептурным компонентам.

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

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 18

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

Номер рецептуры: 43

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Капуста белокочанная свежая	67	52	106	86
Морковь	9	7	15	12
Сахар	3	3	5	5
Масло растительное	3	3	5	5
<b>ВЫХОД:</b>	<b>60</b>		<b>100</b>	

### Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	ценнос-ть,	Ca	Mg	Fe	P	B <sub>1</sub>	C	A	E
60	1,2	2,7	5,50	51	54,3	7,4	0,16	86	0,01	3,25	0,00	1,00
100	2,00	4,50	9,17	85,00	57,2	6,90	0,41	144,00	0,01	4.35	0,00	1,2

### *Технология приготовления:*

Капусту шинкуют тонкой соломкой, добавляют соль (1,5 г на 100 г), нагревают при непрерывном помешивании. Не следует перегревать капусту, так как она будет слишком мягкой. Прогретую капусту охлаждают, смешивают с морковью, нарезанной соломкой добавляют сахар и масло.

### *Требования к качеству:*

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

*Консистенция:* хрустящая, не жесткая, сочная

*Цвет:* свойственный входящим в блюдо продуктам

*Вкус:* свойственный входящим в блюдо продуктам

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

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 19

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Салат из отварной свеклы**

Номер рецептуры: 51

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Свекла	75	59	118	98 <sup>1</sup>
Масло растительное	4	4	6	6
<b>ВЫХОД:</b>	<b>60</b>		<b>100</b>	

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

### Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества					Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерг. ценност ь, ккал		Ca	Mg	Fe	P	B <sub>1</sub>	C	A	E
60	0,85	3,65	8,36	56,34		21,09	18,6	0,5	65,2	0,05	5,7	0,01	0,23
100	1,42	6,09	10,2	93,9		35,15	33,9	0,6	78	0,07	9,5	0,02	0,41

### *Технология приготовления:*

Вареную свеклу нарезают соломкой, добавляют соль и заправляют растительным маслом. Салат укладывают горкой.

### *Требования к качеству:*

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

*Консистенция:* мягкая, сочная

*Цвет:* темно-малиновый

*Вкус:* свойственный свекле и растительному маслу

*Запах:* свеклы и растительного масла

## 4. Супы, борщи

### Технологическая карта кулинарного блюда № 20

Наименование изделия: Суп крестьянский с крупой

Номер рецептуры: № 138

Наименования сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2011 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто,г	Брутто,г	Нетто,г
Картофель	85	60	100	75
Морковь	11	8	13	10
Крупа пшено	8	8	10	10
Лук репка	10	8	12	10
Масло растительное	2	2	3	3
Бульон костный	144	144	180	180
<b>Выход</b>	<b>200г</b>		<b>250 г</b>	

#### Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества					Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
Выход	Белки г	Жиры,г	Угле- воды, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Mg	Fe	P	В <sub>1</sub>	С	А	Е
200	8,00	7,38	6,32	147,86	42	18,6	1,90	72,4	0,07	7,73	0,00	0,10
250	10,00	8,63	7,90	167,3	64,3	19,2	2,37	75,6	0,09	9,67	0,00	0,13

#### Технология приготовления:

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

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, затем кладут картофель, нарезанный кубиками. За 10 минут до окончания варки добавляют припущенные морковь, лук, и варят суп до готовности. В конце варки заправляют сметаной и зеленью, доводят до кипения.

#### Требования к качеству блюда:

Внешний вид: в жидкой части супа - картофель и овощи, нарезанные кубиками, крупа - хорошо разварившаяся, но не потерявшая форму

Консистенция: овощи мягкие, крупа хорошо разварилась, соблюдается соотношение жидкой и плотной частей супа

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

Вкус: картофеля и припущенных овощей, умеренно соленый

Запах: продуктов, входящих в суп

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 22

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

Номер рецептуры: 139

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель молодой	54	40	67	50
Горох	16	16	20	20
Морковь	11	8	13	10
Лук репчатый	10	8	12	10
Масло растительное	4	4	5	5
Бульон костный	144	144	180	180
<b>ВЫХОД:</b>	<b>200</b>		<b>250</b>	

### Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	Fe	P	B <sub>1</sub>	C	A	E
200	9,38	5,87	12,3	173,48	75,6	32,74	1,29	102,3	0,14	5,78	0,02	2,45
250	11,7	7,32	17,8	216,86	79,8	40,92	1,97	152,2	0,17	7,23	0,03	3,06

### *Технология приготовления:*

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

Подготовленный горох кладут в бульон, доводят до кипения, добавляют картофель, пассерованные морковь и лук и варят до готовности.

