Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий

для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации

ООО «Уральский региональный центр питания»
ГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е.А.Вагнера»

СБОРНИК ТЕХНОЛОГИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ, РЕЦЕПТУР БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ

для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации

5-е издание, переработанное и дополненное

Пермь 2013

Составители: профессор Перевалов А.Я., доцент Коровка Л.С., доцент Тапешкина Н.В., Гришина А.С., Кашина Е.В.
Под общей редакцией профессора А.Я. Перевалова

УДК 613.22
ББК 51.23
С 23

Сборник технологических нормативов рецептур блюд и кулинарных изделий предназначен как нормативный и справочный технический документ для организации питания в общеобразовательных школах, школах-интернатах, учреждениях профессионального образования, детских домах, специализированных учреждениях для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, детских оздоровительных учреждениях. Сборник полезен при проведении надзорных и экспертных мероприятий специалистами Роспотребнадзора и врачами ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии», аспирантам, студентам и преподавателям ВУЗов.

Все права авторов защищены.

База данных химического состава блюд и кулинарных изделий является собственностью ООО «Уральский региональный центр питания» (Свидетельство о государственной регистрации базы данных № 2012620210 от 17 февраля 2012 года) и не может быть использована без письменного разрешения правообладателя.

Издание 5-е с дополнениями, 2013 г.
© Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Содержание

1. Введение к технологическим картам 6
2. Ассортимент основных продуктов питания, рекомендуемых для использования в питании детей и подростков в организованных коллективах (детские сады, образовательные учреждения общего и коррекционного типа, детские дома и школы-интернаты, учреждения начального и среднего профессионального образования 8
2.1. Ассортимент смесей растительного сырья для приготовления фиточаев, разрешенных для использования в питании детей 10
2.2. Перечень продуктов и блюд, которые не допускаются для реализации в организациях общественного питания образовательных учреждений 11
2.3. Перечень пищевых продуктов, не рекомендуемых для реализации в школьных буфетах. 12
3. Холодные блюда 13
3.1. Салаты и винегреты 13
3.2. Бутерброды 57
Таблица 1. Расчет расхода сырья и выхода гастрономических изделий 58
3.3. Гастрономические товары (порциями) 68
4. Первые блюда 79
4.1. Горячие супы 79
Бульоны 79
4.2. Заправочные супы 85
Борщи 85
Рассольники 92
Солянки 94
Щи 97
Супы картофельные с овощами, крупой, бобовыми и макаронными изделиями 100
Супы с макаронными изделиями, домашней лапшой, крупой и бобовыми 111
Супы-пюре 113
Супы молочные 116
4.3. Гарниры к супам 119
5. Блюда из овощей 122
Таблица 2. Расчет расхода сырья и выхода полуфабрикатов и готовых изделий для овощей и фруктов 122
5.1. Отварные овощи 123
5.2. Овощи припущенные и тушеные 133
5.3. Овощи запеченные 140
6. Блюда из круп 165
6.1. Каши 165
Таблица 3. Количество крупы, жидкости, соли, расходуемое на приготовление каши 165
Каши рассыпчатые 166
Каши вязкие 172
Каши жидкие 179
6.2. Изделия из каш 185
Пловы 185
Крупеники, запеканки и пудинги 187
Котлеты и биточки 198
7. Блюда из макаронных изделий 201
8. Блюда из яиц 207
Таблица 4. Перерасчет блюд и яиц различной массы 207
9. Блюда из творога 215
10. Блюда из рыбы 228
Таблица 5. Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из рыб с костным скелетом 229

11. Блюда из мяса и мясопродуктов 252
Таблица 6. Расчет расхода мяса, выхода полуфабрикатов и готовых изделий 254
Таблица 7. Расчет расхода субпродуктов, колбасных изделий и копченостей, выхода полуфабрикатов и готовых изделий 255
12. Блюда из птицы 293
Таблица 8. Нормы выхода тушки, отходов и пищевых обработанных субпродуктов при холодной обработке сельскохозяйственной птицы (в % к птице массой брутто) 293
Таблица 9. Расчет расхода мяса, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из сельскохозяйственной птицы 294
13. Гарниры 303
13.1. Гарниры из круп 303
13.2. Гарниры из бобовых 305
13.3. Гарниры из овощей 308
14. Соусы 315
14.1. Соусы горячие 315
Соусы молочные 315
Соусы белые на мясном и рыбном бульоне 323
Соусы мясные красные 328
Соусы яично-масляные 329
Смеси масляные 331
14.2. Соусы холодные 333
14.3. Соусы сладкие и сиропы 335
15. Сладкие блюда 342
16. Напитки 347
16.1. Чай, кофе, какао 347
16.2. Кисели 353
16.3. Компоты 356
16.4. Молоко и кисломолочные продукты 361
16.5. Плодово-ягодные прохладительные напитки 363
17. Мучные изделия 366
17.1. Мучные блюда 367
17.2. Мучные кулинарные изделия 376
18. Фарши 416
19. Витаминизированные блюда и напитки 429
20. Приложения 453
Приложение I. Рекомендуемые среднесуточные наборы пищевых продуктов, в том числе, используемые для приготовления блюд и напитков, для обучающихся общеобразовательных учреждений (Извлечение СанПиН 2.4.5.2409 -08). 453
Приложение II. Рекомендуемые наборы пищевых продуктов для обучающихся образовательных учреждений начального и среднего профессионального образования при 2-х и 4-х разовом питании (Извлечение СанПиН 2.4.5.2409 -08). 454
Приложение III. Рекомендуемый ассортимент пищевых продуктов для организации дополнительного питания обучающихся (Извлечение из СанПиН 2.4.5.2409-08). 455
Приложение IV. Нормы питания воспитанников детских домов и школ-интернатов для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей , в т.ч. для учащихся ПТУ из числа детей-сирот и детей.(Извлечение из постановления правительства РФ от 7.11. 2005 г. № 659) 456
Приложение V. Рекомендуемые среднесуточные наборы пищевых продуктов, в том числе, используемые для приготовления блюд и напитков для детей в загородных оздоровительных учреждениях (Извлечение из СанПиН 2.4.4.3155-13) 457
Приложение VI. Рекомендуемые среднесуточные наборы пищевых продуктов, в том числе, используемые для приготовления блюд и напитков, для детей и подростков оздоровительных учреждений (Извлечение из СанПиН 2.4.4.2599-10). 458

Приложение VII. Рекомендуемые среднесуточные наборы продуктов (нормы питания) для питания детей и подростков, больных и инфицированных туберкулезом в противотуберкулезных стационарах, санаториях и амбулаторных условиях (Извлечение из письма Минздравсоцразвития РФ от 10.05.2007 №15-3/839-09, табл. 1) 459
Приложение VIII. Распределение калорийности рациона питания у детей организованных коллективов при различных режимах. 460
Приложение IX. Рекомендуемые объемы порций для детей разного возраста для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации (социальные приюты, социально-реабилитационные центры для несовершеннолетних, центры помощи детям) (Извлечение из СанПиН 2.4.1201-03). 461
Приложение X. Рекомендуемые объемы порций для детей разного возраста в детских домах и школах-интернатах для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей (Извлечение из СП 2.4.990-00). 461
Приложение XI. Рекомендуемые объемы порций для обучающихся различного возраста (Приложение 3 к СанПиН 2.4.5.2409-08). 461
Приложение XII. Рекомендуемые объемы блюд для детей в загородных оздоровительных учреждениях различных возрастных групп (г, мг) (Извлечение из СанПиН 2.4.4.3155-13) 462
Приложение XIII. Рекомендуемые объемы порций для детей в оздоровительных учреждениях с дневным пребыванием детей в период каникул (Извлечение из СанПиН 2.4.4.2599-10). 462
Приложение XIV. Замена продуктов с учетом их пищевой ценности 463
Приложение XV. Таблица замены продуктов по белкам и углеводам. (Извлечение из СанПиН 2.4.5.2409-08, СанПиН 2.4.4.2599-10). 465
Приложение XVI. Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд. 466
Приложение XVII. Гигиенические требования к срокам годности и условиям хранения пищевых продуктов (извлечение из СанПиН 2.3.2. 1324-03). 467
Приложение XVIII. Требования к проведению органолептической оценки готовой пищи (по ГОСТ Р 53104-2008). 474
Приложение XIX. Формы учетной документации пищеблока СанПиН 2.4.5.2409-08. 477
Приложение XX. Номера технологических карт блюд и кулинарных изделий. 480
21. Список литературы 492

1. Введение к технологическим картам

Настоящий сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий предназначен для:

- юридических лиц и индивидуальных предпринимателей, осуществляющих организацию питания детей школьного возраста;
- юридических лиц и индивидуальных предпринимателей, поставляющих (реализующих) пищевые продукты и продовольственное сырье в образовательные организации и иные учреждения питания детей и подростков;
- должностных лиц, специалистов Роспотребнадзора, экспертов, врачей ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии», врачей-педиатров, врачей-диетологов, технологов общественного питания и других специалистов, участвующих в организации питания детей и подростков.

В соответствии с Законом «О техническом регулировании» (№ 184-ФЗ от 27.12.2002) Сборники рецептур блюд и кулинарных изделий являются документами добровольного применения. Изложенные в рецептурах сборника правила приготовления блюд и изделий в соответствии с требованиями ГОСТ Р 50763–2007 «Кулинарная продукция, реализуемая населению», а также иные ссылки на ГОСТ Р и СанПиН являются **обязательными для исполнения.**

Рекомендательный подход допускается в применении указанных в сборнике расчетов выхода полуфабрикатов и готовых изделий, а также норм отпуска порций блюд (изделий), в том числе соусов и гарниров.

Технологические карты составлены на основании следующей нормативной и технологической документации:

- ГОСТ 50763–2007 «Общественное питание. Кулинарная продукция, реализуемая населению»;
- СанПиН 2.3.6.1079–01 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям общественного питания, изготовлению и оборотоспособности в них пищевых продуктов и продовольственного сырья»;
- СанПиН 2.3.2.1324–03 «Гигиенические требования к срокам годности и условиям хранения пищевых продуктов»;
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. М., 1982 г.;
- Сборник рецептур мучных, кондитерских и булочных изделий для предприятий общественного питания. М., 1986 г.;
- Сборник рецептур блюд диетического питания для предприятий общественного питания. М.,1988 г.;
- Сборники технологических нормативов. Сборники рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. Часть I и II. М., 1996–97 гг.;
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников. М., 2007 г.

Рецептуры блюд рассчитаны на стандартное сырье и составлены с учетом норм отходов и потерь при холодной и тепловой обработке в соответствии с расчетными таблицами. (Сборники технологических нормативов. Сборники рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. Часть I и II. М., 1996–97 гг.).

В сборник включены нормативные материалы, позволяющие определить расход сырья, выход полуфабрикатов и готовых блюд, размеры потерь при тепловой обработке, продолжительность тепловой обработки некоторых продуктов, условия хранения и сроки реализации наиболее часто используемых продуктов.

При необходимости включения в рационы питания блюд, на которые нет в данном сборнике технологической карты, следует разработать **технико-технологическую карту** на новое блюдо в соответствии с «Временным порядком разработки и утверждения технико-технологических карт на блюда и кулинарные изделия».

Временный порядок разработки и утверждения технико-технологических карт на блюда и кулинарные изделия*

Технико-технологические карты (ТТК) разрабатываются на новые и фирменные блюда и кулинарные изделия, вырабатываемые и реализуемые только на данном предприятии. Утверждаются технико-технологические карты руководителем или заместителем предприятия общественного питания. Срок действия технико-технологических карт определяется предприятием. Технология приготовления блюд и кулинарных изделий, содержащаяся в технико-технологических картах, должна

обеспечивать соблюдение показателей и требований безопасности, установленной действующими нормативными актами.

Технико-технологическая карта включает в себя:

- наименование блюда (изделия). Область применения;
- перечень сырья, применяемого для изготовления блюда (изделия);
- требования к качеству сырья;
- нормы закладки сырья массой брутто и нетто, нормы выхода полуфабриката и готового изделия;
- описание технологического процесса приготовления;
- требования к оформлению, подаче, реализации и хранению;
- показатели качества и безопасности;
- показатели пищевого состава и энергетической ценности.

В разделе «Наименование блюда (изделия). Область применения» указывается точное название блюда (изделия), которое не подлежит изменению без утверждения. В этом же разделе конкретизируется перечень предприятий (филиалов), подведомственных предприятий, которым дано право производства и реализации данного блюда (изделия).

В разделе «Перечень сырья…» указываются все виды пищевых продуктов, необходимых для приготовления данного блюда (изделия).

В разделе «Требования к качеству сырья» в обязательном порядке делается запись о том, что продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для изготовления данного блюда (изделия), должны соответствовать требованиям нормативных документов (ГОСТы, ОСТы, ТУ) и иметь сертификат соответствия или декларацию о соответствии.

В разделе «Нормы закладки сырья…» указываются нормы закладки продуктов брутто и нетто на 1, 10 и более порций, выход полуфабрикатов и готовой продукции.

В разделе «Технологический процесс» содержится подробное описание технологического процесса приготовления блюда (изделия), при этом особо выделяются режимы холодной и тепловой обработки, обеспечивающие безопасность блюда (изделия), а также применение пищевых добавок, красителей и др.

В разделе «Требования к оформлению, подаче, реализации и хранению» должны быть отражены особенности оформления и правила подачи блюда (изделия), требования и порядок реализации кулинарной продукции, условия, сроки реализации и хранения, а при необходимости и условия транспортирования в соответствие с ГОСТ Р 50763–2007 «Общественное питание. Кулинарная продукция, реализуемая населению. Общие технические условия», Санитарными правилами для предприятий общественного питания и Условиями и сроками хранения особо скоропортящихся продуктов.

В разделе «Показатели качества и безопасности» указываются органолептические показатели блюда (изделия): вкус, цвет, запах, консистенция, а также физико-химические и микробиологические показатели, влияющие на безопасность блюда (изделия), в соответствии с приложениями к ГОСТ Р 50763–2007 «Общественное питание. Кулинарная продукция, реализуемая населению. Общие технические условия».

В разделе «Пищевая и энергетическая ценность» указываются данные о пищевой и энергетической ценности блюда (изделия), которые определяются при организации питания определенных контингентов потребителей (организация диетического, лечебно-профилактического, детского и др. питания).

Каждая технико-технологическая карта имеет порядковый номер, хранится в картотеке предприятия. Подписывает технико-технологическую карту ответственный разработчик.

Примечание. Технологические карты рецептур блюд составлены на средние объемы порций. При необходимости изменения выхода блюд производят пересчет закладываемых продуктов в весе брутто и нетто по рассчитанному коэффициенту.

Пример: технологическая карта составлена на выход 100 г. Требуемый выход – 250 г.

$$\textit{Коэффициент пересчета} = \frac{250\ г}{100\ г} = 2{,}5$$

Следовательно, каждую величину закладки продукта в весе брутто и нетто в технологической карте на выход в 100 г необходимо умножить на 2,5.

*(Утвержден заместителем министра внешних экономических связей и торговли Российской Федерации Н.А. Лупей 06.06.97.)

2. Ассортимент основных продуктов питания, рекомендуемых для использования в питании детей и подростков в организованных коллективах (детские сады, образовательные учреждения общего и коррекционного типа, детские дома и школы-интернаты, учреждения начального и среднего профессионального образования)

(Разработано Институтом питания РАМН, зам. директора академик РАМН, профессор Тутельян В.А., руководитель лаборатории, профессор Конь И.Я. М.,1999)

В связи с многочисленными запросами из региональных органов санитарного надзора, касающихся разрешения на использование различных продуктов питания в детских садах, школах и других образовательных учреждениях, Институтом питания РАМН разработан **рекомендуемый ассортимент продуктов питания.**

Предлагаемый перечень не является исчерпывающим и включает лишь основные продукты питания. По мере изменения ассортимента продуктов, присутствующих на рынке, он может также изменяться.

Все продукты, используемые в конкретных детских учреждениях, должны пройти гигиеническую экспертизу в установленном порядке и иметь соответствующие разрешительные документы (ТУ, гигиенический сертификат или гигиеническое заключение).

Мясо и мясопродукты:
- говядина I и II категории (в т.ч. в виде блоков);
- телятина;
- свинина мясная (не чаще 1-2 раз в неделю);
- баранина нежирная (не чаще 1-2 раз в неделю);
- мясо птицы (курица, индейка, в т.ч. в виде окорочков)*;
- мясо кролика;
- сосиски и сардельки (говяжьи); использование сосисок из свинины возможно лишь в питании школьников (при отсутствии говяжьих), не чаще, чем 1-2 раза в неделю;
- колбасы вареные (докторская, отдельная и др.) не чаще 1-2 раз в неделю; в дошкольных учреждениях после тепловой обработки;
- колбасы варено-копченые (не чаще 1 раза в неделю);
- ветчина из говядины, индейки, кур, нежирных сортов свинины (не чаще 1-2 раз в неделю);
- бульоны мясокостные;
- субпродукты (печень говяжья, сердце, язык).

Рыба и рыбопродукты:
- треска, хек, минтай, ледяная рыба, судак, сельдь (соленая) и др.

Яйца куриные:
- в виде омлетов с толщиной слоя не более 2,5-3 см;
- в вареном виде после отваривания в течение 10 мин.

Молоко и молочные продукты:
- молоко (2,5%, 3,2%, 3,5% жирности), пастеризованное, стерилизованное, сухое;
- сгущенное молоко (цельное и с сахаром), сгущенно-вареное молоко;
- творог (9% и 18% жирности; 0,5% жирности – при отсутствии творога более высокой жирности) – после термической обработки;
- сыр неострых сортов (твердый, мягкий, плавленный, колбасный без специй);
- сметана (10%, 15%, 30% жирности) – после термической обработки;
- кефир;

* Жир, удаляемый из высокожировых окорочков при их холодной обработке, включается в % отхода, который должен быть увеличен при этом на 5% и составлять в итоге 40%; основанием для этого должен служить акт, составленный в конкретном детском учреждении при участии зав.производством, дист.сестры, представителя администрации.

- йогурты (предпочтительнее: не подвергшиеся термической обработке – "живые", молочные и сливочные);
- ряженка, варенец, бифидок и другие кисломолочные продукты промышленного выпуска;
- сливки (10%, 20%, 30% жирности).

Пищевые жиры:
- сливочное масло (в т.ч. крестьянское);
- растительное масло (подсолнечное, кукурузное, соевое – только рафинированные; рапсовое, оливковое) – в салаты, винегреты, сельдь, вторые блюда; ограниченно для обжаривания в смеси с маргарином;
- маргарин – для выпечки; ограниченно для обжаривания (высшие сорта);
- комбинированные виды жиров, включающие смесь молочного жира и растительных масел ("Лапландия", бутербродное "масло" и др.) – в порядке исключения в ограниченных количествах для пассеровки и заправки первых и вторых блюд.

Кондитерские изделия:
- конфеты (предпочтительнее: зефир, пастила, мармелад), карамель, шоколадные – с 5 лет и старше, не чаще 1-2 раз в неделю;
- галеты, печенье, крекеры, вафли, кексы (предпочтительнее с минимальным количеством пищевых добавок и ароматизаторов);
- пирожные, торты (песочные и бисквитные, без крема);
- джемы, варенья, повидло, мед – промышленного выпуска.

Овощи:
- картофель, капуста белокочанная, капуста цветная, морковь, свекла, огурцы, томаты, кабачки, патиссоны, лук, чеснок (ограниченно, особенно детям дошкольного и младшего школьного возраста), петрушка, укроп, сельдерей, томатная паста, томат-пюре.

Фрукты:
- яблоки, груши, бананы, ягоды (клубника – с учетом индивидуальной переносимости);
- цитрусовые (апельсины, мандарины, лимоны – с учетом индивидуальной переносимости);
- сухофрукты.

Бобовые:
- горох, фасоль, соя (концентраты, в т.ч. текстурированные и изоляты соевого белка – в виде добавок к традиционным блюдам и в виде самостоятельных блюд при строгом соблюдении рекомендуемой технологии их приготовления);
- соевое молоко и тофу*.

Соки и напитки:
- натуральные отечественные и импортные соки и нектары промышленного выпуска (осветленные и с мякотью) предпочтительно в мелкоштучной упаковке;
- напитки промышленного выпуска на основе натуральных фруктов;
- витаминизированные напитки промышленного выпуска ("Золотой шар", "Cedevit" и др.), без консервантов и искусственных пищевых добавок;
- кофе (суррогатный), какао, чай.

Консервы:
- говядина тушеная (в виде исключения, при отсутствии мяса);
- консервы обеденные (типа "Суп рассольник с говядиной", "Борщ с говядиной", "Каша гречневая с говядиной"; в виде исключения, при отсутствии натуральных продуктов);

* Для разрешения коммерческим структурам установку "соевой коровы" в детских дошкольных и школьных учреждениях необходимо согласование с органами государственной санэпидслужбы.

- лосось, сайра (для приготовления супов);
- компоты, фрукты дольками, кабачковая и баклажанная икра;
- зеленый горошек (в дошкольных учреждениях после обработки кипятком);
- томаты и огурцы стерилизованные.

Хлеб, крупы, макаронные изделия:
- все виды без ограничения.

Не рекомендуются в организованном детском питании:
- мясо утки и гуся;
- кулинарные жиры;
- газированные напитки;
- напитки на основе синтетических ароматизаторов (типа "Зукко" и т.п.);
- закусочные консервы; маринованные овощи и фрукты (огурцы, томаты, сливы, яблоки);
- майонез, горчица, хрен.

Дополнительно при наличии финансовых возможностей в питании детей могут использоваться:
- икра осетровая и лососевая зернистая (не чаще 1 раза в 2 недели);
- рыба соленая (предпочтительнее горбуша, кета); не чаще 1 раза в 2 недели;
- тропические фрукты (манго, киви, гуава и др.) – с учетом индивидуальной переносимости.

*2.1. Ассортимент смесей растительного сырья для приготовления фиточаев, разрешенных для использования в питании детей**

(Извлечение из СанПиН 2.3.2.1940–05 «Продовольственное сырье и пищевые продукты. Организация детского питания»)

1. Цветки гибискуса (каркаде)
2. Плоды шиповника, цветки гибискуса
3. Цветки липы
4. Листья черники, листья брусники, цветки гибискуса
5. Листья черники, цветки топинамбура
6. Плоды шиповника, цветки гибискуса, листья черной смородины, плоды земляники, листья земляники
7. Плоды шиповника, плоды яблони, цветки гибискуса, плоды аниса, корка померанца (лимона)
8. Плоды шиповника, плоды рябины, плоды аронии, листья крапивы

Примерный перечень витаминных напитков, настоев, паст, рекомендуемый к использованию в организованном питании детей**

Напиток из плодов шиповника

Целые сушеные плоды шиповника промывают холодной водой, для лучшей экстракции дробят, заливают кипятком и кипятят 3-5 минут при слабом кипении. Затем снимают с огня и оставляют в теплом месте для настаивания на 5-10 часов, после чего настой процеживают.

При процеживании плоды нужно тщательно отжать, чтобы в настой перешла мякоть. Такой настой сохраняет более 90 процентов витамина С, витамин Р, витамины группы В и каротин.

Напиток из отрубей и лимона.

Для приготовления 1 литра напитка 200 граммов отрубей заливают 1 литром кипятка и варят, помешивая, при медленном кипении около 1 часа. В конце кипения добавляют лимонную цедру, отстаивают, охлаждают, процеживают, добавляют 80 граммов сахара и сок одного лимона. Сок лимона можно заменять фруктово-ягодным соком, а сахар - медом.

Настой из чернослива или кураги.

100 граммов плодов заливают 1 литром кипятка, оставляют на ночь в закрытой посуде. Утром настой сливают, добавляют в него 120-150 граммов сахара и пьют как напиток.

Размягченные плоды чернослива употребляют в пищу целиком или в виде пюре.

Паста из черной смородины.

1 килограмм ягод черной смородины перебрать, хорошо промыть горячей (65-70 °С) водой. Добавить 2 килограмма сахарного песку, ягоды тщательно растереть пестиком (желательно деревянным) и перемешать с сахаром.

В таком виде паста хорошо сохраняется в стерилизованной стеклянной посуде, плотно закрытой крышкой.

Подается к блюдам как варенье или сок, для чего в последнем случае разводится водой до образования сока.

Клюквенный морс

1 стакан клюквы, 0,5 сахарного песку, 1 л воды. Отобранную и промытую клюкву кипятить в воде 10 минут, процедить отвар, добавить в него сахарный песок, довести до кипения и охладить. Можно приготовить морс другим способом. Бланшированную клюкву размять, кипятить в воде 5-10 минут, отвар процедить, добавить в него сахарный песок, снова довести до кипения, охладить.

2.2. Перечень продуктов и блюд, которые не допускаются для реализации в организациях общественного питания образовательных учреждений

(Извлечение из СанПиН 2.4.5.2409-08)

1. Пищевые продукты с истекшими сроками годности и признаками недоброкачественности.
2. Остатки пищи от предыдущего приема и пища, приготовленная накануне.
3. Плодоовощная продукция с признаками порчи.
4. Мясо, субпродукты всех видов сельскохозяйственных животных, рыба, сельскохозяйственная птица, не прошедшие ветеринарный контроль.
5. Субпродукты, кроме печени, языка, сердца.
6. Непотрошеная птица.
7. Мясо диких животных.
8. Яйца и мясо водоплавающих птиц.
9. Яйца с загрязненной скорлупой, с насечкой, "тек", "бой", а также яйца из хозяйств, неблагополучных по сальмонеллезам.
10. Консервы с нарушением герметичности банок, бомбажные, "хлопуши", банки с ржавчиной, деформированные, без этикеток.
11. Крупа, мука, сухофрукты и другие продукты, загрязненные различными примесями или зараженные амбарными вредителями.
12. Любые пищевые продукты домашнего (не промышленного) изготовления.
13. Кремовые кондитерские изделия (пирожные и торты).
14. Зельцы, изделия из мясной обрези, диафрагмы; рулеты из мякоти голов, кровяные и ливерные колбасы.
15. Творог из непастеризованного молока, фляжный творог, фляжную сметану без термической обработки.
16. Простокваша -"самоквас".
17. Грибы и продукты (кулинарные изделия) из них приготовленные.
18. Квас.

* Масса чая на 1 порцию (фильтр-пакета) 0,7-2,0 г, в том числе с добавлением чая черного байхового в количестве не более 0,5-0,7 г на порцию.

** Использованы материалы документа: 1) «Рекомендации о принципах организации диетического питания по месту работы, учебы и жительства населения в системе общественного питания» (Утв. Минторгом СССР от 17.12.79 N 0150-75; Минздравом СССР от 24.01.80 N 06-5/8-5).

19. Молоко и молочные продукты из хозяйств, неблагополучных по заболеваемости сельскохозяйственных животных, а также не прошедшие первичную обработку и пастеризацию.
20. Сырокопченые мясные гастрономические изделия и колбасы.
21. Блюда, изготовленные из мяса, птицы, рыбы, не прошедших тепловую обработку.
22. Жареные во фритюре пищевые продукты и изделия;
23. Пищевые продукты, не предусмотренные прил. № 9
24. Уксус, горчица, хрен, перец острый (красный, черный) и другие острые (жгучие) приправы.
25. Острые соусы, кетчупы, майонез, закусочные консервы, маринованные овощи и фрукты.
26. Кофе натуральный; тонизирующие, в том числе энергетические напитки, алкоголь.
27. Кулинарные жиры, свиное или баранье сало, маргарин и другие гидрогенизированные жиры.
28. Ядро абрикосовой косточки, арахис.
29. Газированные напитки.
30. Молочные продукты и мороженое на основе растительных жиров.
31. Жевательная резинка.
32. Кумыс и другие кисломолочные продукты с содержанием этанола (более 0,5%).
33. Карамель, в том числе леденцовая.
34. Закусочные консервы.
35. Заливные блюда (мясные и рыбные), студни, форшмак из сельди.
36. Холодные напитки и морсы (без термической обработки) из плодово-ягодного сырья.
37. Окрошки и холодные супы.
38. Макароны по-флотски (с мясным фаршем), макароны с рубленым яйцом.
39. Яичница-глазунья.
40. Паштеты и блинчики с мясом и с творогом.
41. Первые и вторые блюда из/на основе сухих пищевых концентратов быстрого приготовления.

2.3. Перечень пищевых продуктов, не рекомендуемых для реализации в школьных буфетах

1. Чипсы.
2. Гамбургеры, чизбургеры.
3. Сосательные и жевательные конфеты с высоким содержанием сахара.
4. Сильногазированные напитки.
5. Мучные жареные кулинарные изделия.
6. Кумыс и другие кисломолочные продукты с содержанием этанола (более 0,5%).
7. Безалкогольные тонизирующие напитки.
8. Натуральный кофе.

3. Холодные блюда

В этот раздел включены бутерброды, салаты, винегреты и другие блюда и кулинарные изделия, которые принято употреблять в холодном виде.

Для их приготовления широко используются свежие, квашеные, соленые овощи, плоды и ягоды, яйца, мясо, рыба и всевозможные гастрономические товары: масло, сыр, рыбные и колбасные изделия и др.

В качестве заправок к холодным блюдам применяют сметану, растительное масло, маринады, заправки из растительного масла.

Приведенные в рецептурах нормы расхода овощей, плодов и зелени на салаты, винегреты и гарниры к холодным блюдам могут быть увеличены или уменьшены (в пределах 10-15%), а также заменены другими аналогичными продуктами при условии сохранения выхода блюда.

Соусы, рекомендованные к блюдам, в отдельных случаях могут быть заменены другими, подходящими по вкусу.

Блюда могут отпускаться без гарнира и соуса, если это допускается по технологии.

В рецептурах холодных блюд предусмотрена следующая промышленная разделка рыбных гастрономических товаров:

- сельдь - соленая неразделанная средняя;
- семга - соленая потрошеная мелкая;
- лосось - соленый потрошеный (семужной резки).

Для некоторых продуктов, применяемых для приготовления бутербродов и других холодных блюд, установлены размеры производственных потерь (при порционировании), которые составляют по икре кетовой, паюсной, зернистой - 2 %, джему, повидлу - 1%.

Выходы блюд и закусок, приведенные на одну порцию, могут быть уменьшены в соответствии с требуемой калорийностью.

Для оформления блюд используются продукты, входящие в рецептуру блюда.

3.1. Салаты и винегреты

Салаты и винегреты готовят из различных овощей, зелени, в некоторые из них добавляют также мясные, рыбные продукты, птицу, в припущенном или консервированном виде.

Овощные салаты и винегреты используются не только как самостоятельные блюда, но и как гарниры к мясным и рыбным изделиям.

Обработка всех используемых продуктов должна производиться в строгом соответствии с установленными санитарными правилами. Картофель, овощи сортируют, моют. Картофель, свеклу, морковь для салатов и винегретов варят в кожице, а затем очищают.

Картофель и корнеплоды можно варить в воде и на пару. При варке в воде картофель и овощи погружают в кипяток; в этом случае лучше сохраняются витамины. Чтобы картофель не разваривался, его варят при слабом кипении до полуготовности, затем сливают почти всю воду и доваривают на пару при закрытой крышке.

На пару картофель и овощи варят в пароварочном шкафу. Для этого овощи в перфорированных емкостях (противнях) загружают в варочную камеру электрического пароварочного аппарата.

При наличии пароварочного оборудования для улучшения санитарного состояния и качества салатов, винегретов и других холодных блюд, картофель отваривают на пару очищенным.

При варке свеклы и моркови соль не добавляют. Свеклу можно варить в кожуре или запекать в жарочном шкафу, при условии тщательной предварительной механической очистки и промывании в проточной воде. Свеклу припускают с добавлением лимонной кислоты для сохранения окраски.

Морковь, очищают нарезают и припускают в небольшом количестве воды до готовности. Морковь, используемую для приготовления блюд в сыром виде, моют, очищают от кожицы, промывают и нарезают.

Перец сладкий перед использованием промывают, затем прорезают мякоть вокруг стебля и удаляют его вместе с семенами. Перец, предназначенный для салатов, ошпаривают и тонко нарезают.

Салат, лук зеленый, зелень петрушки, укроп и т.п. перебирают, удаляют посторонние примеси,

загнившие листья и промывают в большом количестве воды.

Репчатый лук очищают, срезая у луковицы донце и шейку, удаляют сухие листья, затем нарезают его кольцами, полукольцами или шинкуют.

Белокочанную и краснокочанную капусту после удаления верхних загрязненных и загнивших листьев моют, разрезают на две или четыре части, вырезают кочерыгу и измельчают. Квашеную капусту перебирают, крупные куски дополнительно измельчают. Если капуста очень кислая, ее промывают в холодной воде и отжимают.

Соцветия цветной капусты освобождают от листьев, зачищают поврежденные места и кладут в подсоленную воду на 15-20 мин. Большие соцветия цветной капусты делят на 2-4 части. Варят ее в кипящей подсоленной воде.

Свежие и соленые огурцы промывают, а огурцы с огрубевшей кожицей очищают. Для некоторых блюд соленые огурцы очищают от кожицы и семян. Подготовленные огурцы нарезают кружочками, ломтиками, кубиками и т. д.

Парниковые и ранние огурцы от кожицы не очищают, в этом случае соответственно уменьшают их закладку.

Помидоры свежие промывают, вырезают место прикрепления плодоножки и нарезают кружочками, ломтиками или подают целыми. Соленые помидоры промывают и нарезают на ломтики.

У редиса отрезают остатки ботвы и корни, промывают, нарезают ломтиками или подают целым.

При изготовлении салатов и винегретов необходимо соблюдать следующие основные правила:

- продукты, используемые для приготовления салатов и винегретов, должны быть предварительно охлаждены до температуры от +8 до +10 °С;

- овощные наборы для салатов и винегретов из вареных овощей можно подготавливать заранее (за 1-2 ч до отпуска) и хранить в охлаждаемом помещении, а салаты из свежих овощей готовить только непосредственно перед отпуском. Заправлять салаты и винегреты следует непосредственно перед отпуском, чтобы их вкус и внешний вид не ухудшались. Перемешивать продукты следует осторожно, чтобы они не мялись.

Салаты и винегреты укладывают горкой в порционную посуду. Температура подачи 14 °С.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 1

Наименование блюда: **Салат из капусты белокочанной**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста белокочанная свежая	156,1	125						
Масса капусты белокочанной стертой	-	78						
Морковь свежая	12,5	10						
Лук репчатый	11,6	10						
или лук зеленый	12	10						
Сахар-песок	3	3						
Кислота лимонная 2%-ная раствор	6	6						
Масло растительное	10	10						
ИТОГО: по репчатому луку			2,1	0,0	10,1	10,1	9,3	136

Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг			
B_1	B_2	C	A	B-кар	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	0,05	25,6	0,00	1,23	4,5	56	43	21	0,8

Выход: 100

Технология приготовления: Подготовленную капусту белокочанную свежую мелко шинкуют, добавляют к капусте соль поваренную йодированную и кислоту лимонную 2%-ную (для приготовления 100 мл 2%-ного раствора кислоты лимонной к 98 мл воды кипяченой охлажденной добавляют 2 г кислоты лимонной, раствор тщательно перемешивают), после этого капусту растирают, выделившийся сок отжимают. Морковь свежую натирают на терке или мелко шинкуют. Лук репчатый или зеленый мелко шинкуют.
Подготовленные овощи соединяют, добавляют сахар-песок, масло растительное и перемешивают.

Температура подачи: от 10 до 14 °С.

Срок реализации: не более двух часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Нарезка овощей аккуратная, сохранившаяся. Окраска овощей не изменилась. Аромат и вкус кисло-сладкий, свойственный входящим в салат продуктам, в меру соленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 2

Наименование блюда: **Салат витаминный**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста белокочанная	50	40						
Яблоки свежие	28	20						
Морковь	32	26						
Сахар	5	5						
Масло растительное	10	10						
Лимонная кислота	0,1	0,1						
Вода для разведения лимонной кислоты	5	5						
ИТОГО:			1,1	0,0	10,1	10,1	10,6	138

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	15,4	0,00	4,6	30	29	18	0,9

Выход: 100

Технология приготовления: Капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5×15 мм), кладут в эмалированную кастрюлю, добавляют соль и перетирают деревянным пестиком. Морковь чистят, моют, ошпаривают, натирают на терке тонкой соломкой. Яблоки моют, ошпаривают, очищают от кожицы, удаляют сердцевину, шинкуют соломкой (2×15 мм), сбрызгивают раствором лимонной кислоты, чтобы не потемнели.
Овощи и яблоки соединяют в эмалированной посуде, заправляют растительным маслом, сахаром, хорошо перемешивают и выносят на раздачу.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Нарезка овощей аккуратная, сохранившаяся. Окраска овощей и яблок не изменилась. Аромат и вкус кисло-сладкий, свойственный входящим в салат продуктам, в меру соленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 3

Наименование блюда: **Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				У	Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста белокочанная	71	57						
Яблоки свежие	29	20						
Морковь	25	20						
Масло растительное	10	10						
Лимонная кислота	0,1	0,1						
Вода для разведения лимонной кислоты	5	5						
ИТОГО:			1,4	0,0	10,1	10,1	6,0	120

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	21,3	0,00	4,6	38	31	19	0,9

Выход: 100

Технология приготовления: Капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5×15 мм), кладут в эмалированную кастрюлю, добавляют соль и перетирают деревянным пестиком. Морковь моют, чистят, ошпаривают, натирают на терке тонкой соломкой. Яблоки моют, ошпаривают, очищают от кожицы, удаляют сердцевину, шинкуют соломкой (2×15 мм), сбрызгивают раствором лимонной кислоты, чтобы не потемнели.
Овощи и яблоки соединяют в эмалированной посуде, заправляют растительным маслом, хорошо перемешивают и выносят на раздачу.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Нарезка овощей аккуратная, сохранившаяся. Окраска овощей и яблок не изменилась. Аромат и вкус кисло-сладкий, свойственный входящим в салат продуктам, в меру соленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 4

Наименование блюда: **Салат из белокочанной капусты с морковью**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				У	Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста белокочанная	106	84						
Морковь	13	10						
Масло растительное	10	10						
Сахар	5	5						
Лимонная кислота	0,1	0,1						
Вода для разведения лимонной кислоты	5	5						
ИТОГО:			1,6	0,0	10,1	10,1	9,6	136

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	27,8	0,00	4,5	44	32	17	0,6

Выход: 100

Технология приготовления: Капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5×15 мм), морковь натирают или шинкуют тонкой соломкой (2×15 мм), кладут в эмалированную кастрюлю, добавляют соль и перетирают деревянным пестиком до выделения сока.
Затем заправляют сахаром, лимонной кислотой, растительным маслом, хорошо перемешивают и выносят на раздачу.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Нарезка овощей аккуратная, сохранившаяся. Окраска овощей не изменилась. Аромат и вкус кисло-сладкий, свойственный входящим в салат продуктам, в меру соленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 5

Наименование блюда: **Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				У	Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста белокочанная	60	48						
Помидоры	23	20						
Огурцы	24	20						
Яйца	1/5 шт.	8						
Масло растительное	10	10						
Лимонная кислота	0,1	0,1						
Вода для разведения лимонной кислоты	5	5						
ИТОГО:			2,3	1,0	11,0	10,1	3,9	124

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	22,0	0,14	4,7	36	45	17	0,8

Выход: 100

Технология приготовления: Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5×15 мм), кладут в эмалированную посуду, добавляют соль и перетирают деревянным пестиком. Помидоры нарезают тонкими дольками, огурцы ломтиками, вареные яйца дольками.
Помидоры нарезают в последнюю очередь, чтобы из них не вытекал сок.
Овощи соединяют, заправляют лимонной кислотой, растительным маслом, хорошо перемешивают.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен горкой, овощи и яйцо сохранили форму нарезки. Консистенция овощей слегка хрустящая. Вкус кисловатый, в меру соленый, с ароматом входящих в салат овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 6

Наименование блюда: **Салат из белокочанной капусты с яблоками**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				У	Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста белокочанная	64	51						
Яблоки	57	40						
Масло растительное	10	10						
Лимонная кислота	0,1	0,1						
Вода для разведения лимонной кислоты	5	5						
ИТОГО:			1,1	0,0	10,0	10,0	6,3	120

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	18,9	0,00	4,5	31	20	12	1,2

Выход: 100

Технология приготовления: Подготовленную белокочанную капусту тонко шинкуют соломкой (1,5×15 мм), посыпают солью, перетирают деревянным пестиком до появления сока. Яблоки моют, ошпаривают, очищают от кожицы, удаляют семенные коробочки, нарезают на тонкие ломтики, сбрызгивают раствором лимонной кислоты и смешивают с капустой. Овощи заправляют растительным маслом и выносят на раздачу.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен горкой, капуста и яблоки сохранили форму нарезки. Консистенция капусты хрустящая, у яблок может быть мягкой. Вкус в меру соленый с ароматом входящих в салат продуктов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 7

Наименование блюда: **Салат из моркови**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	110	88						
Масло растительное	10	10						
Сахар	3	3						
ИТОГО:			1,1	0,0	10,1	10,1	9,1	132

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	3,2	0,00	4,7	24	49	33	0,6

Выход: 100

Технология приготовления: Очищенную морковь промывают, ошпаривают, шинкуют мелкой соломкой, добавляют сахар и заправляют растительным маслом.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен горкой, морковь сохранила форму нарезки. Консистенция моркови хрустящая, вкус сладковатый, без соли, свойственный моркови.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 8

Наименование блюда: **Салат из моркови и чернослива**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	94	75						
Чернослив	34	25*						
Сахар	2	2						
ИТОГО:			1,5	0,0	0,2	0,2	21,7	95

*Норма закладки дана на чернослив без косточек

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	3,3	0,00	0,7	49	62	54	1,3

Выход: 100

Технология приготовления: Сырую очищенную морковь нарезают соломкой. Чернослив предварительно замачивают (20-30 мин) в горячей воде, удаляют косточки и нарезают кусочками. Морковь соединяют с черносливом, добавляют сахар.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Морковь нарезана соломкой. Салат уложен горкой. Консистенция мягкая, сочная. Цвет соответствует ингредиентам салата. Вкус умеренно соленый, свойственный моркови и черносливу; запах моркови и чернослива.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 9

Наименование блюда: **Салат из моркови и яблок**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	76	61						
Яблоки	43	30						
Масло растительное	10	10						
ИТОГО:			0,9	0,0	10,2	10,2	7,2	124

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	5,1	0,00	4,7	29	37	25	1,1

Выход: 100

Технология приготовления: Сырую, очищенную, ошпаренную морковь измельчают на терке или нарезают тонкой соломкой. Яблоки промывают, ошпаривают, очищают от кожицы, удаляют семенные гнезда, тонко шинкуют соломкой, смешивают с морковью и заправляют растительным маслом.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен горкой, морковь и яблоки сохранили форму нарезки. Консистенция слегка хрустящая. Вкус кисло-сладкий, без соли, с ароматом яблок.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 10

Наименование блюда: **Салат из моркови с изюмом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	100	75						
Изюм	11	11						
Сахар	10	10						
Лимон (для сока)	12	5						
ИТОГО:			1,2	0,0	0,1	0,1	22,6	96

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	3,4	0,00	0,4	39	56	33	0,9

Выход: 100

Технология приготовления: Сырую очищенную морковь нарезают соломкой. Изюм перебирают, заливают кипящей водой и дают набухнуть, смешивают с морковью. При отпуске заправляют лимонным соком и сахаром.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Морковь нарезана соломкой. Консистенция мягкая, сочная. Цвет оранжевый. Вкус и запах, свойственные моркови и изюму.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 11

Наименование блюда: **Салат из моркови, яблок, апельсинов**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь свежая	60	48						
Яблоки свежие	20	17						
Апельсины свежие очищенные	19	13						
Сахар	3	3						
Йогурт	20	20						
ИТОГО:			1,8	1,0	0,8	0,1	9,7	56

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	8,7	0,00	0,3	45	50	24	0,8

Выход: 100

Технология приготовления: Сырую очищенную морковь мелко шинкуют соломкой. Очищенные яблоки без семенных гнезд и апельсины нарезают тонкими ломтиками. Морковь и яблоки соединяют, добавляют сахар, укладывают горкой, заправляют маслом растительным. Салат оформляют дольками апельсинов.

Температура подачи: от 10 до 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен горкой. Овощи и фрукты аккуратно нарезаны, нарезка сохранилась, цвет и запах соответствуют виду овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 12

Наименование блюда: **Салат из моркови и яблок с яйцом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	55	44						
Яблоки свежие	62,8	44						
Яйцо	1/5 шт.	8						
Масло растительное	6	6						
ИТОГО:			1,7	1,0	7,1	6,2	7,4	100

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	5,8	0,02	2,9	23	44	22	1,5

Выход: 100

Технология приготовления: Сырую очищенную морковь и очищенные яблоки с удаленным семенным гнездом натирают на крупной терке, добавляют мелко нарезанные сваренные вкрутую яйца, перемешивают. При отпуске заправляют маслом растительным.

Температура подачи: от 10 до 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен горкой. Консистенция мягкая, сочная. Цвет оранжевый. Вкус, свойственный моркови, яблокам и яйцам. Запах моркови и яблок.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 13

Наименование блюда: **Салат из моркови и кураги с йогуртом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	88	66						
Курага	8	12*						
Сахар	5	5						
Йогурт	20	20						
ИТОГО:			2,2	1,0	0,7	0,1	14,6	77

*Масса набухшей кураги.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	2,7	0,00	0,3	48	64	32	0,7

Выход: 100

Технология приготовления: Сырую очищенную морковь нарезают соломкой. Курагу тщательно промывают, заливают кипящей водой и дают набухнуть. Подготовленную курагу нарезают соломкой, затем смешивают с морковью, добавляют сахар. При отпуске заправляют йогуртом.

Температура подачи: от 10 до 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен горкой, заправлен сахаром и йогуртом. Морковь и курага нарезаны соломкой. Консистенция мягкая, сочная. Цвет оранжевый. Вкус, свойственный моркови и кураге. Запах моркови и кураги.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 14

Наименование блюда: **Салат из моркови с яблоками и курагой**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	92,6	74						
Яблоки свежие	14,3	10						
Курага	5,6	10*						
Сахар	1,2	1,2						
Масло растительное	6	6						
ИТОГО:			1,3	0,0	6,1	6,1	10,4	102

*Масса проваренной кураги.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	4,0	0,00	3,0	46	47	33	1,8

Выход: 100

Технология приготовления: Сырую очищенную морковь нарезают соломкой. Очищенные яблоки с удаленным семенным гнездом нарезают тонкими ломтиками. Курагу проваривают и нарезают кусочками. Морковь соединяют с яблоками и курагой, добавляют сахар и заправляют маслом растительным.

Температура подачи: от 10 до 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен горкой. Морковь нарезана соломкой, яблоки - ломтиками. Консистенция мягкая, сочная. Цвет оранжевый. Вкус, свойственный моркови, яблокам и кураге. Запах моркови, яблок и кураги.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 15

Наименование блюда: **Салат из редиса**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Редис обрезной	98	91						
Масло растительное	10	10						
ИТОГО:			1,1	0,0	10,1	10,1	3,1	108

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,01	16,5	0,00	4,5	35	40	12	0,9

Выход: 100

Технология приготовления: Красный редис очищают от остатков ботвы и корней, белый - от кожицы, промывают, ошпаривают, нарезают тонкими кружочками или, нарезав тонкими кружками, шинкуют их в тонкую соломку, добавляют соль, заправляют растительным маслом.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Редис уложен кружочками или горкой, имеет свойственный данному овощу вид и аромат. Вкус свежий, слегка острый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 16

Наименование блюда: **Салат из редиса с огурцами и яйцом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Редис красный обрезной	54,8	51						
Огурцы свежие	40	32						
Яйца	1/3 шт.	13						
Масло растительное	6	6						
ИТОГО:			2,4	1,5	7,4	6,1	2,5	86

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	13,5	0,03	2,8	33	57	12	1,0

Выход: 100

Технология приготовления: Подготовленный редис и огурцы нарезают ломтиками, перемешивают, заправляют растительным маслом, укладывают горкой, оформляют дольками яйца. Можно использовать редис, очищенный от кожицы, соответственно увеличив норму закладки.

Температура подачи: от 10 до 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Огурцы и редис нарезаны тонкими ломтиками. Овощи перемешаны, выложены горкой, заправлены растительным маслом. Салат оформлен дольками яйца. Консистенция овощей упругая, хрустящая, сочная. Цвет свойственный ботаническому сорту редиса разной окраски, огурцов неочищенных – белый с зеленой каймой, очищенных – белый. Вкус сырых овощей, слегка острый от редиса, умеренно соленый. Запах входящих в салат овощей, растительного масла.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 17

Наименование блюда: **Салат из свежих огурцов**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Огурцы свежие	114	91						
Масло растительное	10	10						
ИТОГО:			0,7	0,0	10,1	10,1	2,0	102

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	5,0	0,00	4,5	18	33	13	0,5

Выход: 100

Технология приготовления: Огурцы моют, ошпаривают, при наличии грубой кожицы очищают, нарезают тонкими кружками или мелкими кубиками, заправляют йодированной солью и растительным маслом.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Огурцы уложены горкой, сохраняют форму нарезки. Вкус и аромат, свойственный свежим огурцам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 18

Наименование блюда: **Салат из свежих огурцов с зеленым луком**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Огурцы свежие	95	76						
Лук зеленый	19	15						
Масло растительное	10	10						
ИТОГО:			0,8	0,0	10,1	10,1	2,1	102

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	7,0	0,00	4,6	30	31	13	0,6

Выход: 100

Технология приготовления: Свежие огурцы промывают, при наличии грубой кожицы очищают, ошпаривают, нарезают тонкими кружкам или мелкими кубиками. Зеленый лук промывают проточной водой, мелко шинкуют. Заправляют растительным маслом, йодированной солью и добавляют мелко нарезанный зеленый лук.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Овощи сохраняют форму нарезки. Салат имеет цвет, аромат, вкус, свойственные данному виду овощей. Вкус в меру соленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 19

Наименование блюда: **Салат из свежих помидоров и огурцов**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Помидоры свежие	57	48						
Огурцы свежие	44	35						
Лук зеленый	15	12						
или репчатый лук	14	12						
Масло растительное	5	5						
ИТОГО:			0,9	0,0	5,1	5,1	3,6	64

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	14,1	0,00	2,6	17	32	16	0,7

Выход: 100

Технология приготовления: Подготовленные помидоры и очищенные от кожицы огурцы режут тонкими ломтиками, лук репчатый - кольцами, а зеленый лук шинкуют. Овощи смешивают, заправляют йодированной солью и растительным маслом.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Помидоры и огурцы нарезаны тонкими ломтиками, лук репчатый полукольцами, лук зеленый шинкованный. Консистенция помидоров, огурцов - упругая, сочная. Цвет помидоров - красный, розовый. Огурцов неочищенных - белый с зеленой каймой, очищенных – белый. Вкус, свойственный овощам в сочетании с луком и растительным маслом, умеренно соленый; запах свежих помидоров, свежих огурцов и лука в сочетании с растительным маслом.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 20

Наименование блюда: **Салат из свежих помидоров и яблок**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Помидоры свежие	63	53						
Яблоки свежие	54	38						
Масло растительное	10	10						
ИТОГО:			0,7	0,0	10,2	10,2	5,7	117

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	13,3	0,00	4,8	13	18	14	1,3

Выход: 100

Технология приготовления: Помидоры моют, ошпаривают. Яблоки моют, ошпаривают, очищают от кожицы и семенного гнезда, нарезают ломтиками. Помидоры соединяют с яблоками, заправляют йодированной солью и растительным маслом.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен горкой, овощи и фрукты сохраняют форму нарезки. Вкус кисло-сладкий, аромат, свойственный виду овощей и фруктов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 21

Наименование блюда: **Салат из свежих помидоров с перцем**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Помидоры	70	60						
Лук зеленый	14	11						
Перец сладкий	27	20						
Масло растительное	10	10						
ИТОГО:			1,0	0,0	10,1	10,1	3,4	109

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	42,6	0,00	5,1	23	22	15	0,8

Выход: 100

Технология приготовления: Помидоры и перец моют, ошпаривают, вырезают плодоножки. Лук промывают проточной водой. Помидоры нарезают тонкими ломтиками, перец – соломкой, зеленый лук шинкуют. Овощи смешивают, заправляют йодированной солью и растительным маслом.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Овощи тонко нарезаны, форма нарезки сохранена. Вкус, цвет и запах соответствующие используемым продуктам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 22

Наименование блюда: **Салат из свежих помидоров**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Помидоры свежие	108	91						
Масло растительное	10	10						
ИТОГО:			1,0	0,0	10,2	10,2	3,5	110

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	16,5	0,00	5,0	13	24	18	0,8

Выход: 100

Технология приготовления: Помидоры промывают, ошпаривают, вырезают плодоножку, нарезают тонкими ломтиками, заправляют йодированной солью и растительным маслом.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Помидоры нарезаны дольками, сохранили сочность и форму, в меру соленые.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 23

Наименование блюда: **Салат из свежих помидоров, яблок и консервированных огурцов**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Помидоры свежие	64	55						
Яблоки свежие	32	23						
Огурцы консервированные	12	11						
Лук репчатый	6	5						
Масло растительное	6	6						
ИТОГО:			0,8	0,0	6,2	6,2	4,9	79

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	14,1	0,00	3,1	16	22	15	1,1

Выход: 100

Технология приготовления: Помидоры, очищенные яблоки с удаленным семенным гнездом и консервированные огурцы нарезают ломтиками, добавляют шинкованный репчатый лук, затем все перемешивают и заправляют растительным маслом.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Помидоры, огурцы, свежие яблоки нарезаны ломтиками, сохраняют форму нарезки, уложены в салатник горкой, заправлены растительным маслом. Консистенция помидоров, огурцов, яблок - упругая, сочная. Цвет, свойственный входящим продуктам. Вкус, свойственный помидорам, консервированным огурцам и яблокам в сочетании с растительным маслом; запах свежих помидоров, яблок, консервированных огурцов в сочетании с растительным маслом.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 24

Наименование блюда: **Салат из свежих овощей**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Помидоры свежие	40	34						
Огурцы свежие	30	28,5						
Салат кочанный	30	20						
Лук зеленый	19	14,5						
или репчатый лук	18	14,5						
Масло растительное	7	7						
ИТОГО:			1,1	0,0	7,2	7,2	3,5	83

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0.04	12,6	0,00	3,5	31	34	21	0.7

Выход: 100

Технология приготовления: Подготовленные помидоры и очищенные от кожицы огурцы режут тонкими ломтиками, лук репчатый – кольцами, а зеленый лук шинкуют. Салат кочанный зачищают, промывают в проточной воде, шинкуют тонкой соломкой. Овощи смешивают, заправляют йодированной солью и растительным маслом.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Форма нарезки сохранена. Консистенция помидоров, огурцов упругая, цвет соответствует виду продуктов, вкус и запах, свойственные овощам в сочетании с луком и растительным маслом.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 25

Наименование блюда: **Салат из сырых овощей (1-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	20	16						
Помидоры свежие	29,4	25						
Огурцы свежие	36,8	35						
Капуста белокочанная свежая	23,8	19						
Масло растительное	6	6						
ИТОГО:			1,1	0,0	6,1	6,1	3,7	65

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	13,5	0,00	2,9	26	34	19	0,6

Выход: 100

Технология приготовления: Подготовленную сырую морковь нарезают тонкой соломкой, свежие огурцы и помидоры – тонкими ломтиками, капусту шинкуют. Овощи перемешивают и заправляют растительным маслом.

Температура подачи: от 10 до 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Морковь и капуста нарезаны тонкой соломкой, свежие огурцы и помидоры – тонкими ломтиками, овощи сохраняют форму нарезки, уложены горкой в салатик, заправлены растительным маслом. Консистенция овощей – упругая, сочная, хрустящая. Цвет овощей - натуральный. Вкус умеренно соленый, без постороннего привкуса. Запах, свойственный входящим в состав овощам в сочетании с растительным маслом.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 26

Наименование блюда: **Салат из сырых овощей (2-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	20	16						
Репа сырая	20	15						
Петрушка (корень)	6	4						
Помидоры свежие	24	20						
Огурцы свежие	21	20						
Капуста белокочанная свежая	14	11						
Соль поваренная йодированная	0,25	0,25						
Масло растительное	10	10						
ИТОГО:			1,2	0,0	10,2	10,2	5,5	119

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	15,8	0,00	4,6	39	44	21	0,7

Выход: 100

Технология приготовления: Подготовленные сырые морковь, репу, сельдерей или петрушку (корень) нарезают тонкой соломкой, свежие огурцы и помидоры – тонкими ломтиками, капусту свежую белокочанную шинкуют. Овощи перемешивают с добавлением соли поваренной йодированной и при отпуске заправляют маслом растительным или соусом салатным.

Температура подачи: от 10 до 14 °С.