### *Требования к качеству:*

*Внешний вид:* в жидкой части супа распределены картофель и овощи, горох в виде разваренных зерен

*Консистенция:* овощи мягкие, крупа хорошо разварилась, соблюдается соотношение жидкой и плотной части супа

*Цвет:* светло-желтый

*Вкус:* умеренно соленый, свойственный гороху

*Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 23

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

Номер рецептуры: 110

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Свекла	40	32	50	40
Капуста свежая	21	16	25	20
Картофель	22	16	27	20
Морковь	11	8	13	10
Лук репчатый	10	8	12	10
Томатная паста	6	6	8	8
Масло растительное	6	6	6	6
Бульон костный	160	160	200	200
Сахар	2	2	3	3
<b>ВЫХОД:</b>	<b>200</b>		<b>250</b>	

### Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, Энерг.	цен-ность, ккал	Ca	Mg	Fe	P	B <sub>1</sub>	C	A	E
200	7,44	5,82	9,54	124,84	43,07	31,07	1,19	103,5	0,07	9,11	0,11	1,9
250	9,30	7,27	11,92	132,4	52,6	38,84	1,34	115,8	0,12	11,3	0,14	2,37

### *Технология приготовления:*

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

### *Требования к качеству:*

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

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

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

*Вкус:* кисло-сладкий, умеренно соленый

*Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 24

Наименование кулинарного изделия: **Рассольник «Ленинградский» на бульоне**

Номер рецептуры: 132

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

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса			
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Картофель	80	60	100	75
Крупа (перловая)	4	4	5	5
Морковь	11	8	13	10
Лук репчатый	5	4	6	5
Огурцы соленые	15	12	17	15
Масло растительное	4	4	5	5
Бульон костный	152	152	190	190
<i>Выход</i>	<b>200</b>		<b>250</b>	

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

Выход, г	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	Fe	P	B <sub>1</sub>	C	A	E
200	12,6	25,6	11,9	125,5	23,7	20,72	0,86	89,5	0,08	6,25	0,01	0,12
250	15,3	28,9	14,87	156,8	29,7	25,9	1,32	161,4	0,1	7,82	0,02	0,12

### Технология приготовления

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

### Требования к качеству:

*Внешний вид:* в жидкой части рассольника огурцы без кожицы и семян, нарезаны ромбиками или соломкой, картофель – брусочками.

*Консистенция:* овощей - сочная; огурцов - слегка хрустящая; перловая крупа хорошо разварившаяся, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

*Цвет:* желтый, овощей - натуральный.

*Вкус:* умеренно соленый, с умеренной кислотностью.

*Запах:* огуречного рассола; приятный - овощной.



## Технологическая карта кулинарного блюда № 25

**Наименование изделия:** Бульон мясокостный

**Номер рецептуры:** 106

**Наименования сборника рецептур:** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2011 г.

**Выход 200 г**

Наименование продукта	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	Углеводы	
Кости пищевые	50	50				
Лук репчатый	2	1				
Морковь	2	1				
Вода	250	250				
<b>Всего</b>	<b>250</b>	<b>250</b>	<b>35,76</b>	<b>24,40</b>	<b>-</b>	<b>362,64</b>

### Технология приготовления:

Подготовленные кости заливают холодной водой и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир.

Продолжительность варки бульона из говяжьих костей 3,5-4 часов. За 2 – 2.5 часа до готовности костного бульона в него кладут говядину. При этом бульон получается более прозрачным и более насыщенным. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. За 30-40 минут до окончания варки в бульон добавляют подпеченные лук репчатый и морковь, соль.

Морковь и лук нарезают на половинки, кладут нарезанной стороной на чистые, сухие чугунные сковородки и подпекают без жира до образования светло-коричневой корочки, не допуская подгорания. Готовый бульон процеживают.

### Требования к качеству:

Бульон прозрачный, без наличия жира, с выраженным запахом мяса, ароматный овощной, слабосоленый.

**Для бульонов из птицы используют кости.** Кости рубят на мелкие части, тушки птицы заливают холодной водой, доводят до кипения, а затем варят до готовности при слабом кипении 1-2 ч. В процессе варки снимают пену и жир. За 30-40 минут до готовности бульона в него добавляют, подпеченные морковь и репчатый лук. Готовый бульон процеживают.

### Требования к качеству:

Бульон прозрачный, без наличия жира, с выраженным запахом мяса, ароматный овощной, слабосоленый.