Срок реализации: не более двух часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен горкой. Овощи аккуратно нарезаны, нарезка сохранилась, цвет и запах соответствуют виду овощей. Вкус в меру соленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 27

Наименование блюда: **Салат из овощей**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста цветная	79	37*						
или капуста белокочанная	51,4	37*						
Помидоры свежие	27.1	23						
Огурцы свежие	28,8	23						
Яйца	1/3 шт.	13						
Масло растительное	6	6						
ИТОГО: по цветной капусте			2,6	1,4	7,8	6,4	3,0	93

*Масса отварной цветной и припущенной белокочанной капусты

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	16,0	0,17	3,1	35	48	15	0,9

Выход: 100

Технология приготовления: Цветную капусту отваривают, разбирают на мелкие соцветия, белокочанную капусту шинкуют и припускают. Помидоры и огурцы нарезают ломтиками, яйца мелко рубят и все перемешивают. При отпуске салат заправляют маслом растительным.
Температура подачи: от 10 до 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Помидоры и огурцы нарезаны ломтиками, смешаны с капустой цветной или белокочанной. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом. Консистенция капусты – мягкая, сырых помидоров и огурцов – сочная, упругая. Цвет, свойственный продуктам, входящим в состав салата. Вкус отварной цветной или припущенной белокочанной капусты в сочетании с помидорами и огурцами. Запах, свойственный овощам, входящим в состав салата, с ароматом растительного масла.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 28

Наименование блюда: **Салат овощной с яблоками**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Свекла	21,6	17*						
Морковь	16,3	13						
Капуста белокочанная	37,5	30						
Яблоки	47,1	33						
Лимоны (для сока)	19,8	8,3						
ИТОГО:			1,2	0,0	0,2	0,2	7,3	36

*Масса вареной очищенной свеклы.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	16,1	0,00	0,2	33	30	18	1,3

Выход: 100

Технология приготовления: Подготовленную свеклу отваривают, затем очищают и измельчают на овощерезке. Добавляют нарезанные соломкой морковь, капусту, яблоки, очищенные с удаленным семенным гнездом. При отпуске салат заправляют соком лимона.
Температура подачи: от 10 до 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Овощи нарезаны соломкой. Салат уложен горкой, заправлен соком лимона. Консистенция мягкая, сочная. Цвет темно-малиновый. Вкус, свойственный овощам, входящим в состав салата. Запах овощей, входящих в состав салата.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 29

Наименование блюда: **Салат овощной с яблоками и перцем сладким**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Яблоки свежие	29	20						
Помидоры свежие	23,5	20						
Огурцы соленые	24,8	20						
Лук репчатый свежий	14,4	12						
Перец сладкий	21,6	16						
Чеснок свежий	1,4	1						
Петрушка (зелень)	3	2						
Масло растительное	10	10						
Соль поваренная йодированная	0,25	0,25						
ИТОГО:			1,0	0,0	10,2	10,2	6,2	121

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	31,1	0,00	4,9	24	24	14	1,2

Выход: 100

Технология приготовления: Очищенные от кожицы огурцы соленые и яблоки, с удаленным семенным гнездом, нарезают ломтиками, перец сладкий - соломкой, лук репчатый - полукольцами, помидоры - тонкими ломтиками, чеснок мелко измельчают, петрушку мелко шинкуют. Подготовленные компоненты соединяют, добавляют соль поваренную йодированную, масло растительное или соус салатный, перемешивают. Готовый салат при отпуске посыпают зеленью петрушки.
Температура подачи: от 10 до 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен горкой, овощи и фрукты сохраняют форму нарезки. Вкус, свойственный овощам, входящим в состав салата. Запах овощей, входящих в состав салата.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 30

Наименование блюда: **Салат из овощей с сухофруктами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста белокочанная свежая	48,6	35*						
Морковь	31,3	25						
Курага	9,5	17						
Чернослив	15,3	22,8						
Сахар	1	1						
Масло растительное	6	6						
ИТОГО:			1,8	0,0	6,4	6,4	18,1	137

*Масса припущенной белокочанной капусты.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	11,5	0,00	3,2	49	46	37	1,1

Выход: 100

Технология приготовления: Белокочанную капусту шинкуют и припускают. Морковь нарезают соломкой. Курагу и чернослив отваривают до размягчения и измельчают, добавляют сахар, смешивают с капустой и морковью. При отпуске салат заправляют маслом растительным.
Температура подачи: от 10 до 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом. Консистенция капусты – мягкая, моркови – сочная, упругая. Цвет, свойственный продуктам, входящим в состав салата. Вкус припущенной белокочанной капусты в сочетании с морковью, курагой и черносливом. Запах, свойственный продуктам, входящим в состав салата, с ароматом растительного масла.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 31

Наименование блюда: **Салат сезонный**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	10	8						
Редька черная или зеленая	14,3	10						
Лук порей зеленый	6,3	5						
Петрушка (зелень)	2,7	2						
Помидоры свежие	24	20						
Огурцы свежие	21	20						
Капуста белокочанная свежая	59,4	30						
Яблоки свежие	31,5	22						
Картофель	17,9	13						
Соль поваренная йодированная	0,25	0,25						
Масло растительное	10	10						
ИТОГО:			2,0	0,0	10,5	10,5	11,8	150

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	16,9	0,00	4,9	44	38	26	1,2

Выход: 100

Технология приготовления: Подготовленную капусту белокочанную свежую мелко шинкуют, посыпают йодированной солью и перемешивают. Подготовленные лук-порей зеленый, редьку черную или зеленую, морковь, картофель вареный очищенный, яблоки, очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом нарезают тонкой соломкой. Петрушку свежую шинкуют. Овощи и яблоки измельченные соединяют, перемешивают и заправляют маслом растительным или соусом салатным. Салат перед отпуском посыпают измельченной зеленью петрушки.

Температура подачи: от 10 до 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен горкой. Овощи аккуратно нарезаны, нарезка сохранилась, цвет и запах соответствуют виду овощей. Вкус в меру соленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 32

Наименование блюда: **Салат «Летний»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель молодой	40	32						
Помидоры свежие	24	20						
Огурцы свежие	34	25						
Лук зеленый	12	10						
Яйца	1/4 шт.	10						
Масло растительное	6	6						
ИТОГО:			2,3	1,3	7,3	6,2	6,0	99

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	12,1	0,03	3,0	23	55	18	0,8

Выход: 100

Технология приготовления: Молодой картофель очищают, моют и отваривают. Яйца отваривают. Подготовленные помидоры и очищенные от кожицы огурцы режут тонкими ломтиками, зеленый лук шинкуют, яйца мелко рубят. Всё перемешивают, заправляют йодированной солью и растительным маслом.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Нарезка овощей аккуратная, сохранившаяся. Вкус и запах, свойственные овощам в сочетании с луком и растительным маслом.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 33

Наименование блюда: **Салат «Весна»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Салат	29,2	21						
Редис красный обрезной	21,5	20						
Огурцы свежие	43,8	35						
Лук зеленый	17,5	14						
Яйца	1½ шт.	60						
Масло растительное	5	5						
ИТОГО:			1,8	0,8	5,8	5,1	2,1	68

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	11,1	0,02	26	48	44	19	0,8

Выход: 100

Технология приготовления: Подготовленный зеленый салат нарезают крупно, лук шинкуют. При отпуске салат поливают растительным маслом и оформляют яйцом. Допускается приготовление салата без огурцов, в этом случае соответственно увеличивают норму редиса и салата. Можно использовать редис, очищенный от кожицы, увеличив соответственно его закладку.

Температура подачи: от 10 до 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Редис и огурцы нарезаны тонкими ломтиками, зеленый салат – крупно, лук зеленый - нашинкован. Овощи сохраняют форму нарезки, уложены горкой в салатник, заправлены растительным маслом, оформлены яйцом. Консистенция овощей – упругая, сочная, хрустящая, яйца - плотная. Цвет овощей - натуральный. Вкус сырых овощей, слегка острый от редиса. Запах, свойственный свежим овощам, с приятным ароматом яйца и растительного масла.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 34

Наименование блюда: **Салат из тыквы**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Тыква свежая	40,7	28,5						
Мед	16,5	16,5						
Репа свежая	37,3	28						
Яблоки свежие	31,8	28						
ИТОГО:			1,0	0,0	0,2	0,2	19,1	82

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	8,3	0,00	0,2	28	23	12	1,1

Выход: 100

Технология приготовления: Подготовленные тыкву, репу и яблоки с удаленным семенным гнездом нарезают тонкими ломтиками. Измельченную тыкву смешивают с медом и выдерживают в течение от 35 до 40 минут, соединяют с репой или брюквой, яблоками, тщательно перемешивают, укладывают горкой и украшают ломтиками яблок.

Температура подачи: от 10 до 14 °С.

Срок реализации: не более двух часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен горкой. Овощи аккуратно нарезаны, нарезка сохранилась, цвет и запах соответствуют виду овощей. Вкус в меру соленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 35

Наименование блюда: **Салат зеленый**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Салат зеленый	119,5	86						
Соль поваренная йодированная	0,25	0,25						
Масло растительное	15	15						
ИТОГО:			1,3	0,0	15,1	15,1	1,7	148

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	9,7	0,00	7,2	71	30	35	0,5

Выход: с маслом 100

Технология приготовления: Подготовленный салат нарезают, добавляют соль поваренную йодированную и масло растительное (непосредственно перед отпуском), перемешивают.
Температура подачи: от 10 до 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен горкой. Консистенция салата сочная, слегка хрустящая.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 36

Наименование блюда: **Салат зеленый с огурцами и помидорами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Салат	41,7	30						
Огурцы свежие	45	36						
Помидоры свежие	34,1	29						
Масло растительное	6	6						
ИТОГО:			1,0	0,0	6,1	6,1	2,5	69

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	11,1	0,00	3,1	23	26	17	0,6

Выход: 100

Технология приготовления: Подготовленный салат нарезают на крупные части, помидоры и огурцы ломтиками. При отпуске на салат укладывают нарезанные огурцы и помидоры и поливают растительным маслом.
Температура подачи: от 10 до 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: На нарезанные листья салата уложены ломтики огурцов и помидоров; поверхность - блестящая от масла. Консистенция хрустящая, сочная. Цвет, свойственный свежим продуктам, входящим в состав салата. Вкус умеренно соленый. Запах свежего салата, огурцов и помидоров.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 37

Наименование блюда: **Салат зеленый с огурцами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Салат зеленый	61,2	44						
Огурцы свежие, очищенные от кожицы	53,8	43						
Масло растительное	14	14						
Соль поваренная йодированная	0,25	0,25						
ИТОГО:			1,0	0,0	14,1	14,1	1,8	138

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	6,5	0,00	6,5	47	31	24	0,5

Выход: 100

Технология приготовления: Подготовленный салат нарезают. Огурцы очищают от кожицы и нарезают кусочками. При отпуске на салат кладут огурцы, добавляют соль поваренную йодированную и заправляют маслом растительным.
Температура подачи: от 10 до 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: На нарезанные листья салата уложены кусочки огурцов; поверхность - блестящая от масла. Консистенция хрустящая, сочная. Цвет, свойственный свежим продуктам, входящим в состав салата. Вкус умеренно соленый. Запах свежего салата, огурцов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 38

Наименование блюда: **Салат из зеленого лука**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Лук зеленый	118,8	95						
Масло растительное	6	6						
ИТОГО:			1,2	0,0	6,0	6,0	2,2	68

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	21,4	0,00	3,6	95	25	17	0,9

Выход: 100

Технология приготовления: Подготовленный лук шинкуют, посыпают солью. При отпуске поливают растительным маслом. Салат можно отпускать с яйцом ½ - ¼ шт. на порцию, соответственно изменив выход.
Температура подачи: от 10 до 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Лук зеленый нашинкован, посыпан солью, полит маслом. Консистенция слегка хрустящая, сочная. Цвет ярко-зеленый. Вкус кисловато-острый, с естественной горечью лука. Запах свежего зеленого лука в сочетании с растительным маслом.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 39

Наименование блюда: **Салат из редьки**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Редька	121,4	85						
Лук репчатый	11,9	10						
или лук зеленый	12,5	10						
Масло растительное	7	7						
ИТОГО: по луку зеленому			1,5	0,0	7,1	7,1	5,3	91

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	7,5	0,00	3,2	35	36	16	1,0

Выход: 100

Технология приготовления: Редьку нарезают тонкими ломтиками или шинкуют соломкой, посыпают солью, смешивают с шинкованным луком и заправляют маслом растительным.
Температура подачи: от 10 до 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Редька нарезана ломтиками или соломкой, лук соломкой. Консистенция плотная. Цвет белый. Вкус острый, умеренно соленый. Запах редьки, лука с растительным маслом.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 40

Наименование блюда: **Салат из редьки с яблоками**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Редька	114	40						
Яблоки свежие	68	48						
Сахар	3	3						
Масло растительное	10	10						
ИТОГО:			0,8	0,0	10,2	10,2	9,8	134

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	12,5	0,00	4,5	23	19	11	1,5

Выход: 100

Технология приготовления: Очищенную, промытую, ошпаренную редьку и вымытые, ошпаренные яблоки, без кожицы и семенного гнезда, нарезают тонкой соломкой (2×15 мм), непосредственно перед подачей добавляют сахар, масло, перемешивают.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен горкой. Овощи сохранили форму нарезки, имеют специфический вкус редьки и сладковатый вкус и аромат яблок.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 41

Наименование блюда: **Салат из редьки с овощами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Редька	91,4	64						
Морковь	27,5	22						
или огурцы свежие	27,5	22						
или помидоры свежие	25,9	22						
Лук зеленый	13,8	11						
Масло растительное	5	5						
ИТОГО: по моркови			1,6	0,0	5,1	5,1	5,4	74

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	15,7	0,00	2,8	43	37	22	1,0

Выход: 100

Технология приготовления: Редьку и морковь нарезают соломкой. Огурцы или помидоры нарезают ломтиками. Овощи смешивают с шинкованным зеленым луком и при отпуске поливают маслом растительным. Салат можно готовить без лука, увеличив закладку других овощей.
Температура подачи: от 10 до 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Редька нарезана соломкой, огурцы и помидоры – ломтиками, политы маслом растительным. Консистенция плотная. Цвет, входящих в состав салата овощей. Вкус умеренно соленый. Запах редьки, огурцов, помидоров, моркови, лука с растительным маслом.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 42

Наименование блюда: **Салат из редьки и моркови**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Редька	91,4	64						
Морковь	41	33						
Масло растительное	5	5						
ИТОГО:			1,6	0,0	5,1	5,1	5,7	75

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	13,7	0,00	2,4	37	35	24	0,9

Выход: 100

Технология приготовления: Очищенные, промытые, ошпаренные редьку и морковь нарезают тонкой соломкой, перемешивают и поливают растительным маслом.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен горкой. Овощи сохранили форму нарезки, имеют специфический вкус и запах редьки, моркови.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 43

Наименование блюда: **Салат-коктейль овощной**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Огурцы свежие очищенные	30	24						
Помидоры свежие	28,3	24						
Горошек зеленый консервированный	31	20						
Капуста цветная отварная	33	15*						
Перец сладкий свежий	6,7	5						
Петрушка (зелень)	3	2						
Масло растительное	10	10						
ИТОГО:			1,7	0,0	10,2	10,2	4,2	115

*Масса капусты цветной отварной.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	24,5	0,00	4,7	23	42	18	0,8

Выход: 100

Технология приготовления: Огурцы свежие, очищенные от кожицы, нарезают соломкой, подготовленные помидоры – тонкими ломтиками, капусту цветную отварную – разбирают на мелкие соцветия (крупные соцветия режут на 2-4 части).
Горошек зеленый консервированный проваривают в собственном отваре в течение 5 мин после закипания, после чего отвар сливают, горошек охлаждают до температуры 8-10 °С.
В фужер кладут огурцы нарезанные, затем слой помидоров, далее кладут слой горошка зеленого консервированного, сверху капусту цветную, салат поливают маслом растительным.
При отпуске салат оформляют перцем свежим и зеленью петрушки.
Температура подачи: от 10 до 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен горкой. Овощи сохранили форму нарезки. Консистенция овощей – упругая, сочная, хрустящая. Цвет овощей натуральный. Вкус умеренно соленый, без постороннего привкуса. Запах, свойственный входящим в состав овощам в сочетании с растительным маслом.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 44

Наименование блюда: **Салат из капусты белокочанной и свеклы**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста белокочанная свежая	74	59						
Соль поваренная йодированная	0,25	0,25						
Свекла отварная очищенная	48*	35						
Масло растительное	7	7						
ИТОГО:			1,6	0,0	7,1	7,1	5,9	94

*Масса брутто свеклы неочищенной.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	21,8	0,00	3,2	46	34	17	0,9

Выход: 100

Технология приготовления: Подготовленную капусту белокочанную свежую мелко шинкуют соломкой, перемешивают с солью поваренной, слегка перетирая, сок не отжимают. Свеклу отварную очищенную мелко шинкуют соломкой и соединяют с капустой белокочанной, заправляют маслом растительным.
Температура подачи: от 10 до 14 °С.
Срок реализации: не более двух часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен горкой. Овощи аккуратно нарезаны, нарезка сохранилась, цвет и запах соответствуют виду овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 45

Наименование блюда: **Салат из цветной капусты, помидоров и зелени**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста цветная	64,1	33,3						
Помидоры свежие	27	23						
Огурцы свежие	25	20						
Салат	13,9	10						
Лук зеленый	12,5	10						
Масло растительное	6	6						
Сахар	2	2						
ИТОГО:			1,4	0,0	8,2	8,2	5,1	100

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	23,4	0,00	3,1	30	34	17	0,9

Выход: 100

Технология приготовления: Отварную цветную капусту разбирают на мелкие соцветия, огурцы и помидоры нарезают ломтиками, салат зеленый – на крупные части, добавляют шинкованный зеленый лук и перемешивают. Заправляют маслом растительным. При отпуске оформляют овощами и листьями салата.
Температура подачи: от 10 до 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Огурцы и помидоры нарезаны тонкими ломтиками. Овощи перемешаны, выложены горкой, заправлены маслом растительным. Консистенция овощей упругая, хрустящая, сочная. Цвет, свойственный овощам, входящим в салат. Вкус цветной капусты, помидоров, огурцов, умеренно соленый. Запах входящих в салат овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 46

Наименование блюда: **Салат из цветной капусты, овощей и плодов**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста цветная	64,1	33,3						
Помидоры свежие	27,0	23						
Огурцы свежие	27,6	22						
Яблоки свежие	28,6	20						
Масло растительное	6	6						
ИТОГО:			1,3	0,0	6,2	6,2	4,7	80

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	23,8	0,00	2,9	20	33	15	1,2

Выход: 100

Технология приготовления: Отварную цветную капусту разбирают на мелкие соцветия, помидоры, огурцы и яблоки, очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом, режут тонкими ломтиками. Все перемешивают. Салат при отпуске заправляют растительным маслом.
Температура подачи: от 10 до 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Огурцы, помидоры и яблоки нарезаны тонкими ломтиками. Овощи перемешаны, выложены горкой, заправлены растительным маслом. Консистенция овощей упругая, хрустящая, сочная. Цвет, свойственный овощам, входящим в салат. Вкус цветной капусты, помидоров, огурцов, яблок умеренно соленый. Запах входящих в салат овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 47

Наименование блюда: **Салат из капусты белокочанной с кальмарами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста белокочанная	79	40						
Кислота лимонная (2% р-р)	13	13						
Кальмары мороженые обезглавленные (филе с кожицей)	83	40						
Морковь свежая	8	7						
Лук зеленый	9	7						
Масло растительное	7	7						
Соль поваренная йодированная	0,5	0,5						
ИТОГО:			7,8	6,9	7,9	7,0	3,2	115

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	15,1	0,00	4,1	42	101	40	0,7

Выход: 100

Технология приготовления: Кальмары (филе с кожицей) размораживают в холодной воде, очищают, тщательно промывают, затем опускают в кипящую подсоленную воду (соотношение воды и кальмаров при варке 1:3, количество добавляемой соли поваренной йодированной на 1 л воды – 5 г), варят в течение 15 мин. Кальмары вареные охлаждают до температуры от 8 до 10 °С, нарезают тонкой соломкой поперек волокон.
Подготовленную капусту белокочанную свежую мелко шинкуют соломкой, перетирают с солью поваренной йодированной до выделения сока. Морковь свежую нарезают тонкой соломкой, лук зеленый мелко шинкуют.
Подготовленные ингредиенты смешивают и заправляют маслом растительным.
Температура подачи: от 10 до 14°С.
Срок реализации: не более двух часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен горкой. Овощи аккуратно нарезаны, нарезка сохранилась, цвет и запах соответствуют виду овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 48

Наименование блюда: **Салат из квашеной капусты с луком**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста квашеная	116	81						
Лук репчатый	12	10						
Масло растительное	10	10						
ИТОГО:			1,6	0,0	10,1	10,1	3,0	109

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	18,9	0,00	4,5	43	32	15	0,6

Выход: 100

Технология приготовления: Квашеную капусту отжимают, перебирают, измельчают, добавляют нашинкованный (рубка) бланшированный репчатый лук и заправляют растительным маслом.
Очень кислую капусту промывают охлажденной кипяченой водой, откидывают на сито, отжимают.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен горкой, нарезка капусты мелкая, произвольная. Консистенция капусты хрустящая, лука слегка хрустящая. Вкус кисловатый, в меру соленый, с ароматом капусты, яблок.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 49

Наименование блюда: **Салат из квашеной капусты с яблоками**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста квашеная	71	50						
Яблоки свежие	59	41						
Масло растительное	10	10						
ИТОГО:			1,1	0,0	10,2	10,2	5,3	117

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	14,8	0,00	4,5	31	20	12	1,2

Выход: 100

Технология приготовления: Квашеную капусту перебирают, отжимают, измельчают. Очень кислую капусту промывают охлажденной кипяченой водой, откидывают на сито. Яблоки моют, ошпаривают, очищают, удаляют семенное гнездо, нарезают тонкими мелкими ломтиками (2×15 мм) и сразу же соединяют с капустой, заправляют растительным маслом.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен горкой, нарезка капусты мелкая, произвольная, яблок - тонкий мелкий ломтик. Консистенция капусты хрустящая, яблок - мягкая. Вкус кисловатый, в меру соленый, с ароматом капусты, яблок.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 50

Наименование блюда: **Салат из свеклы отварной**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Свекла	121	95*						
Масло растительное	5	5						
ИТОГО:			1,5	0,0	5,5	5,5	8,4	89

*Масса вареной очищенной свеклы.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	5,7	0,00	2,3	33	38	19	1,3

Выход: 100

Технология приготовления: Подготовленную свеклу отваривают, затем очищают и измельчают на овощерезке. При отпуске свеклу заправляют маслом растительным.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Свекла мелко измельчена. Консистенция мягкая, сочная. Цвет темно-малиновый. Вкус умеренно соленый, запах, свойственный свекле.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 51

Наименование блюда: **Салат из свеклы и моркови**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Свекла	76	61						
Морковь	38	30						
Масло растительное	10	10						
ИТОГО:			1,3	0,0	10,3	10,3	7,1	127

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	5,0	0,00	30,7	30	42	24	1,0

Выход: 100

Технология приготовления: Свеклу варят в кожуре или запекают в жарочном шкафу до готовности, охлаждают, очищают. Сырую морковь чистят, ошпаривают.
Подготовленные овощи по отдельности натирают на терке или шинкуют тонкой соломкой. Свеклу заправляют растительным маслом отдельно от моркови (чтобы не окрашивала морковь) и соединяют с морковью, добавляют йодированную соль. Хорошо перемешивают.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен горкой, нарезка сохранена, цвет моркови не закрашен свеклой. Овощи мягкие. Вкус и аромат соответствует используемым продуктам. Салат в меру соленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 52

Наименование блюда: **Салат из свеклы с изюмом или черносливом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Свекла	104	83						
Масло растительное	6	6						
Изюм	12,5	12						
или чернослив	10,8	16,2/12*						
ИТОГО: по изюму			1,5	0,0	6,5	6,5	14,8	124

*В числителе масса отварного чернослива, в знаменателе масса отварного чернослива без косточек.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	5,4	0,00	2,8	40	50	27	1,5

Выход: 100

Технология приготовления: Отварную свеклу нарезают тонкой мелкой соломкой. Изюм или чернослив перебирают, промывают несколько раз в теплой воде. Изюм заливают небольшим количеством кипящей воды, доводят до кипения, затем воду сливают, обсушивают. Чернослив заливают холодной водой на 10 мин, промывают в проточной воде, вынимая чернослив из воды (песок остается на дне), затем замачивают в кипяченой воде до набухания. Набухший чернослив нарезают мелкими кубиками, удаляя косточки. Смешивают с нарезанной свеклой, заправляют растительным маслом.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен в тарелку горкой, продукты сохранили форму нарезки и естественную окраску. Консистенция мягкая. Салат имеет аромат, свойственный вареной свекле и использованным сухофруктам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 53

Наименование блюда: **Салат из свеклы с солеными огурцами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Свекла	93	74						
Огурцы соленые	25	20						
Масло растительное	10	10						
ИТОГО:			1,2	0,0	10,4	10,4	6,5	124

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,01	5,5	0,00	4,5	32	36	19	1,1

Выход: 100

Технология приготовления: Отварную, очищенную свеклу нарезают мелкой тонкой соломкой, заправляют растительным маслом. Огурцы очищают от кожицы, нарезают вдоль на дольки, затем на ромбики, смешивают с заправленной свеклой и перемешивают.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Нарезка овощей аккуратная, форма сохранена, цвет овощей соответствует естественному виду. Консистенция свеклы мягкая, огурцов - слегка хрустящая. Вкус слабокислый, в меру соленый, запах, соответствующий виду продуктов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 54

Наименование блюда: **Салат из свеклы с черносливом, орехами и чесноком**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Свекла	88	68*						
Чернослив	12	9**						
Орехи грецкие	24	11						
Чеснок свежий	3	2						
Масло растительное	10	10						
ИТОГО:			3,2	0,0	17,1	17,1	13,0	219

*Масса свеклы вареной очищенной.
** Масса чернослива без косточки.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	5,0	0,00	4,9	48	77	39	1,6

Выход: 100

Технология приготовления: Свеклу вареную очищенную нарезают тонкой соломкой, подготовленный чернослив заливают горячей водой и оставляют в ней до полного набухания, затем удаляют косточку и нарезают. Ядра орехов грецких и чеснок измельчают. Свеклу соединяют с черносливом, орехами, чесноком и заправляют маслом растительным.
Температура подачи: от 10 до 14 °С.
Срок реализации: не более двух часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен в тарелку горкой, продукты сохранили форму нарезки и естественную окраску. Консистенция мягкая. Салат имеет аромат, свойственный вареной свекле и использованным продуктам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 55

Наименование блюда: **Салат из свеклы с сыром**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Свекла	115	84						
Сыр сычужный твердый с жирностью не более 55%	7,7	7						
Масло растительное	10	10						
ИТОГО:			2,8	1,6	12,1	10,4	7,1	148

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	5,5	0,01	4,5	89	82	19	1,2

Выход: 100

Технология приготовления: Подготовленную свеклу отваривают в кожуре до готовности, охлаждают до температуры от 8 до 10 °С очищают от кожуры, нарезают мелкой соломкой или натирают на крупной терке. Сыр очищенный от наружного покрытия, натирают на мелкой терке. Свеклу соединяют с сыром, перемешивают и укладывают горкой. Перед отпуском салат заправляют растительным маслом.

Температура подачи: от 10 до 14 °С.

Срок реализации: не более двух часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен в тарелку горкой, продукты сохранили форму нарезки и естественную окраску. Консистенция мягкая. Салат имеет аромат, свойственный входящим в него продуктам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 56

Наименование блюда: **Салат из свеклы с сыром и чесноком**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Свекла	103,3	81*						
Сыр	16,5	15**						
Чеснок	0,64	0,5						
Масло растительное	5	5						
ИТОГО:			4,9	3,5	9,3	5,4	7,4	133

* Масса вареной очищенной свеклы.

** Масса тертого сыра или брынзы.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	10,1	0,02	2,3	165	142	24	1,4

Выход: 100

Технология приготовления: Вареную свеклу нарезают соломкой, добавляют мелко нарезанный чеснок и заправляют растительным маслом. Салат укладывают горкой и при отпуске посыпают сыром или брынзой, натертыми на крупной терке.

Температура подачи: от 10 до 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Свекла нарезана соломкой, с вкраплениями мелко нарезанного чеснока. Салат уложен горкой, посыпан сыром или брынзой, натертыми на крупной терке. Консистенция свеклы – мягкая, сочная, сыра или брынзы – сочная, плотная. Цвет темно-малиновый. Вкус острый, умеренно соленый, свойственный свекле, сыру или брынзе с привкусом чеснока. Запах чеснока в сочетании со свеклой, растительным маслом, сыром.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 57

Наименование блюда: **Салат из свеклы с курагой и изюмом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Свекла	98,6	75*						
Курага	5,6	10**						
Изюм	6,2	10***						
Масло растительное	6	6						
ИТОГО:			1,6	0,0	6,4	6,4	13,7	119

* Масса вареной очищенной свеклы.

, * Масса проваренных кураги и изюма.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	4,8	0,00	2,8	39	48	23	1,4

Выход: 100

Технология приготовления: Вареную свеклу нарезают соломкой, добавляют мелко нарезанную курагу и изюм, заправляют растительным маслом. Салат укладывают горкой.