## 5.

## Мясные, рыбные блюда

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 26

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Сосиски (сардельки, колбасы) отварные**

Номер рецептуры: № 413

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2011 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Сосиски или сардельки	81,6	80	102	100
<b>ВЫХОД:</b>	<b>80</b>		<b>100</b>	

## Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг					Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Энерг. ценность , ккал	Ca	Mg	Fe	B <sub>1</sub>	P	C	A	E
80	5,23	6,48	11,5	139,21	12,44	10,00	0,93	0,07	143,00	0,99	0,00	0,00
100	6,54	8,11	12,4	174,02	15,55	10,00	1,41	0,09	159,00	1,24	0,00	0,00

**Технология приготовления:**

Искусственную оболочку с сосисок предварительно снимают, затем кладут в кипящую подсоленную воду, доводят до кипения и варят при слабом кипении 3-5 минут. При отпуске гарнируют и поливают соусом .

Гарниры – каши рассыпчатые, каши вязкие, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром, капуста тушеная.

**Требования к качеству:**

*Внешний вид:* свежепрогретые целые колбасные изделия

*Консистенция:* колбасные изделия упругие, плотные, сочные

*Цвет:* светло-розовый

*Вкус:* в меру соленый, мясной

*Запах:* колбасных изделий

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 27

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

Номер рецептуры: 462

Наименование сборника рецептов: : Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2011 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина	57	42	65	50
Лук репчатый	24	20	29	25
Рис	5	5	6	6
Мука пшеничная	3	3	4	4
Масло растительное	2	2	3	3
Томатная паста	4	4	5	5
Вода	12	12	15	15
<b>ВЫХОД:</b>	<b>80</b>		<b>100</b>	

### Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Энерг. ценность , ккал	Ca	Mg	Fe	P	B <sub>1</sub>	C	A	E
80 г.	8,8	13,0 6	9,66	191,33	12,6	15,03	0,41	189	0,02	0,36	0,09	1,53
100 г.	10,4 2	15,2 3	12,0 8	201,6	13,4	17,02	0,62	225	0,07	0,45	0,1	1,78

### *Технология приготовления:*

В мясной фарш без хлеба добавляют соль, мелко нарезанный пассерованный лук, рассыпчатый рис, перемешивают и разделяют тефтели в виде шариков по 2-3 шт. на порцию. Тефтели панируют в муке, обжаривают, перекладывают в неглубокую посуду в 1-2 ряда, запекают 6-8 минут до полуготовности, добавляют томатную пасту, воду (10-20 г. на порцию) и тушат 8-10 минут.

Отпускают с соусом, в котором тушились тефтели.

### *Требования к качеству:*

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

*Консистенция:* сочная, в меру плотная

*Цвет:* тефтелей - светло-коричневый, соуса – светло-коричневый

*Вкус:* в меру соленый, свойственный тушеному в соусе мясу

*Запах:* свойственный входящим в рецептуру продуктам

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 28

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

Номер рецептуры: 492

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2011 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Курица	107	73	119	85
Масло растительное	8	8	10	10
Морковь	10	8	13	10
Лук репчатый	9	8	12	10
Томатная паста	5	5	6	6
Крупа рисовая	35	35	48	48
<b>ВЫХОД:</b>	<b>150</b>		<b>200</b>	

### Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Энерг. ценность , ккал	Ca	Mg	Fe	P	B <sub>1</sub>	C	A	E
150	14,5	13,86	25,09	285	71,2	43,2	1,24	64,7	0,18	0,28	0,08	1,69
200	17,8	18,48	33,46	380	80,9	56,8	1,82	69,3	0,2	0,52	0,1	2,34

### *Технология приготовления:*

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

### *Требования к качеству:*

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

*Консистенция:* мягкая

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

*Вкус:* в меру соленый, свойственный тушеному в соусе мясу

*Запах:* свойственный входящим в рецептуру продуктам

## 6. Гарниры, каши рассыпчатые

### Технологическая карта кулинарного блюда № 29

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Рис отварной**

Номер рецептуры: № 511

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2011 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Рис	53	53	71	71
Масло сливочное	8	8	10	10
Вода	112	112	150	150
<b>ВЫХОД:</b>	<b>150</b>		<b>200</b>	

### Химический состав данного блюда

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг			Р	Витамины, мг			
	Белки г	Жиры, г	Угле - воды, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Mg	Fe		В <sub>1</sub>	С	А	Е
150	2,38	5,26	1,24	162,3	5,13	24,7	0,33	15 0	0,0 1	0,0 0	0,0 2	0,8 9
200	4,76	7,85	2,35	224,6	6,84	36,04	0,66	30 0	0,0 3	0,0 0	0,0 5	1,1 6

### Технологический процесс:

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

### Органолептические показатели качества:

Внешний вид — рис не разварен, консистенция не слипшаяся.