Температура подачи: от 10 до 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Свекла нарезана соломкой. Салат уложен горкой. Консистенция свеклы, кураги и изюма - мягкая, сочная. Цвет темно-малиновый. Вкус, свойственный свекле, кураге, изюму. Запах свеклы, кураги и изюма.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 58

Наименование блюда: **Салат из свеклы с зеленым горошком**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Свекла	63,9	50*						
Зеленый горошек консервированный	38,5	25						
Яблоки свежие	25,7	18						
Лук репчатый	6	5						
Масло растительное	6	6						
ИТОГО:			1,7	0,0	6,3	6,3	7,3	93

*Масса вареной очищенной свеклы.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	5,7	0,00	2,8	28	42	18	1,2

Выход: 100

Технология приготовления: Подготовленную свеклу отваривают, затем очищают и измельчают на овощерезке. Добавляют нарезанные соломкой репчатый лук, очищенные яблоки с удаленным семенным гнездом, прогретый зеленый горошек. При отпуске салат заправляют маслом растительным.

Температура подачи: от 10 до 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Свекла мелко измельчена. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом. Консистенция мягкая, сочная. Цвет темно-малиновый. Вкус умеренно соленый, свеклы, зеленого горошка, яблок, лука. Запах свеклы, яблок, лука.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 59

Наименование блюда: **Салат из свеклы с чесноком**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Свекла	116	90						
Чеснок	0,6	0,5						
Масло растительное	10	10						
ИТОГО:			1,5	0,0	10,1	10,1	8,5	131

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	5,5	0,00	4,5	37	41	21	1,4

Выход: 100

Технология приготовления: Свеклу отваривают, охлаждают, очищают, натирают на терке тонкой соломкой. Добавляют чеснок, растертый с йодированной солью и растительное масло. Все тщательно перемешивают и подают.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен горкой, форма нарезки свеклы сохранена. Цвет соответствует цвету свеклы, аромат вареной свеклы и свеже растертого чеснока.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 60

Наименование блюда: **Салат из свеклы с яблоками**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Свекла	86	67*						
Яблоки свежие	36	25						
Сахар	3	3						
Масло растительное	5	5						
ИТОГО:			1,2	0,0	5,4	5,4	11,3	99

*Масса вареной очищенной свеклы.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	6,0	0,00	2,3	31	33	18	1,6

Выход: 100

Технология приготовления: Подготовленную свеклу отваривают, затем очищают и измельчают на овощерезке. Яблоки очищают, удаляют семенное гнездо, нарезают соломкой, смешивают со свеклой, добавляют сахар и заправляют маслом растительным.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Свекла и яблоки мелко измельчены. Консистенция мягкая, сочная. Цвет темно-малиновый. Вкус умеренно соленый, свойственный свекле и яблокам; запах свеклы и яблок.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 61

Наименование блюда: **Салат из моркови с зеленым горошком**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	70	56						
Масса припущенной моркови	-	51						
Горошек зеленый	62	40						
Масло растительное	10	10						
ИТОГО:			1,9	0,0	10,1	10,1	5,9	122

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	4,6	0,00	4,7	22	53	27	0,6

Выход: 100

Технология приготовления: Морковь очищают, моют, ошпаривают, нарезают мелкими кубиками, припускают, охлаждают. Зеленый горошек доводят до кипения в собственном соку и охлаждают. Морковь и охлажденный до 14 °С горошек соединяют и заправляют растительным маслом.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен горкой. Морковь и горошек сохранили форму. Консистенция овощей мягкая. Вкус и аромат, свойственные виду овощей, входящих в салат.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 62

Наименование блюда: **Салат из моркови с курагой**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	116,8	93,4						
Курага	6,7	10*						
Сахар	5	5						
ИТОГО:			1,6	0,0	0,1	0,1	15,1	68

*Масса набухшей кураги.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	3,6	0,00	0,4	43	57	40	0,8

Выход: 100

Технология приготовления: Очищенную морковь нарезают на тонкие ломтики и припускают в небольшом количестве воды. Курагу тщательно промывают, заливают кипящей водой и дают набухнуть. Подготовленную курагу нарезают ломтиками, затем смешивают с морковью и сахаром.
Температура подачи: от 10 до 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Морковь и курага нарезаны ломтиками. Салат уложен горкой. Консистенция мягкая, сочная. Цвет оранжевый. Вкус, свойственный моркови и кураге. Запах моркови и кураги.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 63

Наименование блюда: **Салат из моркови с орехами и медом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто Всего	Б		Ж		У	
			в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.			
Морковь свежая	90	72						
Мед	10	10						
Орехи фундук	21,3	10,7						
Клюква	11,8	8						
ИТОГО:			2,7	0,0	6,7	6,7	14,3	128

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	3,6	0,00	2,5	40	74	47	0,9

Выход: 100

Технология приготовления: Сырую очищенную морковь нарезают на тонкие ломтики и припускают в небольшом количестве воды. Орехи промывают высушивают на противне, дробят. Замороженные ягоды клюквы обдают кипятком. Измельченную морковь смешивают с медом, выдерживают в течение от 35 до 40 мин, соединяют с клюквой. тщательно перемешивают, укладывают горкой и украшают дробленым орехом.

Температура подачи: от 10 до 14 °С.

Срок реализации: не более двух часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен горкой. Морковь и клюква равномерно перемешаны. Вкус в меру соленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 64

Наименование блюда: **Салат картофельный с яблоками**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель вареный	64,2	40*						
Яблоки свежие	34,2	24						
Салат	34,4	26						
Масло растительное	10	10						
Соль поваренная йодированная	0,25	0,25						
ИТОГО:			1,3	0,0	10,3	10,3	8,6	132

*Масса картофеля очищенного.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	9,8	0,00	4,7	28	31	21	1,0

Выход: 100

Технология приготовления: Яблоки, очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом и картофель вареный нарезают ломтиками, салат шинкуют. Подготовленные яблоки, картофель, салат соединяют, добавляют соль поваренную йодированную, заправляют маслом или соусом салатным. Салат оформляют ломтиками яблок или листьев салата.

Температура подачи: от 10 до 14 °С.

Срок реализации: не более двух часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом. Консистенция картофеля вареного – мягкая, сырых яблок – сочная, упругая, салата – хрустящая, упругая. Цвет, свойственный продуктам, входящим в состав блюда. Вкус вареного картофеля в сочетании с яблоками, салатом и растительным маслом. Запах, свойственный вареному картофелю, яблокам, салату с ароматом растительного масла.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 65

Наименование блюда: **Салат картофельный с зеленым горошком**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	72	54						
Лук зеленый	11	8						
или лук репчатый	10	8						
Горошек зеленый консерв.	30	20						
Яйца	1/4 шт.	10						
Масло растительное	10	10						
ИТОГО: по зеленому луку			3,1	1,3	11,4	10,3	9,8	154

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	10,2	0,03	4,6	18	66	18	0,9

Выход: 100

Технология приготовления: Картофель нарезают мелкими кубиками, подливают небольшое количество (1/3 объема занимаемого картофелем) кипящей воды, добавляют соль, закрывают крышкой и доводят до готовности (8-10 мин). Отвар сливают. Зеленый горошек в отваре доводят до кипения, охлаждают картофель и горошек до температуры 14 °С.
Картофель можно отварить очищенным целыми клубнями, охладить, а затем нарезать мелкими кубиками.
Лук репчатый мелко шинкуют (рубят), бланшируют, охлаждают. Зеленый лук промывают проточной водой, мелко шинкуют. Овощи соединяют, заправляют йодированной солью, растительным маслом и подают.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен горкой. Нарезка аккуратная. Картофель не разварившийся. Консистенция картофеля и горошка мягкая, лук хрустящий. Вкус и аромат блюда соответствуют входящим в его состав продуктам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 66

Наименование блюда: **Салат картофельный с огурцами солеными или капустой квашеной**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	83	60*						
Лук зеленый	14	11						
или лук репчатый	13	11						
Огурцы соленые	20	13						
или капуста квашеная	19	13						
Морковь	14	11**						
Масло растительное	5	5						
ИТОГО: по капусте квашеной, луку зеленому			1,7	0,0	5,3	5,3	10,5	96

*Масса вареного очищенного картофеля.

**Масса вареной очищенной моркови.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	13,1	0,00	2,4	19	49	21	0,7

Выход: 100

Технология приготовления: Лук зеленый или лук репчатый очищенный, вареные очищенные картофель и морковь нарезают ломтиками. Добавляют нарезанные соленые огурцы или капусту квашеную и заправляют растительным маслом.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Вареные очищенные картофель и морковь, соленые огурцы нарезаны ломтиками, перемешаны, заправлены растительным маслом. По рецептуре разрешена замена соленых огурцов на квашеную капусту. Консистенция вареных овощей - мягкая; соленых огурцов и капусты - упругая. Цвет, свойственный продуктам, входящим в состав салата. Вкус умеренно соленый, вареных овощей, соленых огурцов или квашеной капусты, с приятным вкусом растительного масла; запах приятный, свойственный входящим в состав продуктам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 67

Наименование блюда: **Салат картофельный с кальмарами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	80	61						
Лук зеленый	14	10						
или репчатый лук	13	10						
Кальмар (филе)	34	16,5*						
Сметана	10	10						
ИТОГО: по зеленому луку			4,4	3,0	2,1	0,3	10,6	79

*Масса отварных кальмаров.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,09	8,4	0,00	0,5	24	77	28	0,8

Выход: 100

Технология приготовления: Очищенный отварной картофель нарезают мелкими ломтиками, смешивают с нашинкованным зеленым или репчатым луком. Отварное филе кальмара нарезают тонкими ломтиками, соединяют с подготовленными овощами, заправляют сметаной и посыпают йодированной солью.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Очищенный отварной картофель и кальмар нарезаны ломтиками, смешаны с нарезанным луком. Салат уложен горкой, заправлен сметаной. Консистенция картофеля вареного - мягкая, кальмара - мягкая, слегка упругая. Цвет, свойственный продуктам, входящим в состав блюда. Вкус вареного картофеля в сочетании с кальмарами, луком и сметаной; запах, свойственный входящим в состав блюда продуктам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 68

Наименование блюда: **Салат сельдь с картофелем**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Сельдь	44	21						
Картофель	96	72						
Масса вареного картофеля	-	70						
Масло растительное	10	10						
ИТОГО:			5,2	3,8	12,7	10,3	10,3	176

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	8,9	0,02	4,6	22	93	26	0,9

Выход: 100

Технология приготовления: Картофель отваривают, очищают, нарезают ломтиками. Можно картофель нарезать кубиками 5×5 мм, припустить до готовности в небольшом количестве воды, отвар слить, охладить.

Сельдь разделывают на филе без кожи и костей, нарезают мелкими ломтиками по 3 - 4 на порцию. Если сельдь с повышенным содержанием соли, ее необходимо разделать на филе и вымочить в кипяченой охлажденной воде. Картофель укладывают на тарелку, сбоку кладут ломтики сельди, поливают растительным маслом.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Картофель аккуратно нарезан, не деформирован. Консистенция картофеля и сельди мягкая, но не разваливающаяся. Цвет соответствует натуральным продуктам. Запах без посторонних привкусов и запахов. Не допускается «загар» и запах окислившегося жира в сельди. Содержание соли в сельди не выше 4%. Сельдь и картофель политы маслом.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 69

Наименование блюда: **Салат овощной с зеленым горошком**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	62	45*						
Морковь	32	25*						
Горошек зеленый консервированный	26	17						
Яйцо	1/5 шт.	8						
Масло растительное	6	6						
ИТОГО:			2,8	1,0	7,1	6,2	9,1	111

*Масса вареных очищенных овощей.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	11,7	0,02	3,0	19	64	23	0,9

Выход: с маслом 100

Технология приготовления: Картофель и морковь варят, очищают, нарезают мелкими кубиками, вареные яйца нарезают тонкими ломтиками, добавляют консервированный зеленый горошек, предварительно прокипяченный в собственном соку, йодированную соль и заправляют растительным маслом.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен горкой. Овощи и яйца аккуратно нарезаны, нарезка сохранилась, цвет и запах соответствуют виду овощей. Вкус в меру соленый. Консистенция вареных овощей – мягкая.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 70

Наименование блюда: **Салат с курицей и фруктами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Курица вареная (мякоть без кожи)	119	79						
Яблоки свежие	29	20						
Апельсины свежие	30	20						
Сок лимонный	20	20						
Орехи (ядра)	10	10						
Петрушка (зелень)	3	2						
ИТОГО:			18,2	16,1	20,2	6,2	5,5	277

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,09	19,2	0,03	0,7	51	173	35	2,1

Выход: с маслом 100

Технология приготовления: Вареную мякоть курицу без кожи нарезают мелкими кубиками. Яблоки очищают от кожицы, удаляют семенное гнездо, нарезают соломкой, апельсины, очищенные от кожуры, нарезают ломтиками, ядра орехов измельчают. Подготовленные продукты кладут в фужер слоями, поливают соком лимонным.

При отпуске салат оформляют зеленью.

Температура подачи: от 10 до 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Фрукты и курица аккуратно нарезаны, нарезка сохранилась, цвет и запах соответствуют виду фруктов. Вкус в меру соленый. Салат уложен горкой. Консистенция вареной курицы – мягкая.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 71

Наименование блюда: **Салат картофельный с редькой**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель отварной	67,4	49						
Редька свежая зеленая	28,6	20						
Огурцы свежие	15,8	15						
Лук зеленый	7,6	6						
Сахар	1,0	1,0						
Масло растительное	10	10						
Соль поваренная йодированная	0,25	0,25						
ИТОГО:			1,5	0,0	10,2	10,2	9,8	137

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	12,4	0,00	4,5	21	39	18	0,8

Выход: 100

Технология приготовления: Картофель отварной очищенный, подготовленные огурцы и редьку нарезают тонкими ломтиками. Редьку посыпают сахаром, чтобы была сочнее. Лук зеленый мелко шинкуют. Все овощи соединяют, добавляют соль поваренную йодированную, масло растительное и перемешивают.
Температура подачи: от 10 до 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Овощи аккуратно нарезаны, нарезка сохранилась, цвет и запах соответствуют виду овощей. Вкус в меру соленый. Салат уложен горкой.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 72

Наименование блюда: **Салат картофельный**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	115,5	84*						
Лук зеленый	21,3	17						
или лук репчатый	20,2	17						
Масло растительное	5	5						
ИТОГО: по зеленому луку			1,9	0,0	5,4	5,4	13,4	110

*Масса вареного очищенного картофеля.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,09	12,2	0,00	2,3	14	56	21	0,8

Выход: 100

Технология приготовления: Очищенный вареный картофель нарезают мелкими ломтиками, смешивают с шинкованным зеленым луком или репчатым луком. Салат заправляют растительным маслом.
Температура подачи: от 10 до 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Очищенный вареный картофель нарезан мелкими ломтиками, смешан с шинкованным зеленым или репчатым луком. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом. Консистенция картофеля вареного – мягкая, сырых овощей - упругая, хрустящая. Цвет, свойственный продуктам, входящим в состав салата. Вкус вареного картофеля в сочетании с луком и растительным маслом. Запах, свойственный вареному картофелю, луку, с ароматом растительного масла.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 73

Наименование блюда: **Салат картофельный с кукурузой и морковью**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	34,7	25*						
Кукуруза сахарная консервированная	41,6	25						
Морковь	31,4	25**						
Огурцы свежие	25	20						
Масло растительное	6	6						
ИТОГО:			3,1	0,0	6,9	6,9	21,9	162

* Масса вареного очищенного картофеля.
** Масса вареной очищенной моркови.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,09	10,2	0,00	3,1	20	86	34	1,3

Выход: 100

Технология приготовления: Картофель, морковь варят, очищают, нарезают кубиками, огурцы нарезают тонкими ломтиками, добавляют консервированную кукурузу, предварительно прокипяченную, заправляют растительным маслом. Салат укладывают горкой, оформляют огурцами, морковью.
Температура подачи: от 10 до 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Картофель, морковь нарезаны кубиками, огурцы – ломтиками. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом. Консистенция вареных картофеля и моркови – мягкая, огурцов – сочная, упругая. Цвет свойственный продуктам, входящим в состав блюда. Вкус вареного картофеля в сочетании с морковью, огурцами, кукурузой и растительным маслом. Запах, свойственный вареному картофелю, моркови, огурцам, с ароматом растительного масла.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 74

Наименование блюда: **Салат картофельный с морковью и зеленым горошком**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в.т.ч. раст.		
Картофель	62,5	45*						
Горошек зеленый консервированный	26,2	17						
Морковь	31,4	25**						
Яйцо	1/5 шт.	8						
Масло растительное	6	6						
ИТОГО:			2,8	1,0	7,1	6,2	9,9	115

* Масса вареного очищенного картофеля.
** Масса вареной очищенной моркови.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	11,7	0,02	3,0	19	68	24	0,9

Выход: 100

Технология приготовления: Картофель, морковь варят, очищают, нарезают кубиками, яйца нарезают тонкими ломтиками, добавляют консервированный зеленый горошек, предварительно прокипяченный в собственном соку, заправляют растительным маслом. Салат укладывают горкой, оформляют яйцом, морковью.
Температура подачи: от 10 до 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Картофель, морковь нарезаны кубиками, яйца ломтиками. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом. Консистенция овощей мягкая. Цвет, свойственный продуктам, входящим в состав блюда. Вкус вареного картофеля в сочетании с морковью, яйцами, зеленым горошком и растительным маслом. Запах, свойственный вареному картофелю, моркови, яйцам, с ароматом растительного масла.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 75

Наименование блюда: **Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	68,1	49*						
Горошек зеленый консервированный	26,2	17						
Огурцы соленые	30	24						
Лук репчатый	6	5						
Масло растительное	6	6						
ИТОГО:			1,8	0,0	6,2	6,2	8,9	99

*Масса вареного очищенного картофеля.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	10,1	0,00	2,8	16	46	18	0,7

Выход: 100

Технология приготовления: Картофель варят, очищают, нарезают тонкими ломтиками. Соленые огурцы очищают, нарезают тонкими ломтиками, репчатый лук шинкуют, добавляют консервированный зеленый горошек, предварительно прокипяченный в собственном соку, заправляют растительным маслом. Салат укладывают горкой.

Температура подачи: от 10 до 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Картофель, огурцы нарезаны тонкими ломтиками. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом. Консистенция мягкая. Цвет, свойственный продуктам, входящим в состав блюда. Вкус вареного картофеля в сочетании с огурцами солеными, зеленым горошком и растительным маслом. Запах, свойственный вареному картофелю, огурцам соленым, с ароматом растительного масла.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 76

Наименование блюда: **Винегрет овощной**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	29,4	22						
Свекла	19	15						
Морковь	13	10						
Огурцы соленые	38	30						
Лук репчатый	18	15						
Масло растительное	10	10						
ИТОГО:			1,3	0,0	10,8	10,8	6,8	130

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	8,4	0,00	4,6	23	40	18	0,8

Выход: 100

Технология приготовления: Свеклу варят в кожуре или запекают в жарочном шкафу до готовности, охлаждают, нарезают ломтиками толщиной 2×10 мм. Картофель очищают, нарезают ломтиками 2×10 мм, заливают (1/4 объема) кипящей водой, закрывают крышкой и припускают до готовности (7 мин), отвар сливают, охлаждают. Морковь очищают, нарезают и припускают (отдельно от картофеля), отвар сливают, охлаждают. Огурцы очищают от кожицы и семян, нарезают ломтиками 1×6 мм. Лук репчатый нарезают мелким кубиком (рубят), бланшируют (ошпаривают).

Картофель и морковь можно отварить в целом виде очищенными по отдельности, затем охладить и мелко нарезать.

Овощи соединяют, заправляют нерафинированным растительным маслом, йодированной солью, хорошо перемешивают и готовый винегрет выносят на раздачу.

Чтобы свекла не окрашивала другие овощи, ее заправляют отдельно, затем соединяют с овощами.

Огурцы соленые можно заменить капустой квашеной полностью или частично. Капусту перебирают, мелко рубят. Если капуста кислая - промывают до рубки охлажденной кипяченой водой, откидывают на сите.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Овощи аккуратно нарезаны, нарезка сохранилась, цвет и запах соответствуют виду овощей. Вкус в меру соленый. Винегрет уложен горкой. Консистенция вареных овощей - мягкая, сырых - слегка хрустящая.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 77

Наименование блюда: **Винегрет из фруктов и овощей**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Яблоки свежие	14	10						
Груши свежие	14	10						
Морковь свежая	10	8						
Огурцы свежие*	11	10						
Картофель	35	25**						
Сельдерей (корень)	5	4						
Петрушка (корень)	5	4						
Горошек зеленый консервированный	8	5						
Сахар	3	3						
Лимон	10	4***						
Салат зеленый	1,4	1						
Апельсины	8	5						
Масло растительное	12	12						
ИТОГО:			1,1	0,0	12,2	12,2	10,8	157

*Огурцы свежие с огрубевшей кожицей очищают, соответственно увеличив вес брутто.

**Масса картофеля вареного очищенного.

***Масса лимонного сока.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	11,7	0,00	5,5	24	35	18	0,9

Выход: 100

Технология приготовления: Очищенные яблоки и груши свежие (с удаленными семенными гнездами), морковь свежую, картофель вареный, огурцы свежие с кожицей нарезают тонкими ломтиками. Подготовленные зелень петрушки и корень сельдерея мелко нарезают. Фрукты, овощи, зелень соединяют и смешивают с горошком зеленым консервированным (предварительно прогретым в собственном отваре и охлажденным после слива отвара), добавляют сахар-песок, сок лимона и заправляют маслом растительным. Винегрет укладывают горкой и оформляют листьями салата зеленого, дольками апельсина.

Температура подачи: от 10 до 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Овощи аккуратно нарезаны, нарезка сохранилась, цвет и запах соответствуют виду овощей и фруктов. Винегрет уложен горкой. Консистенция вареных овощей - мягкая, сырых - слегка хрустящая.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 78

Наименование блюда: **Винегрет из фруктов и овощей с йогуртом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Яблоки свежие	14	10						
Груши свежие	14	10						
Морковь свежая	10	8						
Огурцы свежие*	11	10						
Картофель	35	25**						
Сельдерей (корень)	5	4						
Петрушка (корень)	5	4						
Горошек зеленый консервированный	8	5						
Сахар	3	3						
Лимон	10	4***						
Салат зеленый	1,4	1						
Апельсины	8	5						
Йогурт	12	12						
ИТОГО:			1,7	0,6	0,6	0,2	11,3	57

*Огурцы свежие с огрубевшей кожицей очищают, соответственно увеличив вес брутто.

**Масса картофеля вареного очищенного.

***Масса лимонного сока.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	11,8	0,00	0,2	39	46	20	0,9

Выход: 100

Технология приготовления: Очищенные яблоки и груши свежие (с удаленными семенными гнездами), морковь свежую, картофель вареный, огурцы свежие с кожицей нарезают тонкими ломтиками. Подготовленные зелень петрушки и корень сельдерея мелко нарезают.

Фрукты, овощи, зелень соединяют и смешивают с горошком зеленым консервированным (предварительно прогретым в собственном отваре и охлажденным после слива отвара), добавляют сахар-песок, сок лимона и заправляют термизированным йогуртным продуктом. Винегрет укладывают горкой и оформляют листьями салата зеленого, дольками апельсина.

Температура подачи: от 10 до 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Овощи аккуратно нарезаны, нарезка сохранилась, цвет и запах соответствуют виду овощей и фруктов. Винегрет уложен горкой. Консистенция вареных овощей - мягкая, сырых - слегка хрустящая.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 79

Наименование блюда: **Винегрет овощной с кальмарами (1-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	23,2	16,9*						
Свекла	15,2	12,1*						
Морковь	10,4	8,0*						
Огурцы соленые	15,2	12,0						
Горошек зеленый	18,4	12,0						
или консервированный	14,4	12,0						
Лук репчатый	15,2	12,0						
Масло растительное	8,0	8,0						
Соль	0,2	0,2						
Масса винегрета овощного	-	80						
Кальмары	41	20**						
ИТОГО:			4,9	3,4	8,6	8,2	6,7	124

* Масса картофеля, свеклы, моркови вареных очищенных.

** Масса кальмаров вареных.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	8,8	0,00	4,1	26	82	31	0,9

Выход: 100

Технология приготовления: Для приготовления винегрета вареные очищенные картофель, морковь, свеклу нарезают мелкими кубиками, огурцы консервированные (без уксуса) нарезают тонкими ломтиками, лук зеленый или лук репчатый шинкуют. Горошек зеленый консервированный прогревают в отваре, после чего отвар сливают, горошек зеленый охлаждают до температуры от 8 до 10 °С. Подготовленные ингредиенты соединяют, добавляют соль, масло растительное, перемешивают.

Кальмары (филе без кожицы) размораживают в холодной воде, очищают, тщательно промывают, затем опускают в кипящую подсоленную воду (соотношение воды и кальмаров при варке 1:3, количество добавляемой соли на 1 л - 5 г) и варят в течение 15 минут. Кальмары вареные охлаждают до температуры от 8 до 10 °С, нарезают соломкой поперек волокон.

В винегрет овощной готовый добавляют нарезанные кальмары, перемешивают.

Температура подачи: от 10 до 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Овощи аккуратно нарезаны, нарезка сохранилась, цвет и запах соответствуют виду овощей. Вкус в меру соленый. Винегрет уложен горкой. Консистенция вареных овощей и кальмаров - мягкая, сырых - слегка хрустящая.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 80

Наименование блюда: **Винегрет овощной с кальмарами (2-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	20,8	14,4*						
Свекла	18,4	14,4*						
Морковь	10,4	8,0*						
Огурцы свежие очищенные	15,2	12,0						
Лук репчатый	9,6	8,0						
Яблоки свежие	10,4	8,0						
Масло растительное	8,0	8,0						
Соль	0,2	0,2						
Масса винегрета овощного	-	80						
Кальмары	41	20**						
ИТОГО:			4,3	3,4	8,6	8,2	5,9	118

* Масса картофеля, свеклы, моркови вареных очищенных.

** Масса кальмаров вареных.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	7,8	0,00	4,1	22	70	28	0,9

Выход: 100

Технология приготовления: Для приготовления винегрета вареные очищенные картофель, морковь, свеклу нарезают мелкими кубиками, огурцы свежие, яблоки свежие без семенного гнезда нарезают тонкими ломтиками, лук зеленый или лук репчатый шинкуют. Подготовленные ингредиенты соединяют, добавляют соль, масло растительное перемешивают.

Кальмары (филе без кожицы) размораживают в холодной воде, очищают, тщательно промывают, затем опускают в кипящую подсоленную воду (соотношение воды и кальмаров при варке 1:3, количество добавляемой соли на 1 л - 5 г) и варят в течение 15 минут. Кальмары вареные охлаждают до температуры от 8 до 10 °С, нарезают соломкой поперек волокон.

В винегрет овощной готовый добавляют нарезанные кальмары, перемешивают.

Температура подачи: от 10 до 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Овощи аккуратно нарезаны, нарезка сохранилась, цвет и запах соответствуют виду овощей. Вкус в меру соленый. Винегрет уложен горкой. Консистенция вареных овощей и кальмаров - мягкая, сырых - слегка хрустящая.

3.2. Бутерброды

В эту группу изделий включены открытые и закрытые бутерброды.

Гастрономические и другие продукты для бутербродов подготавливают следующим образом: с колбас удаляют шпагат и концы оболочек. Без оболочки колбаса портится быстрее, и поэтому оболочку удаляют только с предназначенной для нарезания части батона. Колбасы, у которых оболочка снимается с трудом, пускают на 1–2 мин в горячую воду, разрезают оболочку вдоль и удаляют ее.

Очищенную колбасу нарезают: толстые батоны — поперек по одному или половине куска, а тонкие батоны — наискось по 2–3 куска на бутерброд. Подготовленные отварные мясопродукты нарезают поперек волокон широкими тонкими кусками толщиной 3–4 мм, равномерно распределяя жировую прослойку. Сыр нарезают ломтиками толщиной 2–3 мм.

Соленую рыбу (семгу, кету и др.) пластуют вдоль позвоночника. С части, предназначенной для нарезки, удаляют позвоночник и реберные кости. Нарезают рыбу без кожи, начиная с хвоста, по 1–2 кусочка на бутерброд.

Звенья вареной осетровой рыбы зачищают от хрящей, охлаждают и нарезают кусками без кожи толщиной 3–4 мм.

Сельдь разделывают на филе (мякоть). Для этого у предварительно обезглавленной тушки отрезают край брюшка и удаляют внутренности, затем снимают кожу, предварительно надрезав ее вдоль спинки, и отделяют мякоть от позвоночника и реберных костей. Если сельдь очень соленая, то ее предварительно вымачивают в холодной воде (10–12 ч).

Кильку, хамсу и другую мелкую рыбу пряного посола очищают от специй, удаляют голову, внутренности, хвостовой плавник и позвоночник.

Масло сливочное зачищают и нарезают на кусочки различной геометрической формы с гофрированной или гладкой поверхностью.

Для открытых бутербродов используют хлеб из пшеничной или ржаной муки, а также из смеси той и другой.

На ржаном хлебе рекомендуется готовить бутерброды с продуктами резко выраженного вкуса и запаха (сельдь, килька и др.). Указанную в рецептурах норму хлеба 30 г можно уменьшить до 20 г или увеличить до 40 г на порцию, соответственно изменив выход бутербродов.

Хлеб нарезают ломтиками толщиной 1–1,5 см. На него укладывают тонкие кусочки основного продукта (мяса, колбасы, сыра и др.), стараясь покрыть ими всю поверхность ломтика хлеба.