Цвет — характерный для рецептурных компонентов.

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

## Технологическая карта кулинарного блюда № 30

Наименование кулинарного изделия (блюда): Макароны отварные

Номер рецептуры: № 332

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2011 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Макаронные изделия	54	54	72	72
Масло сливочное	5	5	6	6
<b>ВЫХОД:</b>	<b>150</b>		<b>200</b>	

### Химический состав данного блюда

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белк и г	Жиры, г	Угле-воды, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Mg	Fe	P	В <sub>1</sub>	С	А	Е
150	5,35	0,55	25,6	157,40	5,00	13,8 0	0,8 1	11 6	0,0 5	0,0 0	0,0 2	0,6 3
200	7,14	0,74	25,6	209,90	12,0 0	27,4 7	1,4 1	18 9	0,0 7	0,0 0	0,0 4	1,3 2

### Технологический процесс

Макаронные изделия закладывают в кипящую подсоленную воду и варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 50 г соли). Макароны варят 20-30 минут; лапшу 20-25 минут, вермишель 10-12 минут. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывая воду, в результате чего масса увеличивается в 3 раза.

Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с 1/3 -1/2 частью растопленного сливочного масла, чтобы они не склеивались и не образовывали комков, остальной частью растопленного сливочного масла заправляют непосредственно перед отпуском.

### Требования к качеству

Внешний вид — вермишель не разварена, консистенция не слипшаяся.

Цвет — характерный для рецептурных компонентов.

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

## Технологическая карта кулинарного блюда № 31

Наименование изделия: Каша рассыпчатая гречневая

Номер рецептуры: \_таблица № 4 (стр.246-247)

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапшиной.- М.: «Хлебпродинформ», 2011 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Гречка	71	71	95	95
Масло сливочное	6	6	8	8
Вода	105	105	140	140
<b>ВЫХОД:</b>	150		200	

Химический состав данного блюда

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белк и г	Жиры, г	Угле- воды , г	Энерг. ценность , ккал	Ca	Mg	Fe	P	B1	C	A	E
150	3,23	5,22	34,74	223,2	21, 2	14, 2	0,8 6	148, 5	0,1 8	1,2	0,0 1	0,5 4
200	4,41	6,96	46,32	245,1	22, 5	16, 6	1,0 2	198	0,2 4	1,8 7	0,0 4	0,8 2

### ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

В пищеварочный котёл наливают по норме воду (на 1 кг крупы – 1,7 л воды), доводят до кипения, добавляют соль, всыпают подготовленную крупу, снимая с поверхности шумовкой пустотелые зёрна, и варят, периодически помешивая до тех пор, пока крупа не впитает всю воду. Затем заправляют кашу маслом, выравнивают поверхность, закрывают крышкой и распаривают кашу до готовности при слабом нагреве. Готовую кашу разрыхляют, подают в горячем виде со сливочным маслом. Используется в качестве гарнира.

### ТРЕБОВАНИЯ К КАЧЕСТВУ:

В готовой рассыпчатой каше зёрна должны быть полностью набухшими, хорошо проваренными, в основном сохранившими свою форму и легко отделяющимися друг от друга. Вкус и цвет соответствует виду крупы.

Не допускается запах и вкус подгоревшей каши.

## 7. Свежие плоды

### Технологическая карта кулинарного блюда № 32

**Наименование изделия:** Плоды свежие

**Номер рецептуры** 368

**Наименование сборника рецептур:** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна.

– М.: ДеЛипринт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Яблоки,	114	100
апельсины	149	100
Выход	-	100

Химический состав данного блюда на 100 г. (яблоко)

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	Fe	P	B <sub>1</sub>	C	A	E
100	0,4	0,4	10,3	44	16	9	0,3	11	0,03	10	0,00	0,00

Химический состав данного блюда на 100 г. (апельсин)

Выход г.	Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	Fe	P	B <sub>1</sub>	C	A
100	0,9	0,2	8,1	38,76	34	13	0,3	35	0,04	25	0,00

#### *Технология приготовления*

Яблоки или груши свежие с удаленным семенным гнездом, нарезают, и подают на десертной тарелке или вазочке.

Выход порции может быть изменен.

#### **Требования к качеству**

*Внешний вид:* целые плоды или ягоды, уложенные на десертную тарелку или вазочку

*Консистенция:* соответствует виду плодов или ягод

*Цвет:* соответствует виду плодов или ягод

*Вкус:* соответствует виду плодов или ягод

*Запах:* соответствует виду плодов или ягод