Зернистую икру кладут на хлеб горкой.

Открытые бутерброды с джемом, повидлом, сыром, рыбными консервами, икрой осетровых и лососевых рыб готовят со сливочным маслом. Отпускать их можно и без масла. В этом случае выход бутербродов соответственно уменьшается.

Со сливочным маслом можно отпускать бутерброды с вареной колбасой и солеными рыбными продуктами, увеличивая соответственно выход бутербродов.

При изготовлении бутербродов с сыром и другими продуктами масло намазывают на хлеб ровным слоем; бутерброд с икрой, кильками, сельдью, джемом, повидлом можно оформить маслом, расположив его сбоку от основного продукта.

Бутерброды с жареными и другими мясными продуктами можно приготовить с салатом из сырых овощей, который укладывают на середину кусочка мяса. Норма салата 10–20 г. Открытые бутерброды можно украшать салатом, веточками петрушки, укропа, ломтиками помидора, свежего или соленого огурца, редиса, кусочками свежего сладкого перца и др. При этом соответственно увеличивают выход.

Закрытые бутерброды отличаются от открытых тем, что их приготавливают с двумя ломтиками хлеба, на один из которых кладут какой-либо продукт и накрывают его другим. Для закрытых бутербродов используют преимущественно мелкоштучный пшеничный хлеб (городские, школьные и другие булочки). Допускается использование батонов, а также формового пшеничного и ржаного хлеба.

Указанную в рецептурах норму хлеба можно увеличить до 100 г на порцию, соответственно увеличив выход бутерброда.

Мелкоштучный хлеб разрезают вдоль на две половины так, чтобы они не распались. Формовой хлеб и батоны нарезаны по два ломтика на бутерброд. Каждую половину булочки или ломтика хлеба

намазывают маслом, если оно предусмотрено рецептурой, и вкладывают подготовленный продукт.

Продукты, предназначенные для бутербродов, нарезают не ранее чем за 30 минут до отпуска и хранят на холоде.

Срок хранения нарезанных продуктов при температуре +4 – +6 °С не более 30 минут. Оформленные бутерброды хранят в охлаждаемых прилавках или холодильном шкафу при температуре +4 – +6 °С не более 15 минут. Температура подачи не выше 14 °С.

Таблица 1

Расчет расхода сырья и выхода гастрономических изделий

Наименование продуктов и способы промышленной и кулинарной разделки	Отходы и потери при хол. обработке, % к массе сырья, брутто	Выход готового изделия, г					
		50	40	30	25	20	15
		Масса сырья брутто, г					
Сельдь соленая, пряная маринованная не разделанная без головы и кожи с костями							
- крупная	38	81	65	48	40	32	24
- средняя	40	83	67	50	42	33	25
- мелкая	42	86	69	52	43	34	26
Филе мякоть							
- крупная	50	100	80	60	50	40	30
- средняя	52	104	83	63	52	42	31
- мелкая	54	109	87	65	54	43	33
Сельдь соленая, пряная обезглавленная Филе мякоть							
- крупная	36	78	63	47	39	31	23
- средняя	37	79	64	48	40	32	24
- мелкая	38	81	65	48	40	32	24
Колбасные изделия							
Колбасы вареные («Докторская» и др.)	3	52	41	31	26	21	-
Сыры							
алтайский, голландский, швейцарский	8	54	33	27	22	16,5	-
костромской, пошехонский, копченый	4	52	31	26	21	15,5	-

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 81

Наименование блюда: **Бутерброды с вареными колбасами (1-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Колбаса вареная «Любительская» или «Отдельная» или «Прима» или «Останкинская»	31	30						
Хлеб пшеничный	20	20						
ИТОГО: по «Любительская»			5,2	3,7	8,6	0,2	9,8	137

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,09	0,0	0,00	0,4	10	57	8	0,7

Выход: 50

Технология приготовления: На тонкий ломтик хлеба укладывают тонкие ломтики гастрономических продуктов. Площадь гастрономических продуктов не должна превышать площади ломтиков хлеба. Бутерброды с вареной колбасой можно отпускать с маслом (5 г на порцию), соответственно увеличив выход. Тонкие батоны колбасы нарезают наискось по два кусочка на порцию. Гастрономические продукты, используемые для приготовления, должны быть предварительно охлаждены до 8–10 °С. Колбасы, у которых оболочка снимается с трудом, опускают на 1–2 мин. в горячую воду, разрезают оболочку вдоль и удаляют ее.

Температура подачи: не выше 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Бутерброды аккуратно оформлены, гастрономические продукты покрывают 80–100% площади ломтиков хлеба. Хлеб мягкий, все продукты свеженарезанные, вкус и запах, свойственные виду продуктов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 82

Наименование блюда: **Бутерброды с вареными колбасами (2-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Колбаса вареная «Любительская» или «Отдельная» или «Прима» или «Останкинская»	21	20						
Хлеб пшеничный	15	15						
ИТОГО: по «Любительская»			3,6	2,4	5,7	0,1	7,4	95

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	0,0	0,00	0,3	7	39	6	0,5

Выход: 35

Технология приготовления: На тонкий ломтик хлеба укладывают тонкие ломтики гастрономических продуктов. Площадь гастрономических продуктов не должна превышать площади ломтиков хлеба. Бутерброды с вареной колбасой можно отпускать с маслом (5 г на порцию), соответственно увеличив выход. Тонкие батоны колбасы нарезают наискось по два кусочка на порцию. Гастрономические продукты, используемые для приготовления, должны быть предварительно охлаждены до 8–10 °С. Колбасы, у которых оболочка снимается с трудом, опускают на 1 - 2 мин. в горячую воду, разрезают оболочку вдоль и удаляют ее.

Температура подачи: не выше 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Бутерброды аккуратно оформлены, гастрономические продукты покрывают 80–100% площади ломтиков хлеба. Хлеб мягкий, все продукты свеженарезанные, вкус и запах, свойственные виду продуктов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 83

Наименование блюда: **Бутерброды с отварными мясопродуктами (1-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина	65	48						
или телятина	71	47						
или язык говяжий	51	51						
Масса отварных мясопродуктов	-	30						
Хлеб	20	20						
ИТОГО: по говядине			7,9	6,4	4,5	0,2	9,8	111

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	0,0	0,00	0,4	10	61	10	0,8

Выход: 50

Технология приготовления: Мясо крупным куском 1,5–2 кг заливают горячей водой или бульоном, доводят до кипения и варят до готовности. Для улучшения вкуса и аромата в бульон добавляют подпеченные коренья или репчатый лук. Соль и специи добавляют за 15–20 мин до готовности мяса, лавровый лист за 5 мин.

Отварные мясопродукты нарезают по 1–2 ломтика и кладут на ломтики хлеба. Продукты нарезают непосредственно перед реализацией.

Хранят не более 15 мин. при температуре 6 °С.

Требования к качеству: Мясопродукты аккуратно нарезаны, консистенция мяса мягкая, хлеб не черствый. Вкус и запах, свойственные хлебу и вареным мясопродуктам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 84

Наименование блюда: **Бутерброды с отварными мясопродуктами (2-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина	43	32						
или телятина	47	31						
или язык говяжий	34	34						
Масса отварных мясопродуктов	-	20						
Хлеб	15	15						
ИТОГО: по говядине			5,4	4,2	3,0	0,1	7,4	78

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	0,0	0,00	0,3	7	41	7	0,4

Выход: 35

Технология приготовления: Мясо крупным куском 1,5–2 кг заливают горячей водой или бульоном, доводят до кипения и варят до готовности. Для улучшения вкуса и аромата в бульон добавляют подпеченные коренья или репчатый лук. Соль йодированную и специи добавляют за 15–20 мин. до готовности мяса, лавровый лист за 5 мин.
Отварные мясопродукты нарезают по 1–2 ломтика и кладут на ломтики хлеба. Продукты нарезают непосредственно перед реализацией.
Хранят не более 15 мин. при температуре 6 °С.

Требования к качеству: Мясопродукты аккуратно нарезаны, консистенция мяса мягкая, хлеб не черствый. Вкус и запах, свойственные хлебу и вареным мясопродуктам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 85

Наименование блюда: **Бутерброды с сельдью или килькой соленой (1-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто Всего	Б		Ж		У	
			в т.ч.жив	Всего	в т.ч. раст.			
Сельдь	52	25						
или килька	56	25						
Масло сливочное	5	5						
Лук зеленый	6	5						
Хлеб ржаной	30	30						
ИТОГО: по сельди			6,6	4,5	6,4	0,4	10,2	125

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	0,3	0,05	0,7	29	119	23	1,5

Выход: 65

Технология приготовления: Сельдь разделывают на филе (мякоть). Для этого у предварительно обезглавленной тушки разрезают брюшко, удаляют внутренности, надрезав кожу вдоль спинки, снимают ее от головы. Отделяют мякоть от позвоночника и реберных костей. Если сельдь крепко соленая, ее вымачивают неразделанной в холодной воде. Филе нарезают под углом 30° наискось по 2–3 кусочка на порцию. Кильку очищают от пряностей, специй, удаляют голову, внутренности, хвостовой плавник и позвоночник.
Кусочки сельди, филе кильки укладывают на ломтик хлеба, намазанный маслом, посередине кладут нарезанный брусочками зеленый лук.
Бутерброды с сельдью или килькой можно отпускать без масла или без лука, соответственно уменьшив выход.
Хранят не более 15 мин при температуре 6 °С.

Требования к качеству: Бутерброды красиво оформлены, вкус и аромат соответствуют виду использованных продуктов, поверхность не заветрена.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 86

Наименование блюда: **Бутерброды с сельдью или килькой соленой (2-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Сельдь	42	20						
или килька	44	20						
Масло сливочное	5	5						
Лук зеленый	6	5						
Хлеб ржаной	20	20						
ИТОГО: по сельди			5,0	3,6	5,9	0,2	7,0	101

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	0,0	0,03	0,5	22	89	17	1,0

Выход: 50

Технология приготовления: Сельдь разделывают на филе (мякоть). Для этого у предварительно обезглавленной тушки разрезают брюшко, удаляют внутренности, надрезав кожу вдоль спинки, снимают ее от головы. Отделяют мякоть от позвоночника и реберных костей. Если сельдь крепко соленая, ее вымачивают неразделанной в холодной воде. Филе нарезают под углом 30° наискось по 2 - 3 кусочка на порцию. Кильку очищают от пряностей, специй, удаляют голову, внутренности, хвостовой плавник и позвоночник.
Кусочки сельди, филе кильки укладывают на ломтик хлеба, намазанный маслом, посередине кладут нарезанный брусочками зеленый лук.
Бутерброды с сельдью или килькой можно отпускать без масла или без лука, соответственно уменьшив выход.
Хранят не более 15 мин при температуре 6 °С.

Требования к качеству: Бутерброды красиво оформлены, вкус и аромат соответствуют виду использованных продуктов, поверхность не заветрена.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 87

Наименование блюда: **Бутерброды со скумбрией копченой**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Скумбрия копченая	38	20						
Масло сливочное	8	8						
Зелень петрушки	1,4	1						
Хлеб ржанной	30	30						
ИТОГО:			6,2	4,2	8,9	0,4	10,2	146

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	1,6	0,05	0,7	26	110	26	1,5

Выход: 50

Технология приготовления: Чистое филе рыбы (без кожи и костей) нарезают на кусочки массой 20 г и накладывают на ломтики хлеба, смазанные сливочным маслом. Украшают листочками зелени.
Хранят не более 15 мин при температуре 6 °С.

Требования к качеству: Бутерброды красиво оформлены, вкус и аромат соответствуют виду использованных продуктов, поверхность не заветрена.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 88

Наименование блюда: **Бутерброды с килькой и яйцом (1-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Килька	56	25						
Яйца	1/4 шт.	10						
Масло сливочное	5	5						
Хлеб ржаной	30	30						
ИТОГО:			7,5	5,6	7,5	0,4	10,1	139

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,0	0,06	0,6	39	150	28	1,8

Выход: 70

Технология приготовления: Кильку разделывают на филе без головы, внутренностей, хвоста и позвоночника. На ломтик хлеба намазанный маслом кладут кружочек вареного яйца, сверху помещают филе кильки.
Хранят не более 15 мин при температуре 6 °С.

Требования к качеству: Бутерброды красиво оформлены, вкус и аромат соответствуют виду использованных продуктов, поверхность не заветрена.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 89

Наименование блюда: **Бутерброды с килькой и яйцом (2-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Килька	44	20						
Яйца	1/4 шт.	10						
Масло сливочное	5	5						
Хлеб ржаной	25	25						
ИТОГО:			6,4	4,7	7,1	0,3	8,5	125

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	0,0	0,06	0,5	33	126	23	1,5

Выход: 60

Технология приготовления: Кильку разделывают на филе без головы, внутренностей, хвоста и позвоночника. На ломтик хлеба намазанный маслом кладут кружочек вареного яйца, сверху помещают филе кильки.
Хранят не более 15 мин при температуре 6 °С.

Требования к качеству: Бутерброды красиво оформлены, вкус и аромат соответствуют виду использованных продуктов, поверхность не заветрена.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 90

Наименование блюда: **Бутерброды с сыром (1-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Сыр «Советский»	21	20						
или «Российский»	21	20						
или «Голландский»	22	20						
или «Пошехонский»	21	20						
или «Швейцарский»	22	20						
или «Ярославский»	21,5	20						
или «Костромской»	21	20						
или копченый сыр	21	20						
или плавленые сыры	21	20						
или «Алтайский»	22	20						
Масло сливочное	5	5						
Хлеб пшеничный	20	20						
ИТОГО: по сыру «Костромскому»			6,7	5,1	9,5	0,2	9,9	153

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	0,1	0,08	0,4	185	132	13	0,4

Выход: 45

Технология приготовления: Ломтики хлеба намазывают сливочным маслом, а сверху кладут ломтик сыра.
Хранят не более 15 мин при температуре 6 °С.

Требования к качеству: Бутерброды красиво оформлены, вкус и аромат соответствуют виду использованных продуктов, поверхность не заветрена.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 91

Наименование блюда: **Бутерброды с сыром (2-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Сыр «Советский»	15,5	15						
или «Российский»	16	15						
или «Голландский»	16,5	15						
или «Пошехонский»	15,5	15						
или «Швейцарский»	16,5	15						
или «Ярославский»	16	15						
или «Костромской»	15,5	15						
или копченый сыр	15,5	15						
или плавленые сыры	15,5	15						
или «Алтайский»	16,5	15						
Масло сливочное	5	5						
Хлеб пшеничный	15	15						
ИТОГО: по сыру «Костромскому»			5,0	3,9	8,1	0,1	7,4	123

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	0,1	0,06	0,3	137	99	10	0,3

Выход: 35

Технология приготовления: Ломтики хлеба намазывают сливочным маслом, а сверху кладут ломтик сыра.
Хранят не более 15 мин при температуре 6 °С.

Требования к качеству: Бутерброды красиво оформлены, вкус и аромат соответствуют виду использованных продуктов, поверхность не заветрена.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 92

Наименование блюда: **Бутерброды с маслом и петрушкой**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Масло сливочное	20	20						
Петрушка зелень	7	5						
Хлеб или булочка	25	25						
Соль (по вкусу)								
ИТОГО:			2,2	0,1	16,7	0,2	12,8	211

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	7,5	0,12	0,6	20	25	8	0,4

Выход: 50

Технология приготовления: Масло сливочное размягчить, добавить йодированную соль, мелко рубленую зелень петрушки, хорошо взбить и нанести ровным слоем на ломтик хлеба или половинку булочки.
Хранят не более 15 мин при температуре 6 °С.

Требования к качеству: Бутерброды красиво оформлены, в масле виды точки рубленой зелени, вкус и аромат соответствуют виду использованных продуктов, поверхность ровная.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 93

Наименование блюда: **Бутерброды с маслом (1-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Масло сливочное	20	20						
или шоколадное	20	20						
или фруктовое	20	20						
Хлеб пшеничный	20	20						
ИТОГО: по сливочному маслу			1,6	0,1	16,7	0,2	10,0	197

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	0,0	0,12	0,4	6	17	3	0,3

Выход: 40

Технология приготовления: Размягченное масло намазывают на хлеб и наносят рисунок с помощью специального ножа.
Хранят не более 15 мин при температуре 6 °С.

Требования к качеству: Бутерброды красиво оформлены, вкус и аромат соответствуют свежему маслу, поверхность не заветрена.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 94

Наименование блюда: **Бутерброды с маслом (2-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Масло сливочное	15	15						
или шоколадное	15	15						
или фруктовое	15	15						
Хлеб пшеничный	15	15						
ИТОГО: по сливочному маслу			1,2	0,1	12,5	0,1	7,5	147

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	0,0	0,09	0,3	5	13	2	0,2

Выход: 30

Технология приготовления: Размягченное масло намазывают на хлеб и наносят рисунок с помощью специального ножа.
Хранят не более 15 мин при температуре 6 °С.

Требования к качеству: Бутерброды красиво оформлены, вкус и аромат соответствуют свежему маслу, поверхность не заветрена.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 95

Наименование блюда: **Бутерброды с джемом или повидлом (1-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Масло сливочное	5	5						
Джем или повидло	35,4	35						
Хлеб пшеничный	20	20						
ИТОГО: по повидлу			1,7	0,0	4,3	0,2	32,6	176

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	0,2	0,03	0,3	10	17	5	0,7

Выход: 60

Технология приготовления: Ломтики хлеба намазывают сливочным маслом, сверху покрывают повидлом или джемом. Повидло или джем можно взбить и отсадить из кондитерского мешка в виде украшений.
Хранят не более 15 мин при температуре 6 °С.

Требования к качеству: Бутерброды красиво оформлены, вкус и аромат соответствуют свежему маслу, повидлу, поверхность не заветрена.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 96

Наименование блюда: **Бутерброды с джемом или повидлом (2-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Масло сливочное	5	5						
Джем или повидло	20,2	20						
Хлеб пшеничный	15	15						
ИТОГО: по повидлу			1,2	0,0	4,2	0,1	20,4	124

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	0,1	0,03	0,2	6	12	3	0,4

Выход: 40

Технология приготовления: Ломтики хлеба намазывают сливочным маслом, сверху покрывают повидлом или джемом. Повидло или джем можно взбить и отсадить из кондитерского мешка в виде украшений.

Хранят не более 15 мин при температуре 6 °С.

Требования к качеству: Бутерброды красиво оформлены, вкус и аромат соответствуют свежему маслу, повидлу, поверхность не заветрена.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 97

Наименование блюда: **Закрытые бутерброды с сыром**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Сыр «Советский»	21	20						
или «Российский»	21	20						
или «Голландский»	22	20						
или «Пошехонский»	21	20						
или «Швейцарский»	22	20						
или «Ярославский»	21,5	20						
или «Костромской»	21	20						
или копченый сыр	21	20						
или плавленые сыры	21	20						
или «Алтайский»	22	20						
Масло сливочное	10	10						
Хлеб пшеничный	30	30						
ИТОГО: по сыру «Костромскому»			7,4	5,2	13,7	0,2	14,8	212

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	0,1	0,11	0,5	187	139	14	0,5

Выход: 60

Технология приготовления: Два тонких ломтика хлеба смазывают размягченным сливочным маслом. На один ломтик хлеба кладут ломтик сыра и сверху накрывают другим ломтиком хлеба, смазанной стороной к сыру.

Хранят не более 15 мин при температуре 6 °С.

Требования к качеству: Бутерброды красиво состоят из ровных одинаковых ломтиков хлеба, сыр покрывает около 80% поверхности. Вкус и аромат соответствуют виду использованных продуктов, поверхность не заветрена.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 98

Наименование блюда: **Бутерброды пикантные (горячие)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Нетто	Брутто	Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Хлеб пшеничный	25	25						
Масло сливочное (для обжарки хлеба)	4	4						
Масса обжаренного хлеба	-	20						
Чеснок	0,3	0,2						
Сыр	11	10*						
Сметана	10	10						
ИТОГО:			4,7	2,8	7,6	0,2	12,7	138

* Масса тертого сыра.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	0,1	0,05	0,4	105	80	9	0,4

Выход: 40

Технология приготовления: Ломтик хлеба слегка обжаривают на сливочном масле, охлаждают, натирают чесноком, смазывают сметаной, накладывают ломтик сыра и запекают при температуре 250 °С в течение 1-2 минут.

Подают горячими.

Требования к качеству: Бутерброды красиво оформлены, белого цвета или с кремоватым оттенком, вкус и аромат соответствуют виду использованных продуктов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 99

Наименование блюда: **Бутерброд с икрой кеты зернистой**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Икра кеты зернистая	10,2	10						
Масло коровье сладко-ливочное или сливочное несоленое	2	2						
Хлеб	20	20						
ИТОГО:			4,7	3,2	3,1	0,2	10,0	87

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	0,2	0,05	0,5	13	62	16	0,4

Выход: 32

Технология приготовления: Хлеб пшеничный витаминизированный нарезают ломтиками толщиной 1,0–1,5 см. На ломтик хлеба горкой кладут икру зернистую, оформляют маслом сливочным (допускается ломтик хлеба равномерно намазать маслом сливочным).

Температура подачи: 12 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Бутерброды красиво оформлены, на хлеб равномерно нанесено масло сливочное, поверх уложена икра. Вкус и аромат соответствуют виду использованных продуктов.

3.3. Гастрономические товары (порциями)

Отдельными порциями подают масло, сыры, колбасу, икру, рыботовары и другие продукты, а также рыбные, овощные консервы.

Способ обработки и подготовки гастрономических продуктов для отпуска порциями такой же, как и для бутербродов.

Запрещается использовать в питании детей копченые, полукопченые колбасные и рыбные изделия.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 100

Наименование блюда: **Сыр сычужный твердый порциями**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Сыр сычужный твердый с жирностью не более 55%	101	100						
ИТОГО: по костромскому			25,6	25,6	26,1	0,0	0,0	343

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	0,7	0,23	0,5	900	590	50	0,9

Выход: 100

Технология приготовления: К твердым сычужным сырам относятся: костромской, российский, голландский и т.д. Сыр сычужный твердый с жирностью не более 55% (по сухому веществу) разрезают на крупные куски, очищают от наружного покрытия и нарезают ломтиками прямоугольной, квадратной, треугольной 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 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Форма нарезки сохранена. Цвет, вкус и запах соответствуют используемому продукту.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 101

Наименование блюда: **Сыр сычужный мягкий порциями**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Сыр сычужный твердый с жирностью не более 55%	101	100						
ИТОГО: по адыгейскому			19,8	19,8	19,8	0,0	1,5	264

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	0,2	0,20	0,3	520	360	25	0,6

Выход: 100

Технология приготовления: К сырам сычужным мягким относятся: адыгейский, рокфор, русский камамбер. Сыр сычужный мягкий с жирностью не более 55% (по сухому веществу) разрезают на крупные куски, очищают от наружного покрытия и нарезают ломтиками прямоугольной, квадратной, треугольной 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 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Форма нарезки сохранена. Цвет, вкус и запах соответствуют используемому продукту.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 102

Наименование блюда: **Колбаса вареная**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Колбаса вареная (отварная)	101	100						
ИТОГО: по молочной			10,4	10,4	18,7	0,0	0,2	211

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,22	0,0	0,00	0,3	31	149	18	1,6

Выход: 100

Технология приготовления: Колбасу очищают от шпагата, скрепок (скобок), оболочки искусственной. Колбасу вареную отваривают в течение 5 мин или обрабатывают в микроволновой печи в соответствии с эксплуатационной документацией на печь, после чего колбасу вареную охлаждают до температуры не выше 12 °С.

Колбасу вареную нарезают поперек батона кругами (при небольшом диаметре) или полукругами (при большом диаметре) по 1-3 куска на порцию

Температура подачи: 12 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Форма нарезки сохранена. Цвет, вкус и запах соответствуют используемому продукту.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 103

Наименование блюда: **Рыба соленая**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Кета	151	100						
или семга	141	100						
или лосось	151	100						
или сельдь	175	100						
ИТОГО: по семге			22,5	22,5	12,5	0,0	0,0	202

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,15	0,0	0,03	2,5	40	243	60	2,5

ИТОГО: по сельди			17,4	17,4	17,1	0,0	0,0	224

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	0,0	0,02	1,1	80	270	40	1,1

Выход: 100

Технология приготовления: Рыбу разделывают на филе без кожи и костей, нарезают тонкими кусочками по 2-3 на порцию, или используют филе обесшкуренное без костей промышленного производства.

Температура подачи: 12 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Форма нарезки сохранена. Цвет, вкус и запах соответствуют используемому виду рыбы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 104

Наименование блюда: **Рыбные консервы (порциями)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	В т.ч. жив	Всего	В т.ч. раст		
Консервы натуральные (лососевые)	106	100						
или консервы в томатном соусе (частик крупный, мелкий, треска, печень трески, бычки и др.)	106	100						
или скумбрия атлантическая в томатном соусе	104	100						
или консервы натуральные (кроме лососевых)	106	100						
ИТОГО: по горбуше натуральной			20,9	20,9	5,8	0,0	0,0	136

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	0,0	0,02	1,3	185	230	56	0,9

Выход: 100

Технология приготовления: Масло, томатную заливку и сок при отпуске консервов распределяют равномерно по порциям. Рыбные консервы можно отпускать с гарниром.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид - кусочки рыбы целые, не развалившиеся. Без посторонних привкусов и запахов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 105

Наименование блюда: **Масло сливочное**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Масло сладко-сливочное несоленое	100	100						
ИТОГО:			0,5	0,5	82,5	0,0	0,8	748

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,00	0,0	0,59	1,0	12	19	0	0,2

Выход: 100

Используют для приготовления бутербродов, сэндвичей, заправки блюд, их приготовления и оформления.
Температура подачи: 14 °С.

Требования к качеству: Консистенция твердая. Масса однородная, светло-желтого цвета. Вкус и запах сливочного масла.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 106

Наименование блюда: **Овощи натуральные**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Помидоры свежие	107	100	1,1	0,0	0,2	0,2	3,8	24
или огурцы свежие	105	100	0,8	0,0	0,1	0,1	2,5	14

Помидоры

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	25,0	0,00	0,7	14	26	20	0,9

Огурцы

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	10,0	0,00	0,1	23	42	14	0,6

Выход: 100

Технология приготовления: Огурцы и помидоры перебирают, промывают небольшими партиями в подсоленной (йодированной солью) или подкисленной воде.
У огурцов отрезают стебель с частью мякоти, затем нарезают кружочками или дольками непосредственно перед отпуском.
У помидоров вырезают место прикрепления плодоножки, нарезают дольками.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Огурцы и помидоры нарезаны кружочками или дольками. Консистенция огурцов - упругая, хрустящая, помидоров - мягкая. Цвет огурцов - зеленый, помидоров - красный. Вкус и запах, свойственные огурцам и помидорам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 107

Наименование блюда: **Овощи натуральные соленые**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Помидоры соленые	107	100	1,1	0,0	0,1	0,1	3,5	20
или огурцы соленые	105	100	0,8	0,0	0,1	0,1	1,7	13

Помидоры

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,01	15,0	0,00	0,7	10	35	15	0,8

Огурцы

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	5,0	0,00	0,1	23	24	14	0,6

Выход: 100

Технология приготовления: Овощи промывают и удаляют место прикрепления плодоножки, нарезают крупными ломтиками.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Овощи сохранили форму. Огурцы - упругие, хрустящие, помидоры - мягкие. Вкус в меру кислосоленый; цвет и запах приятные, свойственные соленым огурцам и помидорам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 108

Наименование блюда: **Хлеб пшеничный**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Хлеб пшеничный формовой	100	100						
ИТОГО:			7,6	0,0	0,8	0,8	49,2	235

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,11	0,0	0,00	1,1	20	65	14	1,1

Выход: 100

Технология приготовления: Нарезают хлеб непосредственно перед подачей на стол.

Требования к качеству: Форма нарезки сохранена. Цвет, вкус и запах пшеничного хлеба.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 109

Наименование блюда: **Хлеб ржаной**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Хлеб ржаной формовой	100	100						
ИТОГО:			6,6	0,0	1,2	1,2	33,4	174

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,18	0,0	0,00	1,4	35	158	47	3,9

Выход: 100

Технология приготовления: Нарезают хлеб непосредственно перед подачей на стол.

Требования к качеству: Форма нарезки сохранена. Цвет, вкус и запах ржаного хлеба.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 110

Наименование блюда: **Хлеб столовый (ржано-пшеничный)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Хлеб столовый формовой (ржано-пшеничный)	100	100						
ИТОГО:			6,6	0,0	1,2	1,2	34	181

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,18	0,0	0,00	0,0	35	158	47	3,9

Выход: 100

Технология приготовления: Нарезают хлеб непосредственно перед подачей на стол.

Требования к качеству: Форма нарезки сохранена. Цвет, вкус и запах столового хлеба.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 111

Наименование блюда: **Батон нарезной**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Батон нарезной	100	100						
ИТОГО:			7,5	0,0	2,9	2,9	51,4	262

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,11	0,0	0,00	1,7	19	65	13	1,2

Выход: 100

Технология приготовления: Нарезают хлеб непосредственно перед подачей на стол.

Требования к качеству: Форма нарезки сохранена. Цвет, вкус и запах батона нарезного.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 112

Наименование блюда: **Плоды свежие**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Яблоки	114	100	0,4	0,0	0,4	0,4	9,8	47
или груши	112	100	0,4	0,0	0,3	0,3	10,3	47
или вишня	118	100	0,8	0,0	0,2	0,2	10,6	52
или персики	125	100	0,9	0,0	0,1	0,1	9,5	45
или абрикосы	117	100	0,9	0,0	0,1	0,1	9,0	44
или бананы	143	100	1,5	0,0	0,5	0,5	21,0	96
или виноград	115	100	0,6	0,0	0,6	0,6	15,4	72
или слива	112	100	0,8	0,0	0,3	0,3	9,6	49
или киви	112	100	0,8	0,0	0,4	0,4	8,1	47
или апельсин	143	100	0,9	0,0	0,2	0,2	8,1	43
или грейпфрут	154	100	0,7	0,0	0,2	0,2	6,5	35
или мандарин	136	100	0,8	0,0	0,2	0,2	7,5	38
или хурма	118	100	0,5	0,0	0,4	0,4	15,3	67

Наименование продуктов	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
	B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
Яблоки	0,03	10,0	0,00	0,2	16	11	9	2,2
Груши	0,02	5,0	0,00	0,4	19	16	12	2,3
Вишня	0,03	15,0	0,00	0,3	37	30	26	0,5
Персики	0,04	10,0	0,00	1,1	20	34	16	0,6
Абрикосы	0,03	10,0	0,00	1,1	28	26	8	0,7
Бананы	0,04	10,0	0,00	0,4	8	28	42	0,6
Виноград	0,05	6,0	0,00	0,4	30	22	17	0,6
Слива	0,06	10,0	0,00	0,6	20	20	9	0,5
Киви	0,02	180,0	0,00	0,3	40	34	25	0,8
Апельсин	0,04	60,0	0,00	0,2	34	23	13	0,3
Грейпфрут	0,05	45,0	0,00	0,3	23	18	10	0,5
Мандарин	0,06	38,0	0,00	0,2	35	17	11	0,1
Хурма	0,02	15,0	0,00	0,5	127	42	56	2,5

Выход: 100

Технология приготовления: Подготовленные плоды подают на десертной тарелке или вазочке.

Требования к качеству: Целые плоды уложены на десертную тарелку или вазочку. Консистенция соответствует виду плодов. Цвет, вкус, запах соответствуют виду плодов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 113

Наименование блюда: **Ягоды свежие**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Малина	114	100	0,8	0,0	0,5	0,5	8,3	46
или смородина черная	100	100	1,0	0,0	0,4	0,4	7,3	44
или крыжовник	106	100	0,7	0,0	0,2	0,2	9,1	45
или земляника садовая	112	100	0,8	0,0	0,4	0,4	7,5	41
или рябина черноплодная	112	100	1,5	0,0	0,2	0,2	10,9	55

Наименование продуктов	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
	B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
Малина	0,02	25,0	0,00	0,6	40	37	22	1,2
Смородина черная	0,03	200,0	0,00	0,7	36	33	31	1,3
Крыжовник	0,01	30,0	0,00	0,5	22	28	9	0,8
Земляника садовая	0,03	60,0	0,00	0,5	40	23	18	1,2
Рябина черноплодная	0,01	15,0	0,00	1,5	28	55	14	1,1

Выход: 100

Технология приготовления: Подготовленные ягоды подают на десертной тарелке или вазочке.

Требования к качеству: Целые ягоды уложены на десертную тарелку или вазочку. Консистенция соответствует виду ягод. Цвет, вкус, запах соответствуют виду ягод.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 114

Наименование блюда: **Икра кабачковая**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Кабачки	134	70*						
Капуста свежая	28	22						
Лук репчатый	13	11						
Томатное пюре	11	11						
Масло растительное	5	5						
Лимонная кислота	0,9	0,9						
ИТОГО:			1,3	0,0	4,9	4,9	5,0	69

*Масса готовых продуктов.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	7,8	0,00	2,4	26	29	15	0,7

Выход: 100

Технология приготовления: Очищенные от кожицы кабачки, запекают в жарочном шкафу и измельчают. Шинкованную белокочанную капусту тушат до полуготовности, добавляют пассерованный с томатом репчатый лук и тушат до готовности капусты. В конце тушения добавляют кабачки, заправляют лимонной кислотой, йодированной солью. Отпускают по 50-100 г на порцию.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция густая, однородная. Цвет оранжевый. Вкус и запах соответствуют продуктам, входящим в блюдо.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 115

Наименование блюда: **Икра кабачковая (промышленного производства)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Икра кабачковая	100	100						
ИТОГО:			1,9	0,0	8,9	8,9	7,7	119

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	7,0	0,00	3,1	41	37	15	0,7

Выход: 100

Требования к качеству: Консистенция густая, однородная. Цвет оранжевый. Вкус и запах соответствуют продуктам, входящим в блюдо.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 116

Наименование блюда: **Икра баклажанная**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Баклажаны свежие	144	105						
Лук репчатый	18	11						
Масло растительное	6	6						
Томатное пюре	11	11						
Лимонная кислота	0,1	0,1						
ИТОГО:			1,7	0,0	5,6	5,6	4,9	77

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	3,8	0,00	2,8	20	46	14	0,6

Выход: 100

Технология приготовления: Промытые баклажаны с удаленной плодоножкой запекают в жарочном шкафу до готовности, охлаждают, кожицу снимают, мякоть измельчают. Шинкованный репчатый лук слегка пассеруют на растительном масле, затем добавляют томатное пюре и пассеруют еще 10-15 мин. Массу соединяют с баклажанами и тушат до загустения, заправляют лимонной кислотой, йодированной солью.
Отпускают по 50-100 г на порцию.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция густая, однородная. Цвет красно-коричневый. Вкус и запах соответствуют продуктам, входящим в блюдо. Не допускается вкус сырого томатного пюре.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 117

Наименование блюда: **Икра баклажанная (промышленного производства)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Икра баклажанная	100	100						
ИТОГО:			1,7	0,0	13,3	13,3	5,1	148

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	7,0	0,00	5,0	43	31	15	0,7

Выход: 100

Отпускают по 50-100 г на порцию.

Требования к качеству: Консистенция густая, однородная. Цвет красно-коричневый. Вкус и запах соответствуют продуктам, входящим в блюдо. Не допускается вкус сырого томатного пюре.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 118

Наименование блюда: **Икра овощная**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Баклажаны	39,7	39,7						
Кабачки	55,8	44,6						
Морковь	20,0	16,0						
Капуста свежая	28,8	23,0						
Лук репчатый	13,1	11,0						
Томатное пюре	11,0	11,0						
Масло растительное	5,0	5,0						
ИТОГО:			1,7	0,0	4,8	4,8	6,4	76

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	9,8	0,00	2,5	32	45	21	0,8

Выход: 100

Технология приготовления: Обработанные баклажаны запекают в жарочном шкафу, снимают кожицу, охлаждают и измельчают. Нарезанные кружочками кабачки с предварительно удаленной кожицей запекают в жарочном шкафу и мелко нарезают. Шинкованную белокочанную капусту тушат до полуготовности, добавляют пассерованный с томатом репчатый лук, морковь и тушат до готовности капусты, затем добавляют кабачки, баклажаны и тушат вместе 15-20 мин, заправляют солью. Отпускают по 50-100 г на порцию, уложив на тарелку горкой.
Температура подачи: от 10 до 14 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Икра уложена горкой, посыпана зеленью. Консистенция мягкая, сочная, однородная. Цвет светло-коричневый. Вкус жареных овощей, пассерованного репчатого лука и томата. Запах жареных овощей, пассерованного репчатого лука и томата.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 119

Наименование блюда: **Икра свекольная или морковная**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Белки		Жиры		Углеводы	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Свекла свежая	96	75*						
или морковь	94	75*						
Лук репчатый	21	18						
Томатное пюре	28	28						
Масло растительное	8	8						
Лимонная кислота	0,45	0,45						
Сахар	1,2	1,2						
ИТОГО: по свекле			2,4	0,0	7,1	7,1	10,4	115

*Масса вареных очищенных овощей.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	7,9	0,00	3,8	44	58	30	1,7

Выход: 100

Технология приготовления: Свеклу или морковь отваривают, очищают от кожицы и измельчают. Лук репчатый шинкуют и пассеруют, в конце пассерования добавляют томатное пюре. Измельченные овощи соединяют с пассерованным луком, добавляют йодированную соль, лимонную кислоту, сахар, прогревают и охлаждают.
Отпускают по 50-100 г на порцию.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция густая, однородная. Цвет свекольной икры малиново-красный, морковно-оранжевый. Вкус и запах продуктов, входящих в блюдо.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 120

Наименование блюда: **Закуска свекольная с орехами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Свекла	91	72*						
Орехи грецкие	23	11						
Сахар	0,5	0,5						
Кислота лимонная	0,3	0,3						
Сметана	16	16						
Укроп или петрушка (зелень)	0,9	0,7						
ИТОГО:			3,4	0,4	7,5	6,1	8,5	115

*Масса вареной очищенной свеклы.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	6,3	0,01	0,4	55	78	32	1,4

Выход: 100

Технология приготовления: Вареную очищенную свеклу нарезают соломкой, растворяют в выделившемся соке лимонную кислоту. Грецкие орехи измельчают, соединяют со свеклой, добавляют сахар, йодированную соль, лимонную кислоту, заправляют прокипяченной сметаной и перемешивают.
При отпуске оформляют мелко нарезанной зеленью.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция однородная. Вкус кисло-сладкий, соответствует продуктам, входящим в блюдо. Цвет малиново-красный. Запах вареной свеклы.

4. Первые блюда

Супы готовят вегетарианскими, на бульонах (мясокостном, рыбном, из птицы), а также на овощных отварах, молоке.

В состав супов входят разнообразные продукты - картофель, овощи, крупы, бобовые, макаронные изделия и др.

Супы делятся на две группы - горячие и холодные; в особую группу выделяются сладкие супы, которые можно подавать горячими и холодными.

4.1. Горячие супы

В группу горячих супов входят заправочные, пюреобразные, молочные и прозрачные супы.

Рецептуры супов рассчитаны на выход 1000 г. Норма отпускаемой порции супов может быть различной в зависимости от возраста детей.

В рецептурах, где не указан вид бульона, можно использовать любой бульон - мясокостный, мясной, из птицы, рыбы, кроме костного. Применение костных бульонов для первых блюд запрещено в соответствии с СанПиН 2.4.1.2660-10. Для правильного приготовления супов необходимо знать следующее:

- Нормы жира указаны в технологических картах на вегетарианские супы. При приготовлении супов на мясокостном бульоне или с мясопродуктами норма вложения жира не должна превышать 1 г на 100 г супа. Жир используется для пассерования овощей и томата пюре.
- Норма закладки сметаны – 8–10 г на порцию 200 г.
- При отсутствии овощей, которые входят в рецептуру в небольшом количестве, они могут быть заменены другими соответствующими овощами, входящими в рецептуру.
- Для улучшения вкуса борщей, щей, овощных супов можно добавлять сладкий перец по 10 г массой нетто на порцию супа, соответственно уменьшается закладка других овощей.
- Замена одних продуктов другими производится в соответствии с таблицами № 15,16,17.
- Специи и соль в некоторых рецептурах не указаны, но их следует вводить во все супы, кроме молочных, пюреобразных, сладких в следующих количествах: лавровый лист 0,004 г, соль 0,3–0,5 г на 100 г супа, норма закладки соли в молочные супы 0,3 г, в пюреобразные 0,3–0,5 г на 100 г супа. Соль кладут в суп за 10 минут до окончания варки.
- Зелень (петрушка, укроп, сельдерей) добавляется в мелко нарезанном виде во все супы, кроме молочных и сладких в количестве 0,4–0,75 г на 100 г супа.
- При приготовлении супов следует строго придерживаться установленных сроков варки продуктов и закладывать их в котел в необходимой последовательности следует помнить, что при длительной варке теряется значительная часть витаминов, снижаются вкусовые качества супов, картофель и другие продукты перевариваются, теряют свою форму.
- При варке супов, в которые входят соленые, маринованные, кислые продукты в первую очередь закладывают картофель и варят его до готовности, затем добавляют продукты содержащие кислоту, т. к. в кислой среде картофель почти не разваривается, остается твердым. После закладки каждого вида продукта бульон доводят до кипения.
- Для заправки супов используют муку высшего сорта. Муку просеивают, прогревают без жира до температуры 90–100 °С (без изменения цвета) охлаждают, разводят небольшим количеством бульона или отвара (400 мл на 100 г муки), размешивают венчиком до получения однородной массы, процеживают. Заправляют ею суп за 10 минут до окончания варки.

Бульоны

Бульоны для супов варят из пищевых костей, а также пищевых костей и мясопродуктов, птицы, костей и субпродуктов птицы, рыбы и ее пищевых отходов.

Важное значение имеет правильное дозирование количества воды при варке бульона с учетом выкипания и других производственных потерь. Расход воды на приготовление бульона в рецептурах рассчитан на оптимальный режим варки. Эти потери не являются стабильными и зависят от ряда факторов (продолжительности и режима варки, вида и емкости теплового оборудования, массы бульона и др.).

Бульоны можно готовить концентрированными.

Концентрированным мясным и рыбным бульоном считается бульон, выход которого составляет 1 л из 1 кг костей, мясных продуктов или пищевых рыбных отходов. Концентрированные бульоны разводят до требуемого объема в соответствии с нормой закладки сырья на одну порцию. Так, например, при норме 100 г костей следует брать на одну порцию 100 г мясного концентрированного бульона.

Морковь и лук нарезают на половинки (крупные корнеплоды следует разрезать вдоль на несколько частей), кладут нарезанной стороной на чистые сухие чугунные сковороды и подпекают без жира до образования светло-коричневой корочки, не допуская подгорания. Можно также положить в бульон стебли петрушки, сельдерея, укропа, очищенные обрезки моркови, лука, белых кореньев. Готовый бульон процеживают.

Мясокостный бульон готовят так же, как бульон костный. При приготовлении бульона пищевые кости измельчают для более полного извлечения питательных веществ. Позвоночные и плоские кости рубят поперек на части размером 5–6 см, суставные головки трубчатых костей разрубают на несколько частей, трубки оставляют целыми.

Говяжьи кости молодняка обжаривают в жарочном шкафу для улучшения вкуса и внешнего вида бульона. 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 ч. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. За 30–40 мин до окончания варки в бульон добавляют петрушку (корень), подпеченные лук репчатый и морковь, соль.

За 2–3 ч до окончания варки кладут куски мяса массой 1,5–2 кг. Это обеспечивает более высокие вкусовые качества не только бульона, но и мяса. Кроме того, бульон получается более прозрачным.

Для бульонов из птицы используют кости, субпродукты (сердца, желудки, шеи, головы, ноги, крылья, кожу шеи), целые тушки птицы. Кости рубят на мелкие части, тушки птицы заправляют и заливают холодной водой, быстро доводят до кипения, а затем варят до готовности при слабом кипении 1–2 ч.

В процессе варки снимают пену и жир. За 30–40 мин до готовности бульона в него добавляют петрушку (корень), подпеченные морковь и лук. Готовый бульон процеживают.

При одновременном использовании костей, субпродуктов и целых тушек сначала варят кости и субпродукты, а целые тушки кладут позже в соответствии со сроками их варки.

Для варки рыбных бульонов используют пищевые отходы, получаемые при обработке свежей или свежемороженной рыбы.

К пищевым отходам относятся головы, кости, кожа, плавники. Из голов предварительно удаляют жабры, а из крупных голов и глаза. Крупные головы и позвоночные кости разрубают на части. Подготовленные пищевые отходы заливают холодной водой, доводят до кипения, снимают образующуюся на поверхности бульона пену, добавляют петрушку (корень) и лук репчатый и варят 40–50 мин при слабом кипении. Готовый бульон процеживают.

При варке бульона из голов рыб семейства осетровых через час после начала варки головы вынимают, отделяют мякоть, а хрящи продолжают варить до размягчения 1–1,5 ч. Готовый бульон процеживают. Вареную мякоть и хрящи нарезают, заливают небольшим количеством бульона, доводят до кипения и используют при отпуске блюд.

При варке рыбного бульона, кроме пищевых отходов, используется рыба, предусмотренная для отпуска первых блюд.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 121

Наименование блюда: **Бульон из кур**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Куры потрошеные 1 кат.	214	190						
Масса отварной курицы	-	125*						
или кости кур	625	625						
Лук репчатый	12	10						
Петрушка (корень)	14	10						
Морковь	13	10						
Вода	1250	1250						
ИТОГО:			5,0	5,0	1,0	0,2	0,0	29

* С учетом отходов на порционирование и спинную кость

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,10	0,0	0,00	0,0	50	987	40	0,0

Выход: 1000

Технология приготовления: Бульон из 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 ее по последнему шейному позвонку. Ножки должны быть удалены ниже коленного сустава на 1 см. Удаляют внутренний жир, крылья по локтевой сустав. Промывают в проточной воде.
Крылья вывертывают к спинке, прижимая кожу, суставы окорочков соединяют вместе (связывают) и 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, подпеченные до золотистого цвета, ломтики моркови и лука, йодированную соль. Готовый бульон процеживают.
Бульон из кур используют для приготовления рассольников, картофельных супов, супов с крупами и макаронными изделиями.
Температура подачи: от 60 до 65 °С (в случае подачи в качестве самостоятельного блюда).
Срок реализации: не более пяти часов с момента приготовления, при хранении бульона при температуре от 2 до 6 °С.

Требования к качеству: Бульон прозрачный, без наличия жира, с выраженным запахом мяса курицы, ароматом овощей, слабосоленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 122

Наименование блюда: **Бульон из кур прозрачный**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				У	Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Куры потрошеные 1 кат.	260	179						
Масса отварной курицы	-	125*						
или кости кур	625	625						
Яйца для оттяжки	1/3 шт.	13						
Лук репчатый	10	8						
Петрушка (корень)	11	8						
Морковь	13	10						
Вода	1300	1300						
ИТОГО:			5,0	5,0	1,0	1,0	0,0	29

* С учетом потерь на порционирование и спинную кость.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,10	0,0	0,00	0,0	50	978	40	0,0

Выход: 1000

Технология приготовления: Бульон из 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 ее по последнему шейному позвонку. Ножки должны быть удалены ниже коленного сустава на 1 см. Удаляют внутренний жир, крылья по локтевой сустав. Промывают в проточной воде.
Крылья вывертывают к спинке, прижимая кожу, суставы окорочков соединяют вместе (связывают) и 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, подпеченные до золотистого цвета, ломтики моркови и лука, йодированную соль. Готовый бульон процеживают.
При недостаточной прозрачности бульон осветляют.
Для оттяжки: дополнительно используют кости птицы из расчета 200 г на 1 л бульона. Кости измельчают, заливают холодной водой (1 л на 1 кг), добавляют соль и выдерживают при температуре 4 °С 1,5 часа. Затем вводят слегка взбитые яичные белки. Оттяжку добавляют в охлажденный до 55 °С бульон, перемешивают и проваривают при слабом нагреве без видимого кипения, пока оттяжка не осядет на дно. В процессе варки не перемешивают. С готового бульона снимают пену, жир и процеживают.
Бульон отпускают с гарниром. Гарниры: кнели, фрикадельки, отварные крупы, гренки.
Срок реализации: не более пяти часов с момента приготовления, при хранении бульона при температуре от 2 до 6 °С.

Требования к качеству: Бульон прозрачный, без наличия жира, с выраженным запахом мяса курицы, ароматом овощей, слабосоленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 123

Наименование блюда: **Бульон мясной прозрачный**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				У	Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Кости пищевые (говяжьи, кроме позвоночных)	250	250						
Говядина (котлетное мясо) для оттяжки	113	83						
Яйца для оттяжки	1/4 шт.	10						
Лук репчатый	10	8						
Петрушка (корень)	7	5						
Морковь	10	8						
Вода	1400	1400						
ИТОГО:			5,7	5,7	1,9	0,6	0,0	40

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,10	0,0	0,00	0,0	49	78	19	0,0

Выход: 1000

Технология приготовления: Позвоночные и плоские кости рубят поперек на части размером 5–6 см для полного извлечения пищевых веществ, суставные головки трубчатых костей разрубают на несколько частей. Подготовленные кости заливают холодной водой, доводят до кипения, снимают пену, жир и варят при очень слабом кипении, периодически снимая жир, до готовности 3,5–4 часа. При бурном кипении и если не удалять жир, бульон получается мутным, с мылистым неприятным привкусом, т.к. происходит гидролиз жиров с образованием конечных продуктов солей калия и натрия, которые называются мыла. Для аромата в бульон за 40 мин до его готовности кладут сырые коренья петрушки, подпеченные до слабо-золотистого колера на сухой сковороде ломтики моркови и кружочки репчатого лука, добавляют йодированную соль. Готовый бульон процеживают, охлаждают до 55 °С и вводят оттяжку.
Для оттяжки: котлетное мясо измельчают на мясорубке, заливают холодной водой (2 л на 1 кг мяса), добавляют йодированную соль и настаивают при температуре 4 °С (в холодильнике) 1–2 часа. Перед введением в бульон, в оттяжку добавляют слегка взбитые яичные белки и перемешивают.
В охлажденный бульон вливают оттяжку в два приема, осторожно перемешивают, добавляют лук, коренья. Бульон с оттяжкой проваривают при очень слабом кипении, не перемешивая, от 1 часа до 1,5 часов до тех пор, пока оттяжка не осядет на дно. При этом бульон осветляется и обогащается питательными веществами. С осветленного бульона снимают жир, процеживают (сливают), доводят до кипения. Бульон готов к подаче.
Срок реализации: не более пяти часов с момента приготовления, при хранении бульона при температуре от 2 до 6 °С.

Требования к качеству: Бульон прозрачный, без наличия жира, с выраженным запахом мяса, ароматом овощей, слабосоленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 124

Наименование блюда: **Бульон мясокостный**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Кости пищевые (трубчатые, тазовые, грудные) *	250	250						
Говядина (лопаточная часть, грудинка, покромка)	215	160/ 100**						
Лук репчатый	10	8						
Петрушка	7	5						
Морковь	10	8						
Вода	1250	1250						
ИТОГО:			6,0	0,0	2,0	0,0	0,0	42

* К пищевым костям относятся кости говяжьи - суставные головки трубчатых костей, грудные, крестцовые (тазовые) кости. Позвоночные кости используют для приготовления бульона для соусов. Реберные, лопаточные кости не используются.

** В графе «Нетто» в числителе вес - нетто, в знаменателе - масса отварного мяса

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,10	0,0	0,00	0,0	50	34	10	0,0

Выход: 1000

Технология приготовления: Мясокостный бульон готовят, когда необходимо отварить мясо для подачи к супу или для приготовления вторых блюд из отварного мяса.

На начальной стадии технология приготовления бульона такая же, как при приготовлении костного бульона. Позвоночные и плоские кости рубят поперек на части размером 5–6 см для полного извлечения пищевых веществ, суставные головки трубчатых костей разрубают на несколько частей. Подготовленные кости заливают холодной водой, доводят до кипения, снимают пену, жир и варят при очень слабом кипении, периодически снимая жир, до готовности примерно 3,5–4 часа. При бурном кипении и если не удалять жир, бульон получается мутным с мылистым неприятным привкусом. За 2–2,5 часа до готовности костного бульона кладут куски говядины массой 1,5–2кг. При этом бульон получается более прозрачным и более насыщенным. При варке мясокостного бульона также необходимо снимать выделяющийся из мяса жир. Рекомендуется, при подготовке мяса к варке, жир и пленки удалить. Для аромата в бульон за 40 мин до его готовности кладут сырые коренья петрушки, ломтики моркови и кружочки репчатого лука, подпеченные до слабо-золотистого колера на сухой сковороде, добавляют йодированную соль. Готовый бульон процеживают и используют для приготовления супов. Готовое мясо порционируют и добавляют в суп, а также используют для приготовления вторых блюд.

Срок реализации: не более пяти часов с момента приготовления, при хранении бульона при температуре от 2 до 6°С.

Требования к качеству: Бульон прозрачный, без наличия жира, с выраженным запахом мяса, ароматом овощей, слабосоленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 125

Наименование блюда: **Бульон рыбный**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Пищевые рыбные отходы (голова, кости, плавники)*	375	375						
Вода	1300	1300						
Петрушка (корень)	11	8						
Яйца (для оттяжки)	3/4 шт.	30						
Лук репчатый	30	25						
ИТОГО:			4,0	0,0	0,4	0,0	0,0	20

* Расчет химического состава проводился по минтаю.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,10	0,0	0,01	0,0	51	44	20	0,0

Выход: 1000

Технология приготовления: Обработанные головы, кости, плавники рыб заливают холодной водой и быстро доводят до кипения, снимают пену и жир, добавляют овощи и йодированную соль, уменьшают нагрев и варят 50–60 мин при медленном кипении. Готовый бульон процеживают.

Срок реализации: не более пяти часов с момента приготовления, при хранении бульона при температуре от 2 до 6 °С.

Требования к качеству: Бульон прозрачный, золотистого цвета, без наличия жира, с выраженным запахом рыбы, ароматом овощей, слабосоленый. Вкус соответствует используемым продуктам.

4.2. Заправочные супы

В зависимости от используемых продуктов заправочные супы делятся на щи, борщи, рассольники, супы с картофелем, крупами, бобовыми, макаронными изделиями.

Заправочные супы готовят вегетарианскими, на мясном, мясокостном, рыбном бульонах, бульонах из птицы.

На бульонах мясном, мясокостном, из птицы супы варят с разнообразными продуктами. На рыбном бульоне лучше готовить картофельный суп, рассольник, солянку, щи из квашеной капусты.

Для варки заправочных супов продукты подготавливают в соответствии с технологией их приготовления.

Крупы перебирают, промывают, несколько раз меняя воду. Перловую крупу после промывания закладывают в кипящую воду, варят до полуготовности, отвар сливают, а крупу промывают, так как отвар из нее имеет темный цвет и слизистую консистенцию, что придает супам неприятный внешний вид.

Бобовые перебирают, моют, кладут в холодную воду (2–3 л на 1 кг), фасоль и чечевицу на 5–8 ч, лущеный горох на 3–4 ч, затем варят в той же воде без соли при закрытой крышке до размягчения.

Макароны перебирают, разламывают, всыпают в кипящий бульон или воду. Макароны варят 30–40 мин, лапшу 20–25 мин, лапшу домашнюю, вермишель 10–15 мин, фигурные изделия 10–12 мин.

Томатное пюре пассеруют отдельно. Можно пассеровать томатное пюре вместе с овощами: вначале овощи пассеруют до размягчения, а затем кладут томатное пюре и пассеруют до готовности.

Борщи

По составу используемых продуктов, способам приготовления, а соответственно и по своему вкусу, внешнему виду борщи весьма разнообразны.

Основными продуктами, определяющими специфику борщей, являются свекла и томатное пюре. Морковь, лук, петрушку, зелень кладут во все борщи.

В зависимости от вида борща в него добавляют капусту, картофель, перец сладкий, фасоль, чернослив, клецки и различные мясные продукты.

Овощи и картофель нарезают и подготавливают для борща по-разному, в зависимости от его вида.

Свеклу для борщей подготавливают двумя способами.

Первый способ:

Свеклу, нарезанную соломкой или ломтиками, тушат в толстостенной закрытой посуде с добавлением томатного пюре, масла и небольшого количества бульона или воды (15–20% к массе свеклы).

Тушеная свекла быстро доходит до готовности, но обесцвечивается, поэтому для сокращения времени приготовления и сохранения цвета свеклы томатное пюре добавляют в нее за 10 мин до окончания тушения.

При тушении необходимо следить за интенсивностью нагрева. После доведения жидкости до кипения нагрев уменьшают, так как бурное кипение вызывает обесцвечивание борща.

Второй способ:

Неочищенную свеклу варят целиком. После варки свеклу очищают от кожицы. Вареную свеклу нарезают соломкой или ломтиками, кладут в борщ одновременно с пассерованными овощами и томатным пюре.

Приготовление борща со свеклой, подготовленной по второму способу, проще; кроме того, окраска борща получается ярче и вкус нежнее. Этот способ рекомендуется для варки борща с картофелем.

Свежую белокочанную капусту шинкуют или нарезают квадратиками (в том случае, когда свеклу нарезают ломтиками).

Квашеную капусту тушат. Для этого капусту перебирают, крупные экземпляры измельчают, кладут в котел, добавляют жир (10–15%), бульон или воду (20–25% от массы капусты) и тушат 1,5–2,5 ч, периодически помешивая.

Морковь, лук репчатый шинкуют и пассеруют.

В кипящий бульон или воду закладывают свежую капусту, доводят до кипения и варят до полуготовности. Затем добавляют тушеную свеклу, белые коренья, пассерованные морковь, лук и варят 10–15 мин, после чего борщ заправляют пассерованной мукой, разведенной бульоном или водой, кладут сахар, соль и варят до готовности. Подготовленную квашеную капусту закладывают одновременно со свеклой.

При изготовлении борща с картофелем его кладут в котел до закладки свеклы, так как, если его добавить одновременно с тушеной свеклой или после, он долго не разварится.

Борщи отпускают с прокипяченной сметаной, посыпают зеленью.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 126

Наименование блюда: **Борщ из свежей капусты**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Свекла	200	160						
Капуста белокочанная	150	120						
Морковь	50	40						
Петрушка (корень)	13	10						
Лук репчатый	48	40						
Масло растительное	20	20						
Сахар	10	10						
Лимонная кислота	16	16						
Томатное пюре	30	30						
Бульон или вода	800	800						
ИТОГО:			6,6	0,0	19,4	19,4	28,0	313

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,11	54,3	0,00	9,7	171	182	98	4,4

Выход: 1000

Технология приготовления: Свеклу отваривают целиком в кожуре, охлаждают, шинкуют соломкой. Капусту свежую шинкуют соломкой. Корень петрушки, морковь шинкуют тонкой соломкой, лук репчатый полукольцами. Морковь пассеруют при температуре 110 °С, затем припускают с добавлением бульона. В кипящий бульон закладывают свежую капусту, доводят до кипения, добавляют подготовленные овощи, варят 20 мин. За 5 мин до готовности вводят в борщ йодированную соль, сахар, лимонную кислоту и лавровый лист.
В готовый борщ добавляют сметану, мелко рубленую зелень, доводят до кипения.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: На поверхности борща блестки жира и мелко нарезанная зелень. Овощи сохранили форму нарезки. Цвет жидкой части от ярко- до темно-малинового. Вкус сладковатый. Запах приятный, припущенных кореньев, лука. Не допускается запах сырой свеклы и пареных овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 127

Наименование блюда: **Борщ летний (с ботвой свеклы)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Свекла молодая с ботвой	250	200						
Картофель	267	200						
Морковь	25	20						
Петрушка (корень)	27	20						
Лук репчатый	48	40						
Помидоры свежие	94	80						
Масло растительное	20	20						
Бульон или вода	700	700						
ИТОГО:			8,5	0,0	20,5	20,5	41,8	386

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,32	46,0	0,00	9,9	134	272	124	5,9

Выход: 1000

Технология приготовления: Коренья, лук репчатый нарезают тонкими ломтиками, картофель - средним кубиком, листья и черешки ботвы нарезают шашками. Черешки ботвы свеклы предварительно отваривают, морковь и лук пассеруют с добавлением бульона.

В кипящий бульон или воду закладывают листья ботвы, пассерованные лук, морковь, доводят до кипения, вводят картофель, корень петрушки, варят 10 мин, добавляют подготовленные черешки ботвы свеклы, нарезанные дольками помидоры (предварительно ошпаренные и освобожденные от кожуры). Йодированную соль, лимонную кислоту (для сохранения яркого цвета свеклы). Варят до готовности овощей, доводят до вкуса, добавляют сметану, доводят до кипения, настаивают суп 15 мин.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: На поверхности борща блестки жира. Овощи сохранили форму нарезки. Цвет жидкой части от ярко - до темно-малинового. Вкус сладковатый. Запах приятный, припущенных кореньев, лука. Не допускается запах сырой свеклы и пареных овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 128

Наименование блюда: **Борщ с капустой и картофелем**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Свекла	200	160						
Капуста свежая	100	80						
или квашеная	86	60						
Картофель	107	80						
Морковь	63	50						
Лук репчатый	48	40						
Масло растительное	20	20						
Сахар	10	10						
Томатное пюре	30	30						
Вода или бульон	800	800						
ИТОГО: по капусте свежей			7,3	0,0	20,0	20,0	42,6	380

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,19	41,2	0,00	9,6	138	212	105	4,8

Выход: 1000

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 °С с добавлением бульона.

В кипящий бульон закладывают свежую тонко нашинкованную капусту и доводят до кипения, варят 10 мин, затем закладывают картофель и подготовленную свеклу, коренья и лук, варят до готовности овощей. За 5 мин до готовности борщ заправляют йодированной 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 бульон (20–25% от массы капусты) и тушат, вначале на сильном, затем на слабом нагреве до мягкости, периодически помешивая.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: На поверхности блестки жира светло-желтого цвета. Овощи аккуратно нашинкованы, нарезка сохранилась, консистенция мягкая. Вкус сладко-кисловатый. Запах, свойственный вареным овощам. Не допускается привкус и запах сырой свеклы и пареных овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 129

Наименование блюда: **Борщ с фасолью и картофелем**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Свекла	200	160						
Картофель	133	100						
Фасоль	40	40						
Морковь	50	40						
Петрушка (корень)	13	10						
Лук репчатый	48	40						
Томатное пюре	30	30						
Масло растительное	20	20						
Чеснок	4	3						
Сахар	6	6						
Бульон или вода	800	800						
ИТОГО:			14,8	0,0	20,4	20,4	55,3	464

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,35	27,0	0,00	9,8	170	396	137	6,8

Выход: 1000

Технология приготовления: В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный кубиками, и варят 10–15 мин, затем добавляют тушеную свеклу, пассерованные овощи, за 5–10 мин до окончания варки кладут предварительно сваренную фасоль, добавляют сахар, растертый с солью чеснок и доводят до готовности.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: В жидкой части борща – овощи, сохранившие форму нарезки (свекла, морковь, лук – соломкой, картофель – кубиками). Консистенция свеклы, овощей и фасоли мягкая, соблюдается соотношение жидкой и плотной части. Цвет супа малиново-красный, жира на поверхности - оранжевый. Вкус кисло-сладкий, умеренно соленый. Запах, свойственный овощам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 130

Наименование блюда: **Борщ зеленый**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Свекла	151	118*						
Картофель	267	200						
Лук репчатый	24	20						
или зеленый	38	30						
Щавель	184	140						
Шпинат	189	140						
Мука пшеничная	6	6						
Масло растительное	20	20						
Сахар	6	6						
Яйца	1/2 шт.	20						
Бульон или вода	600	600						
ИТОГО:			14,9	2,5	23,1	20,8	61,7	476

* Масса вареной очищенной свеклы.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,60	100,0	0,05	15,7	301	469	313	12,1

Выход: 1000

Технология приготовления: Щавель и шпинат припускают в бульоне или воде по отдельности и протирают или мелко нарезают. В кипящий бульон или воду закладывают картофель, нарезанный кубиками, пассерованные овощи и варят почти до готовности. За 5–10 мин до окончания варки в борщ вводят подготовленные щавель, шпинат, свеклу, заправляют пассерованной мукой, разведенной бульоном или водой, добавляют соль и сахар. Яйцо кладут в суп при отпуске.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: В жидкой части борща – коренья, лук, картофель нарезаны кубиками, зеленый лук – дольками, шпинат и щавель – пюреобразные или частично нарезанные. Консистенция картофеля - мягкая, щавель, шпинат – протертые, пюреобразные, соблюдается соотношение жидкой и плотной части. Цвет от светло-зеленого до оливкового. Вкус слабокислый, умеренно соленый, в сочетании с яйцами и сметаной. Запах зеленого щавеля и шпината, специй, пассерованного репчатого лука.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 131

Наименование блюда: **Свекольник**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Свекла	320	256						
Морковь	50	40						
Лук репчатый	54	45						
Картофель	230	172						
Масло сливочное	20	20						
Сахар	10	10						
Бульон или вода	800	800						
Томат-пюре	13	13						
Сметана	10	10						
ИТОГО:			8,7	0,4	17,8	1,0	48,1	388

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,26	36,7	0,15	1,0	151	277	124	6,1

Выход: 1000

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 °С, затем припускают с добавлением бульона. В кипящий бульон закладывают пассерованные морковь и лук, варят 10 мин. Затем кладут свеклу, пассерованное томат-пюре или раствор лимонной кислоты, чтобы сохранилась окраска свеклы и супа, варят до готовности. За 5 мин до готовности вводят йодированную соль, сахар и лавровый лист.

В готовый свекольник добавляют сметану, мелко рубленую зелень, доводят до кипения.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: На поверхности свекольника блестки жира и мелко нарезанная зелень. Овощи сохранили форму нарезки. Цвет жидкой части от ярко-красного до темно-малинового. Вкус сладковатый. Запах приятный, припущенных кореньев, лука. Не допускается запах сырой свеклы и пареных овощей. Консистенция свеклы слегка хрустящая.

Рассольники

Рассольники готовят вегетарианскими, на бульонах: мясном, мясокостном, рыбном, из птицы. Обязательной составной частью рассольников являются огурцы соленые. Соленые огурцы нарезают соломкой или ромбиками. У огурцов с грубой кожей и крупными семенами предварительно очищают кожу и удаляют семена. В этом случае норма закладки огурцов массой брутто увеличивается. Подготовленные огурцы припускают в небольшом количестве бульона или воды 15 мин. Картофель нарезают брусочками или дольками. Морковь и лук пассеруют. Порядок закладки продуктов в рассольник такой же, как и для других заправочных супов.

Рассольники (за исключением рассольников с рыбными продуктами) подают с прокипяченной сметаной. При отпуске рассольники посыпают зеленью петрушки или укропа.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 132

Наименование блюда: **Рассольник домашний**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	400	300						
Капуста свежая	100	80						
Морковь	50	40						
Лук репчатый	48	40						
Огурцы соленые	67	60						
Масло растительное	20	20						
Бульон или вода	700	700						
ИТОГО:			8,3	0,0	20,8	20,8	51,2	425

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,38	49,9	0,00	9,5	105	259	111	4,1

Выход: 1000

Технология приготовления: Овощи шинкуют соломкой, картофель - брусочками, огурцы - ромбиками (без кожицы и семян). Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью. Огурцы припускают в бульоне до готовности. В кипящий бульон закладывают капусту, варят при открытой крышке и сильном кипении 10 мин, добавляют картофель, морковь, лук и варят до готовности. Затем вводят припущенные огурцы, варят 10 мин, добавляют сметану, зелень, рассол по вкусу, лавровый лист, доводят до кипения. Настаивают рассольник 10–12 мин.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Овощи сохранили форму нарезки, мягкие, огурцы слегка хрустящие. Крупа мягкая. Вкус в меру острый, соленый, аромат огурцов, пассерованных овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 133

Наименование блюда: **Рассольник**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал	Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б	Ж			У		
			Всего	Всего	в т.ч. раст.				
Картофель	400	300							
Лук репчатый	48	40							
Огурцы соленые	67	60							
Масло растительное	20	20							
Бульон или вода	700	700							
ИТОГО:			7,4	0,0	20,3		20,3	56,4	438

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,36	40,4	0,00	9,2	81	235	97	3,8

Выход: 1000

Технология приготовления: В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный дольками или брусочками, доводят до кипения, добавляют припущенный лук, а через 5–10 мин. вводят припущенные огурцы, в конце варки добавляют соль.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид в жидкой части рассольника – огурцы без кожицы и семян, нарезанные ромбиками или соломкой, картофель – дольками или брусочками, лук - соломкой. Консистенция овощей – мягкая, сочная; огурцов – слегка хрустящая, соблюдается соотношение жидкой и плотной части. Цвет желтый, жира на поверхности – желтый, овощей - натуральный. Вкус умеренно соленый, с умеренной кислотностью. Запах продуктов, входящих в рассольник.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 134

Наименование блюда: **Рассольник ленинградский**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	400	300						
Крупа: рисовая, овсяная, пшеничная	20	20						
Морковь	50	40						
Лук репчатый	24	20						
Огурцы соленые	67	60						
Бульон или вода	750	750						
Масло растительное	20	20						
ИТОГО: (по рисовой крупе)			8,2	0,0	21,0		21,0	65,0	485

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,36	30,7	0,00	9,4	62	252	105	3,7

Выход: 1000

Технология приготовления: Крупу овсяную, пшеничную, рисовую 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 бульона или воды 10–15 мин.

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, варят 10 мин, добавляют картофель, нарезанный брусочками, припущенную со сливочным или растительным маслом морковь, пассерованный репчатый лук, через 5–10 мин вводят припущенные огурцы, йодированную соль и варят еще 10 мин.

В конце варки заправляют сметаной и зеленью, доводят до кипения.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Овощи сохранили форму нарезки, мягкие, огурцы слегка хрустящие. Крупа мягкая. Вкус в меру острый, соленый, аромат огурцов, крупы, овощей.

Солянки

Солянки приготовляют с разнообразными мясными и рыбными продуктами. Для рыбных солянок используют рыбные бульоны, которые варят из пищевых рыбных отходов или голов рыб семейства осетровых (головизны).

В состав солянок входят соленые огурцы, лук репчатый, томатное пюре, маслины или оливки. Соленые огурцы нарезают ломтиками или ромбиками. Огурцы с грубой кожицей и зрелыми семенами очищают от кожицы и семян. Огурцы с тонкой кожицей нарезают вместе с кожицей и семенами. Подготовленные огурцы припускают. Лук репчатый шинкуют и пассеруют с добавлением томатного пюре. Томатное пюре можно пассеровать отдельно. У оливок вынимают косточки, а маслины промывают. Лимон очищают от кожицы и нарезают кружочками.

Мясные продукты (мясо, окорок, сердце, птицу и др.) варят и нарезают тонкими ломтиками.

Рыбу семейства осетровых (с кожей без хрящей или без кожи и хрящей) нарезают по 1–2 кусочка на порцию, ошпаривают в течение 1 мин, затем промывают.

Рыбу с костным скелетом разделывают на филе с кожей без костей, нарезают по 1–2 кусочка на порцию и припускают в бульоне.

Для солянок можно использовать филе, выпускаемое промышленностью (окунь морской, треска, зубатка пятнистая (пестрая) и т.д.).

В кипящий бульон закладывают пассерованные лук и томатное пюре, припущенные огурцы, подготовленные мясные или рыбные продукты и варят 5–10 мин. При отпуске в солянку кладут маслины или оливки, кружочек лимона, в мясную солянку - сметану и посыпают рубленой зеленью петрушки. Солянки можно отпускать без лимона.

При изготовлении солянок вместо масла сливочного можно использовать масло топленое.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 135

Наименование блюда: **Солянка сборная мясная**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина (лопаточная, подлопаточная, грудная части, боковой и наружный куски тазобедренной части)	54	40						
Язык говяжий	101	101						
Колбаса вареная молочная	68	67						
Масса готовой говядины	-	25						
Масса готового языка	-	60						
Масса готовой колбасы	-	65						
Лук репчатый	101	85						
Огурцы соленые	100	60						
Маслины	20	20						
Томатное пюре	25	25						
Масло сливочное	20	20						
Бульон	850	850						
Лимон	13	8						
ИТОГО:			30,7	27,9	48,9	3,3	11,9	610

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0.37	9,5	0,16	3,2	120	482	79	7,7

Выход: 1000

Технология приготовления: Мясные продукты (мясо, язык, колбасу) отваривают и нарезают мелкими ломтиками. Соленые огурцы очищают от кожицы и семян, нарезают ломтиками или ромбиками. Огурцы с тонкой кожицей нарезают вместе с кожицей и семенами, при этом норма расхода огурцов массой брутто, приведенная в рецептуре, уменьшается. Подготовленные огурцы припускают. Репчатый лук шинкуют и пассеруют на сливочном масле. В конце пассерования добавляют томатное пюре. Маслины промывают. Лимоны очищают от кожицы и нарезают кружочками.
В кипящий бульон закладывают пассерованный лук, томатное пюре, припущенные огурцы, подготовленные мясные продукты и варят 5–10 мин. При отпуске в солянку кладут маслины и кружочек лимона.
Заправляют солянку сметаной.

Температура подачи: 75 °С

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Кусочки мясных продуктов сохранили форму. Вкус в меру соленый, аромат продуктов входящих в состав.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 136

Наименование блюда: **Солянка из птицы**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Курица	186	143						
Масса готовой курицы	-	100						
Лук репчатый	107	90						
Огурцы соленые	100	60						
Маслины	40	40						
Томатное пюре	40	40						
Масло сливочное	20	20						
Бульон	900	900						
Лимоны	13	8						
ИТОГО:			29,9	26,3	44,3	6,3	12,2	569

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,21	12,7	0,24	2,5	118	778	91	4,3

Выход: 1000

Технология приготовления: Птицу отваривают и нарезают мелкими ломтиками. Соленые огурцы очищают от кожицы и семян, нарезают ломтиками или ромбиками. Огурцы с тонкой кожицей нарезают вместе с кожицей и семенами, при этом норма расхода огурцов массой брутто, приведенная в рецептуре, уменьшается. Подготовленные огурцы припускают. Репчатый лук шинкуют и пассеруют на сливочном масле. В конце пассерования добавляют томатное пюре. Маслины промывают. Лимоны очищают от кожицы и нарезают кружочками.
В кипящий бульон закладывают пассерованный лук, томатное пюре, припущенные огурцы, подготовленную птицу и варят 5–10 мин. При отпуске в солянку кладут маслины и кружочек лимона. Заправляют солянку сметаной

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Кусочки мяса птицы сохранили форму. Вкус в меру соленый, аромат продуктов входящих в состав.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 137

Наименование блюда: **Солянка рыбная**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Судак	359	183						
или треска	241	183						
или морской окунь	261	183						
Масса готовой рыбы	-	150						
Лук репчатый	107	90						
Огурцы соленые	100	60						
Маслины	20	20						
Томатное пюре	20	20						
Масло сливочное	20	20						
Бульон	800	800						
Лимоны	13	8						
ИТОГО: (по треске)			31,2	26,7	20,1	3,3	9,5	344

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,24	10,0	0,16	2,9	130	491	98	2,7

Выход: 1000

Технология приготовления: Рыбу разделывают на филе с кожей и нарезают на порционные куски. Соленые огурцы очищают от кожицы и семян, нарезают ломтиками или ромбиками. Огурцы с тонкой кожицей нарезают вместе с кожицей и семенами, при этом норма расхода огурцов массой брутто, приведенная в рецептуре, уменьшается. Подготовленные огурцы припускают. Репчатый лук шинкуют и пассеруют на сливочном масле. В конце пассерования добавляют томатное пюре. Маслины промывают. Лимоны очищают от кожицы и нарезают кружочками.
В кипящий бульон закладывают пассерованный лук, томатное пюре, припущенные огурцы и варят 5–10 мин. При отпуске в порционную посуду кладут припущенные до готовности куски рыбы, наливают солянку, добавляют маслины, кружочек лимона.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Кусочки рыбы сохранили форму. Вкус в меру соленый, аромат продуктов входящих в состав.

Щи

Щи приготовляют из белокочанной свежей и квашеной капусты. Их можно готовить вегетарианскими, а также на бульоне: мясном, мясокостном, из птицы. Щи из квашеной капусты, кроме того, готовят с рыбой, головизной рыб семейства осетровых, снетками, хамсой, тюлькой соленой.

Для щей свежую капусту нарезают шашками в 2–3 см или шинкуют. Раннюю капусту нарезают вместе с кочерыжкой дольками в 5–6 см. Коренья режут дольками, соломкой или брусочками, лук - дольками или соломкой, картофель – дольками или кубиками. Морковь и лук пассеруют.

Некоторые сорта капусты придают щам горьковатый вкус. Такую капусту перед закладкой в бульон следует бланшировать.

Квашеную капусту для щей рекомендуется предварительно тушить. Очень кислую квашеную капусту следует промыть в холодной воде и отжать. Однако надо учитывать, что при промывании квашеной капусты теряется часть содержащихся в ней питательных веществ. Капусту квашеную тушат. Для этого капусту перебирают, крупные экземпляры измельчают, кладут в котел, добавляют жир (10–15%), бульон или воду (20–25% от массы капусты) и тушат 1,5–2,5 ч, периодически помешивая.

Можно также готовить щи из сырой квашеной капусты.

Щи отпускают с прокипяченной сметаной и посыпают зеленью.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 138

Наименование блюда: **Щи из квашеной капусты**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста квашеная	357	250						
Морковь	50	40						
Томатное пюре	10	10						
Лук репчатый	48	40						
Масло растительное	20	20						
Мука пшеничная	6	6						
Бульон или вода	800	800						
ИТОГО:			5,6	0,0	19,6	19,6	16,0	263

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,10	46,0	0,00	9,4	146	135	66	2,4

Выход: 1000

Технология приготовления: Квашеную капусту перебирают, очень кислую промывают в холодной воде и отжимают, мелко рубят, складывают в посуду слоем 4 см, добавляют бульон или воду (20–30% от массы капусты) и тушат 1,5–2,5 часа, периодически помешивая. Коренья и бланшированный лук слегка пассеруют на масле. Пассерованные коренья и лук соединяют с капустой за 10–15 минут до ее готовности. Тушеную капусту с овощами закладывают в кипящую воду и варят 25–30 мин, заправляют подсушенной мукой, разведенной бульоном или водой, кладут соль и варят до готовности, в конце варки добавляют сметану, рубленую зелень и еще раз доводят до кипения.
Щи можно заправлять сахаром (6 г на 1000 г щей) и чесноком, растертым с йодированной солью (2 г нетто на 1000 г щей).

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления

Требования к качеству: Вкус и запах кислые, в меру соленый, с ароматом кореньев. Цвет бульона матово-бесцветный, жира - светло-желтый. Консистенция кореньев и лука - мягкая, капусты слегка хрустящая. Нарезка овощей равномерная, на поверхности блестки жира, рубленая зелень.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 139

Наименование блюда: **Щи из квашеной капусты с картофелем**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста квашеная	286	200						
Картофель	133	100						
Морковь	50	40						
Лук репчатый	48	40						
Масло растительное	20	20						
Томатное пюре	10	10						
Бульон или вода	800	800						
ИТОГО:			6,2	0,0	19,8	19,8	23,5	297

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,19	48,7	0,00	9,4	131	173	80	2,9

Выход: 1000

Технология приготовления: Квашеную капусту перебирают, очень кислую промывают в холодной воде и отжимают, мелко рубят, складывают в посуду слоем 4 см, добавляют бульон или воду (20–30% от массы капусты) и тушат 1,5–2,5 часа, периодически помешивая. Коренья и бланшированный лук слегка пассеруют на масле с добавлением бульона. Пассерованные коренья и лук соединяют с капустой за 10–15 минут до ее готовности. В кипящий бульон кладут картофель и варят 15 мин при слабом кипении до размягчения, затем вводят тушеную капусту, пассерованные овощи, кладут йодированную соль и варят до готовности всех овощей, в конце варки добавляют сметану, рубленую зелень и еще раз доводят до кипения.

Щи можно заправлять сахаром (6 г на 1000 г щей) и чесноком, растертым с солью (2 г нетто на 1000 г щей).

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Вкус и запах кислые, в меру соленый, с ароматом кореньев. Цвет бульона матово-бесцветный, жира - светло-желтый. Консистенция кореньев, картофеля и лука - мягкая, капусты слегка хрустящая. Нарезка овощей равномерная, на поверхности блестки жира, рубленая зелень.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 140

Наименование блюда: **Щи из свежей капусты**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста белокочанная	350	280						
Морковь	50	40						
Лук репчатый	48	40						
Томатное пюре	6	6						
Масло растительное	20	20						
Мука пшеничная	10	10						
Вода или бульон	800	800						
ИТОГО:			6,4	0,0	19,2	19,2	24,9	303

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,14	73,5	0,00	9,5	161	145	70	2,5

Выход: 1000

Технология приготовления: Капусту, морковь, петрушку шинкуют соломкой. Морковь припускают с маслом и небольшим количеством отвара или бульона до полуготовности. Нашинкованный лук бланшируют и слегка пассеруют на масле. В кипящий отвар или бульон кладут капусту, доводят до кипения, добавляют припущенные коренья, лук и продолжают варку 20-30 минут. За 10-15 минут до готовности щи солят и добавляют бланшированное томатное пюре, подсушенную муку, разведенную отваром или бульоном, варят до готовности. В конце варки добавляют сметану, лавровый лист, доводят до кипения.

Одновременно со специями в щи можно положить чеснок (2 г нетто на 1000 г щей), растертый с йодированной солью.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Вкус и запах приятный, в меру соленый, с ароматом кореньев. Цвет бульона матово-бесцветный, жира - светло-желтый. Консистенция кореньев, лука, капусты - мягкая. Нарезка овощей равномерная, на поверхности блестки жира, рубленая зелень.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 141

Наименование блюда: **Щи зеленые**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Щавель	395	300						
или шпинат	270	200						
Картофель	133	100						
Лук репчатый	48	40						
Мука пшеничная	20	20						
Масло растительное	24	24						
Яйца	1/2 шт.	20						
Бульон или вода	750	750						
ИТОГО: по щавелю			11,0	2,4	26,5	24,2	35,5	425

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,67	76,5	0,05	17,2	178	407	289	8,0

Выход: 1000

Технология приготовления: Щавель припускают в собственном соку, шпинат припускают в небольшом количестве воды, затем все протирают, в кипящий бульон или воду кладут картофель и варят, затем добавляют пассерованный лук, пюре из шпината и щавеля и варят 15 мин. За 5–10 мин до окончания варки щи заправляют пассерованной мукой, разведенной бульоном или водой, добавляют соль. Половину шпината и щавеля можно не протирать, а положить нарезанными. Сваренное вкрутую яйцо кладут при отпуске.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: В жидкой части щей - коренья, лук, картофель нарезаны кубиками, зеленый лук – дольками, шпинат и щавель – пюреобразные или частично нарезанные. Консистенция картофеля мягкая, щавель, шпинат – протертые, пюреобразные, соблюдается соотношение жидкой и плотной части. Цвет от светло-зеленого до оливкового. Вкус слабо кислый, умеренно соленый, в сочетании с яйцами. Запах зеленого щавеля и шпината, пассерованного репчатого лука.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 142

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

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста белокочанная	250	200						
Картофель	160	120						
Морковь	63	50						
Лук репчатый	48	40						
Томатное пюре	10	10						
Масло растительное	20	20						
Бульон или вода	800	800						
ИТОГО:			7,0	0,0	19,9	19,9	31,1	332

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,23	73,9	0,00	9,5	136	190	89	3,2

Выход: 1000

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

В щи можно положить чеснок (2 г нетто на 1000 г щей), растертый с йодированной солью.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: На поверхности блестки жира бледно-желтого цвета. Капуста, коренья, картофель сохранили форму нарезки, консистенция их мягкая. Вкус слегка сладковатый, с ароматом овощей. Не допускается запах пареной капусты.

Супы картофельные с овощами, крупой, бобовыми и макаронными изделиями

Из картофеля и овощей можно приготовить разнообразный ассортимент первых блюд. Эти супы готовят с крупами, макаронными изделиями и бобовыми. Картофельные и овощные супы можно готовить вегетарианскими и на бульонах. Их приготавливают с говядиной, птицей, консервами и другими мясными продуктами, а также с рыбой.

Картофель и овощи на картофельные супы нарезают дольками, брусочками, кубиками в зависимости от формы нарезки входящих в них продуктов. Вместо томатного пюре лучше использовать свежие помидоры.

При отпуске супы посыпают зеленью.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 143

Наименование блюда: **Суп из овощей с фасолью**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста белокочанная	188	150						
или капуста цветная	288	150						
или кабачки	299	200						
Картофель	200	150						
Морковь	50	40						
Петрушка (корень)	27	20						
Лук репчатый	48	40						
Фасоль	40	40						
Масло сливочное	20	20						
Бульон или вода	750	750						
ИТОГО: по капусте белокочанной			14,7	0,1	17,6	2,0	61,1	462

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,44	62,8	0,17	1,0	199	401	134	5,8

Выход: 1000

Технология приготовления: Цветную капусту разделяют на мелкие соцветия или нарезают на кусочки, белокочанную капусту нарезают шашками, кабачки, картофель – кубиками, морковь, петрушку, лук – мелкими кубиками. Морковь и лук пассеруют. Кабачок – припускают.
В кипящий бульон закладывают капусту белокочанную, доводят до кипения, добавляют картофель, пассерованные овощи и варят суп до готовности. За 5–10 мин до кипения добавляют картофель, пассерованные овощи и варят суп до готовности. За 5–10 мин до окончания варки кладут предварительно сваренную фасоль, соль и специи. При использовании цветной капусты ее следует класть в суп после картофеля. При приготовлении супа с кабачками, припущенные кабачки добавляют вместе с фасолью.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Цвет блесток жира на поверхности бледно-оранжевый, консистенция кореньев, картофеля, капусты мягкая, форма нарезки сохранена. Вкус в меру соленый, с ароматом свежих овощей, зелени.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 144

Наименование блюда: **Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Горох	81	80						
или горошек консерв.	154	100						
Картофель	333	250						
Морковь	50	40						
Петрушка (корень)	13	10						
Лук репчатый	48	40						
Масло сливочное	20	20						
Бульон или вода	650	650						
ИТОГО: по горошку консервированному			9,2	0,1	17,0	1,3	60,5	432

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,78	34,7	0,15	0,9	76	263	102	3,7

Выход: 1000

Технология приготовления: Горох подготавливают: 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, нарезанный кубиками, припущенные со сливочным маслом морковь и петрушку, бланшированный и пассерованный лук и варят до готовности.
Зеленый горошек закладывают в суп вместе с припущенными овощами.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Коренья и картофель нарезаны кубиками. Картофель частично может быть разварен. Часть гороха разварена. Бульон желтоватый, немного мутный. Блестки жира желтого цвета. Вкус и запах вареного гороха и пассерованных овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 145

Наименование блюда: **Суп картофельный с бобовыми (2-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	267	200						
Фасоль	81	80						
Лук репчатый	48	40						
Морковь	64	50						
Масло растительное	20	20						
Бульон или вода	700	700						
ИТОГО:			19,6	0,0	21,4	21,4	80,6	593

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,59	23,3	0,00	9,8	166	551	153	7,2

Выход: 1000

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

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: В жидкой части супа - картофель, нарезанный кубиками или дольками; фасоль - в виде целых, неразваренных зерен. Картофель и бобовые - мягкие; соблюдается соотношение жидкой и плотной частей супа. Цвет светло-коричневый - супа фасолевого. Вкус умеренно соленый, свойственный фасоли. Запах продуктов, входящих в суп.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 146

Наименование блюда: **Суп картофельный с клецками**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	267	200						
Морковь	50	40						
Лук репчатый	48	40						
Масло растительное	10	10						
Бульон или вода	750	750						
Клецки готовые на выход 1000 г супа	-	100						
ИТОГО: без учета клецок			4,8	0,0	10,4	10,4	35,1	253

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,25	23,0	0,00	4,8	43	161	67	2,4

Выход: 1000/100

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 минут. Клецки варят отдельно в подсоленной воде небольшими партиями. При отпуске в тарелку с супом кладут клецки.

Клецки: в воду или бульон кладут йодированную 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 10 г, закладывают в кипящую подсоленную воду (5 л на 1 кг), варят 7 мин, откидывают и сразу же раскладывают в тарелки, не хранят.

Температура подачи: 75 °С

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Бульон должен быть прозрачным. Овощи сохраняют форму нарезки, мягкие, клецки проварены. Вкус и аромат, свойственные продуктам рецептуры.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 147

Наименование блюда: **Суп картофельный с макаронными изделиями**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Макаронные изделия	40	40						
Картофель	400	300						
Морковь	50	40						
Лук репчатый	48	40						
Масло растительное	10	10						
Бульон или вода	700	700						
ИТОГО:			10,8	0,0	11,4	11,4	75,3	445

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,42	33,0	0,00	5,5	61	254	96	3,8

Выход: 1000

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

Можно макаронные изделия бланшировать или отварить до полуготовности отдельно, тогда бульон будет прозрачнее.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Макаронные изделия, коренья, лук сохранили форму. Вкус и аромат кореньев и бульона, из которого приготовлен суп, без кислого привкуса. Бульон прозрачный, допускается небольшое помутнение. Цвет куриного и мясного бульона янтарный, желтый. Консистенция кореньев и макаронных изделий мягкая.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 148

Наименование блюда: **Суп картофельный со щавелем**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Щавель	158	120						
Картофель	467	350						
Лук репчатый	24	20						
Масло растительное	20	20						
Бульон или вода	700	700						
ИТОГО:			8,8	0,0	21,0	21,0	56,3	449

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,59	61,8	0,00	11,6	98	323	185	5,7

Выход: 1000

Технология приготовления: В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, добавляют пассерованный лук и варят. За 5–8 мин до окончания варки добавляют нарезанный щавель и соль. Отпускают суп с прокипяченной сметаной.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: В жидкой части супа лук, картофель нарезаны кубиками, щавель – нарезан. Консистенция овощей мягкая, соблюдается соотношение жидкой и плотной части. Цвет от светло-зеленого до оливкового. Вкус слабокислый, умеренно соленый. Запах зеленого щавеля, пассерованного репчатого лука.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 149

Наименование блюда: **Суп картофельный с фрикадельками**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	533	400						
Морковь	50	40						
Лук репчатый	48	40						
Томатное пюре	10	10						
Масло растительное	10	10						
Бульон или вода	700	700						
Фрикадельки мясные или рыбные готовые на выход 1000 г супа	-	100						
ИТОГО: без учета фрикаделек			8,8	0,0	11,8	11,8	58,8	377

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,48	44,3	0,00	5,1	65	284	117	4,4

Выход: 1000/100

Технология приготовления с мясными фрикадельками: В кипящий бульон (воду) кладут картофель, нарезанный кубиками, брусочками. Добавляют припущенную морковь, бланшированный и пассерованный репчатый лук. Варят до готовности. Добавляют йодированную 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.

Технология приготовления с рыбными фрикадельками: Для рыбного бульона плавники, реберные, позвоночные кости, пищевые отходы промывают (у головы удаляют жабры и глаза), заливают холодной водой, доводят до кипения, снимают пену и варят 1 час при слабом кипении, процеживают. Морковь шинкуют мелким кубиком и пассеруют с добавлением жидкости. Лук мелко нарезают, бланшируют и припускают. В кипящий бульон кладут картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, добавляют припущенную морковь, репчатый лук и варят до готовности. В конце варки добавляют зелень.

При отпуске в тарелку кладут горячие фрикадельки и наливают суп.

Фрикадельки: филе рыбы с кожей без костей нарезают на кусочки, измельчают на мясорубке. Добавляют мелко рубленый лук, сырые яйца, йодированную соль и перемешивают. Формуют шарики массой 7–9 г, припускают отдельно до готовности. Хранят в бульоне. Перед отпуском еще раз доводят до кипения.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: На поверхности блески жира, рубленая зелень. Бульон прозрачный, овощи не деформированные, мягкие, фрикадельки сочные. Вкус и аромат свежесваренного мяса или рыбы и овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 150

Наименование блюда: **Суп картофельный с рыбой**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Бульон рыбный	700	700						
Минтай *	305	215						
Масса отварного минтая	-	175						
или треска *	285	215						
Масса отварной трески	-	175						
или скумбрия атлантич. неразделанная	375	215						
Масса отварной скумбрии	-	175						
Картофель	600	450						
Морковь	50	40						
Лук репчатый	50	40						
Масло сливочное	20	20						
ИТОГО: по минтаю			39,4	28,8	19,3	1,9	60,6	574

*Нормы расхода даны на минтай, треску потрошеные, обезглавленные.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,74	48,5	0.18	1,4	173	741	228	6,3

Выход: 1000

Технология приготовления: Из рыбных отходов варят бульон, процеживают. В кипящий бульон кладут картофель, нарезанный дольками или кубиками, доводят до кипения, добавляют морковь, лук, припущенные с добавлением масла и куски рыбы сырой разделанной на филе без костей, варят с добавлением йодированной соли при слабом кипении до готовности. За 3 мин до готовности добавляют лавровый лист.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Овощи сохранили форму нарезки, мягкие. Рыба проварена, мягкая, кусочки некрупные. Вкус и аромат свежесваренной рыбы и овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 151

Наименование блюда: **Уха рыбацкая**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергетическая ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Горбуша неразд.	180	125						
или горбуша потр. с гол.	155	125						
или хек неразд.	205	120						
или хек потр. с гол.	140	135						
или треска потр. без гол.	140	120						
Масса вареной рыбы	-	100						
Картофель	460	300						
Лук репчатый	60	50						
Масло сливочное	10	10						
Укроп или петрушка	25	20						
Вода	1100	1100						
ИТОГО: по треске			24,6	18,3	9,8	1,3	42,7	363

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,45	45,7	0,09	1,9	126	476	129	4,1

Выход: 1000/100

Технология приготовления: Овощи хорошо промывают и очищают. Из голов и костей варят бульон и процеживают. В кипящий бульон закладывают картофель, нарезанный кубиками и варят. За 15 минут до готовности ухи кладут подготовленные порции рыбы, лук, нарезанный мелким кубиком, заправляют солью и доводят до готовности. По окончании варки в уху кладут масло сливочное.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: На поверхности блестки жира, рубленая зелень. Бульон прозрачный. Овощи не деформированные, мягкие. Вкус и аромат свежесваренной рыбы и овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 152

Наименование блюда: **Уха с крупой**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергетическая ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Горбуша неразд.	180	125						
или горбуша потр. с гол.	155	125						
или хек неразд.	205	120						
или хек потр. с гол.	140	135						
или треска потр. без гол.	140	120						
Масса вареной рыбы	-	100						
Картофель	310	200						
Крупа перловая	30	30						
Лук репчатый	95	80						
Масло сливочное	10	10						
Укроп или петрушка	25	20						
Вода	855	855						
ИТОГО: по треске			26,0	18,0	9,9	1,2	57,5	423

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,39	35,4	0,07	2,2	134	532	121	4,0

Выход: 1000/100

Технология приготовления: Овощи хорошо промывают и очищают. Из голов и костей варят бульон и процеживают. В кипящий бульон закладывают подготовленную крупу перловую (сваренную до полуготовности), картофель (нарезанный кубиками), лук (нарезанный мелким кубиком) и варят. За 15 минут до готовности ухи кладут подготовленные порции рыбы, заправляют солью и доводят до готовности. По окончании варки в уху кладут масло сливочное.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: На поверхности блестки жира, рубленая зелень. Бульон прозрачный. Овощи не деформированные, мягкие. Вкус и аромат свежесваренной рыбы и овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 153

Наименование блюда: **Суп с рыбными консервами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Консервы рыбные в собственном соку	160	160						
Картофель	373	280						
Морковь	80	64						
Лук репчатый	38	32						
Крупа рисовая	20	20						
Масло сливочное	15	15						
Укроп или петрушка	7,2	7						
Вода или бульон рыбный	800	800						
ИТОГО: по скумбрии натуральной консервированной			36,9	28,9	28,9	1,4	64,2	665

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,41	31,6	0,12	3,0	255	663	193	5,0

Выход: 1000

Технология приготовления: В кипящий бульон или воду закладывают подготовленную крупу, картофель, припущенные овощи. За 10–15 минут до готовности закладывают предварительно протертые рыбные консервы, соль, зелень, доводят до готовности.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид – картофель порезан брусочками или кубиками. Рис сохранил форму. Консистенция овощей - мягкая, овощи сохранили форму. Цвет бульона золотисто-серый, овощей натуральный. Вкус рыбы, в меру соленый. Запах продуктов входящих в блюдо.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 154

Наименование блюда: **Суп крестьянский с крупой**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста белокочанная	150	120						
Картофель	133	100						
Крупа: перловая, рисовая, овсяная, ячневая, пшеничная	40	40						
или пшено, хлопья овсяные «Геркулес»	20	20						
Морковь	50	40						
Лук репчатый	48	40						
Масло растительное	20	20						
Бульон или вода: для круп пшено, хлопья овсяные «Геркулес»	800	800						
для остальных круп	850	850						
ИТОГО: по перловой крупе			8,5	0,0	20,4	20,4	58,2	450

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,22	39,8	0,00	9,7	105	268	78	2,9

Выход: 1000

Технология приготовления: Крупу перловую, ячневую, овсяную, пшеничную перебирают, промывают, несколько раз меняя воду. Крупу после промывания закладывают в кипящую воду (в соотношении 1:3), варят до полуготовности, отвар сливают.

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, затем кладут капусту, нарезанную шашками, 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.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Крупа хорошо набухла, но не разварена, коренья, лук и картофель сохранили форму нарезки, мягкие. На поверхности блестки жира. Бульон полупрозрачный. Вкус без горечи, в меру соленый, с ароматом овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 155

Наименование блюда: **Суп с крупой**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа: перловая, рисовая, манная	80	80						
или овсяная, ячневая, пшеничная, пшено	100	100						
Морковь	50	40						
Лук репчатый	48	40						
Масло растительное	20	20						
Бульон или вода: для крупы манной	950	950						
для остальных круп	1000	1000						
ИТОГО: по рисовой крупе			6,4	0,0	20,3	20,3	68,2	481

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,10	3,0	0,00	9,4	30	166	61	1,4

Выход: 1000

Технология приготовления: В кипящий бульон или воду закладывают подготовленную крупу, за 10–15 мин до ее готовности добавляют пассерованные овощи, варят 5–10 мин, затем добавляют манную крупу и варят до готовности.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: В жидкой части супа овощи, нарезанные кубиками, крупа хорошо разварившаяся, но не потерявшая форму. Консистенция кореньев и крупы мягкая, соблюдается соотношение жидкой и плотной части. Цвет супа – золотистый, жира на поверхности – светло-оранжевый. Вкус умеренно соленый, пассерованных овощей, крупы. Запах пассерованных овощей, вареной крупы.

Супы с макаронными изделиями, домашней лапшой, крупой и бобовыми

Для супов этой группы используют макароны, рожки, вермишель, фигурные изделия (ушки, ракушки, алфавит, звездочки и др.), лапшу промышленную или домашнюю, различные крупы и бобовые.

Морковь, лук, белые коренья для супов с макаронными изделиями нарезают кубиками или соломкой, а для супов из круп и бобовых – кубиками. Морковь и лук пассеруют.

Макаронные изделия, особенно вермишель, при длительной варке и хранении супа деформируются. Во избежание этого супы с макаронными изделиями следует готовить непосредственно перед подачей или с таким расчетом, чтобы реализовать их в течение 30–40 мин.

Супы приготовляют на мясном, мясокостном бульонах, с говядиной, телятиной (грудинка), курицей, мясными консервами.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 156

Наименование блюда: **Суп-лапша домашняя**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Лапша домашняя	-	80						
Мука пшеничная в/с	70	70						
Мука на подпыл	4,8	4,8						
Яйца	1/2 шт.	20						
Вода	14	14						
Соль	1,2	1,2						
Масса вареной лапши	-	200						
Лук репчатый	48	40						
Масло растительное	20	20						
Бульон или вода	950	950						
ИТОГО:			10,2	2,4	22,3	20,1	55,6	444

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,13	1,5	0,05	10,0	36	119	18	1,6

Выход: 1000

Технология приготовления: Суп-лапшу рекомендуется готовить на курином бульоне. В кипящий бульон кладут морковь, нарезанную соломкой припущенную со сливочным маслом, петрушку, бланшированный и слегка пассерованный репчатый лук, варят при слабом кипении 8–10 мин., а затем добавляют подготовленную домашнюю лапшу, йодированную соль, варят до готовности. За 2 мин до окончания варки 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 для набухания клейковины, раскатывают в пласт толщиной 1,5–2,0 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 °С слоем в 10 мм 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.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Бульон прозрачный, янтарного цвета, лапша и овощи сохранили форму нарезки. Вкус и аромат продуктов, из которых приготовлен бульон, лапши и овощей. Консистенция лапши и овощей мягкая.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 157

Наименование блюда: **Суп с макаронными изделиями**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Макароны, вермишель, лапша, фигурные изделия	80	80						
Морковь	50	40						
Лук репчатый	48	40						
Масло растительное	20	20						
Томатное пюре	6	6						
Бульон или вода	950	950						
ИТОГО:			9,5	0,0	20,3	20,3	65,6	483

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,16	3,8	0,00	10,3	39	119	36	1,8

Выход: 1000

Технология приготовления: В кипящий бульон или воду кладут подготовленные макароны, доводят до кипения, добавляют пассерованные овощи, томатное пюре и варят суп до готовности. При приготовлении супа с вермишелью и фигурными изделиями в кипящий бульон или воду кладут пассерованные овощи, томатное пюре и варят с момента закипания 5–8 мин, после чего добавляют вермишель или фигурные изделия и суп варят до готовности.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: В жидкой части супа овощи и макаронные изделия сохранили форму. Консистенция овощей мягкая; макаронные изделия хорошо набухшие, мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части. Цвет супа – золотистый, жира на поверхности - светло-оранжевый. Вкус умеренно соленый, картофеля, пассерованных овощей, макаронных изделий. Запах пассерованных овощей, макаронных изделий.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 158

Наименование блюда: **Суп с макаронными изделиями и картофелем**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Макароны, вермишель, лапша, фигурные изделия	50	50						
Картофель	267	200						
Морковь	50	40						
Лук репчатый	48	40						
Масло растительное	10	10						
Томатное пюре	10	10						
Бульон или вода	850	850						
ИТОГО:			10,3	0,0	11,1	11,1	74,2	438

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,33	24,3	0,00	5,7	54	212	79	3,3

Выход: 1000

Технология приготовления: Овощи нарезают в соответствии с видом используемых макаронных изделий: картофель – брусочками или кубиками, коренья брусочками, соломкой или кубиками, лук шинкуют или мелко рубят. Морковь и лук пассеруют.

В кипящий бульон или воду кладут макароны и варят 10–15 мин, затем добавляют картофель и пассерованные овощи, лапшу, соль и варят до готовности. Вермишель и фигурные изделия добавляют в суп за 10–15 мин до готовности.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: В жидкой части супа овощи и макаронные изделия сохранили форму. Консистенция картофеля и овощей мягкая; макаронные изделия хорошо набухшие, мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части. Цвет супа – золотистый, жира на поверхности - светло-оранжевый. Вкус умеренно соленый, картофеля, пассерованных овощей, макаронных изделий. Запах пассерованных овощей и макаронных изделий.

Супы-пюре

Супы-пюре готовят из овощей, круп, бобовых, из птицы и других продуктов. Супы-пюре приготовляют вегетарианскими, на мясокостном бульоне, на отварах или бульонах, получаемых при варке или припускании продуктов, входящих в рецептуру супов, а также на цельном молоке или смеси молока и воды.

Продукты, предназначенные для супов-пюре, подвергают варке, тушению или припусканию до полной готовности, затем протирают. Чтобы частицы протертых продуктов были равномерно распределены по всей массе и не оседали на дно посуды, в супы-пюре (кроме супов из круп) добавляют белый соус, приготовленный из муки и бульона или отвара овощей.

Для повышения пищевой ценности и улучшения вкусовых качеств супы, заправляют сливочным маслом и горячим молоком или яично-молочной смесью. Вместо молока и масла сливочного для заправки супов-пюре можно использовать сливки. Заправку вводят в готовые супы-пюре, после этого их не кипятят.

Для приготовления яично-молочной смеси яичные желтки размешивают, постепенно добавляют горячее молоко и проваривают при слабом нагреве на водяной бане до загустения, не доводя до кипения, затем процеживают.

При приготовлении вегетарианских супов-пюре норму вложения молока и яиц для заправки можно увеличить на 50% против указанной в рецептуре.

Готовые супы-пюре хранят до отпуска на водяной бане или плите при температуре 80–85 °С.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 159

Наименование блюда: **Суп-пюре из картофеля**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	533	400						
Морковь	25	20						
Мука пшеничная	20	20						
Молоко	350	350						
Масло сливочное	20	20						
Вода или бульон	550	550						
ИТОГО:			19,4	9,5	25,8	1,8	99,0	705

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,57	38,5	0,21	1,0	471	579	152	4,4

Выход: 1000

Технология приготовления: Очищенный картофель закладывают в кипящий бульон или воду, доводят до кипения, снимают пену, вводят мелко нашинкованные морковь и бланшированный лук, варят до готовности. Отвар сливают, овощи протирают горячими. На отваре готовят белый соус.

Протертые овощи соединяют с белым соусом, разводят бульоном и проваривают 5–7 мин. Готовый суп заправляют кипящим молоком и маслом, перемешивают сверху вниз.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Суп должен представлять собой однородную массу, без комков заварившейся муки, кусочков не протертых продуктов, не допускается пленка на поверхности. Консистенция эластичная, «густые сливки». Цвет белый, вкус нежный, в меру соленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 160

Наименование блюда: **Суп-пюре из крупы перловой**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная	20	20						
Крупа перловая	75	75						
Масло сливочное	10	10						
Молоко	250	250						
Овощной отвар или вода	700	700						
ИТОГО:			15,5	6,8	14,9	1,0	76,6	503

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,19	1,4	0,12	1,2	333	486	68	1,9

Выход: 1000

Технология приготовления: В кипящую воду или бульон закладывают подготовленную перловую крупу, варят 10 мин, добавляют припущенную морковь, бланшированный, слегка пассерованный лук, варят до готовности продуктов, отвар сливают, перловку с овощами протирают, соединяют с отваром, проваривают, заправляют горячим молоком и маслом, доводят до кипения.
Отпускают, посыпая рубленой зеленью.
Температура подачи: 75 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция супа-пюре эластичная («густые сливки»), цвет белый с розоватым оттенком. Вкус нежный, в меру соленый. Не допускаются комочки не протертых продуктов, разделения фаз, комков заварившейся муки.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 161

Наименование блюда: **Суп-пюре из разных овощей**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	155	120						
Капуста белокочанная	125	100						
Картофель	120	90						
Лук репчатый	48	40						
Бульон или вода	750	750						
Мука пшеничная	20	20						
Масло сливочное	20	20						
Молоко	150	150						
ИТОГО:			11,7	4,2	20,1	0,8	53,2	441

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,28	37,7	0,18	1,3	288	328	112	3,0

Выход: 1000

Технология приготовления: Все овощи, кроме картофеля мелко шинкуют. В кипящий бульон или воду закладывают капусту, доводят до кипения, закладывают картофель, нарезанный крупным кубиком, доводят до кипения, снимают пену и добавляют припущенную с маслом морковь, бланшированный и слегка пассерованный лук и варят до готовности при слабом кипении. Отвар сливают, овощи немедленно протирают горячими. На отваре готовят белый соус. Протертые овощи соединяют с белым соусом, разводят бульоном или отваром, проваривают 5 - 7 мин. Готовый суп заправляют кипящим молоком и сливочным маслом, доводят до кипения.
Отпускают, посыпая рубленой зеленью.
Температура подачи: 75 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Суп должен представлять собой однородную массу, без комков заварившейся муки, кусочков не протертых продуктов и поверхностных пленок. Консистенция эластичная, «густых сливок». Цвет белый с розоватым оттенком. Вкус нежный, в меру соленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 162

Наименование блюда: **Суп-пюре из кабачков**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Кабачки	597	400						
Мука пшеничная	15	15						
Масло сливочное	20	20						
Молоко	300	300						
Сахар	4	4						
Бульон или вода	500	500						
ИТОГО:			12,0	8,4	24,1	1,3	47,7	456

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,23	28,8	0,20	0,8	425	335	80	2,1

Выход: 1000

Технология приготовления: Кабачки очищают от кожицы, удаляют семена, нарезают ломтиками и припускают в небольшом количестве воды до размягчения, затем протирают. Муку прогревают без изменения цвета, без жира, охлаждают, разводят молоком и проваривают до загустения. Протертые кабачки соединяют с молочным соусом, разводят бульоном или горячей водой, кладут йодированную соль, сахар, доводят до кипения.
Готовый суп заправляют сливочным маслом.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Суп должен представлять собой однородную массу, без комков заварившейся муки, кусочков не протертых продуктов, не допускается пленка на поверхности. Консистенция эластичная, «густые сливки». Цвет белый, вкус нежный, в меру соленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 163

Наименование блюда: **Суп-пюре из тыквы**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Тыква	571	400						
Хлеб пшеничный	170	150						
Масло сливочное	25	25						
Молоко	500	500						
Сливки	100	100						
Бульон или вода	200	200						
ИТОГО:			30,8	16,3	42,5	1,5	120,7	989

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,51	15,6	0,31	3,8	823	735	157	3,9

Выход: 1000

Технология приготовления: Тыкву моют, разрезают, очищают от кожицы и семян, нарезают ломтиками и припускают в воде, затем добавляют молоко. Черствый пшеничный хлеб зачищают от корок, нарезают тонкими ломтиками, подсушивают в жарочном шкафу при температуре 150 °С, не допуская изменения цвета. Затем хлеб соединяют с тыквой и продолжают припускать до полного разваривания тыквы и хлеба. Хлеб и тыкву протирают, добавляют йодированную соль, сливочное масло, сливки и доводят до кипения.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Суп должен представлять собой однородную массу, без комков, кусочков не протертых продуктов и поверхностных пленок. Консистенция эластичная, «густых сливок». Цвет белый с желтоватым оттенком. Вкус нежный, в меру соленый.

Супы молочные

Молочные супы приготовляют на цельном молоке или на смеси молока и воды. Кроме натурального молока, для супов можно использовать молоко сгущенное стерилизованное без сахара, молоко коровье цельное сухое.

Супы готовят с макаронными изделиями, крупами и овощами.

Молочные супы варят: с макаронными изделиями или овощами (в зависимости от вида) — 10-40 мин; с дробленными крупами — 10-15 мин, с недробленными крупами (рисовая, гречневая, перловая, пшено и др.) — 20-30 мин. Молочные супы с макаронными изделиями при длительной варке и хранении быстро густеют. Во избежание этого их следует готовить непосредственно перед подачей. Готовый суп заправляют маслом сливочным.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 164

Наименование блюда: **Суп молочный с крупой**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Молоко	700	700						
Вода	300	300						
Крупа: рисовая или манная, кукурузная, хлопья овсяные «Геркулес» ячневая или гречневая, перловая, пшено	60 80	60 80						
Сахар	8	8						
Масло сливочное	10	10						
ИТОГО: по рисовой крупе			24,1	19,9	25,8	0,6	82,6	659

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,30	6,4	0,22	0,3	778	686	115	1,3

Выход: 1000

Технология приготовления: Рисовую, гречневую крупу, хлопья «Геркулес» варят в подсоленной воде до полуготовности 10–15 минут, затем добавляют горячее молоко, кладут сахар, йодированную соль и варят до готовности.

Манную крупу предварительно просеивают, подсушивают, всыпают постепенно в кипящую смесь молока и воды, кладут сахар, йодированную соль и варят 5–7 минут до готовности. Готовый суп заправляют сливочным маслом.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Крупа хорошо набухла, но не разварилась. Цвет белый, вкус сладковатый, слабосоленый, без привкуса и запаха подгорелого молока.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 165

Наименование блюда: **Суп молочный с макаронными изделиями**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Молоко	700	700						
Вода	300	300						
Масло сливочное	10	10						
Сахар	8	8						
Макароны, лапша, вермишель, фигурные изделия	80	80						
ИТОГО: по макаронам			28,5	19,9	26,3	1,0	94,9	730

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,38	4,6	0,21	1,3	822	684	105	1,8

Выход: 1000

Технология приготовления: Макаронные изделия отдельно отваривают в кипящей соленой воде до полуготовности: макароны - 15 мин, лапшу - 10 мин, вермишель - 5 мин. Воду сливают, а макаронные изделия закладывают в кипящую смесь молока и воды, варят, помешивая, до готовности с добавлением йодированной соли, сахара, в конце - масла сливочного.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция макаронных изделий мягкая, форма должна быть сохранена. Цвет белый, вкус сладковатый, слабосоленый, без привкуса и запаха подгорелого молока.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 166

Наименование блюда: **Суп молочный с морковью и манной крупой**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Молоко	600	600						
Вода	150	150						
Морковь	395	316						
Манная крупа	20	20						
Сахар	10	10						
Масло сливочное	10	10						
ИТОГО:			23,2	17,1	23,3	0,5	71,8	589

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,41	11,8	0,19	1,7	746	696	187	2,9

Выход: 1000

Технология приготовления: Припускают в воде мелко нарезанные кубики моркови до полуготовности. Добавляют горячее молоко, доводят до кипения и постепенно всыпают просеянную манную крупу, кладут йодированную соль, сахар и варят, помешивая, 10–15 мин при слабом кипении.

В готовый суп добавляют сливочное масло.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: На поверхности супа блестки жира. Консистенция моркови мягкая, форма сохранена. Цвет белый, вкус сладковатый, слабосоленый, без привкуса и запаха подгорелого молока.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 167

Наименование блюда: **Суп молочный с овощами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Молоко	600	600						
Вода	200	200						
Морковь	50	40						
Картофель	267	200						
Капуста белокочанная	75	60						
или цветная	115	60						
Масло сливочное	8	8						
ИТОГО: по капусте белокочанной			22,5	17,4	22,5	0,9	60,0	533

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,47	42,2	0,17	0,5	781	689	155	3,1

Выход: 1000

Технология приготовления: Морковь нарезают тонкими домтиками, припускают с добавлением масла, белокочанную капусту нарезают шашками. В кипящую воду кладут капусту и припущенную морковь. Варят 10 мин. Затем кладут картофель, нарезанный кубиками, и варят при слабом кипении до готовности. За 5 минут до готовности овощей вливают горячее молоко, добавляют йодированную соль и доводят до кипения, заправляют сливочным маслом.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Овощи мягкие, сохранили форму нарезки. Цвет белый, вкус сладковатый, слабосоленый, без привкуса подгорелого молока.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 168

Наименование блюда: **Фрикадельки рыбные для супов, бульонов**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Треска *	1237	940						
Лук репчатый	238	200						
Яйца	1 ¼ шт	50						
Соль	9	9						
Масса полуфабриката	-	1250						
ИТОГО:			145,2	142,6	10,7	0,4	16,8	744

* Нормы закладки даны на треску потрошеную обезглавленную.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,64	9,6	0,22	9,2	253	1664	236	6,0

Выход: 1000

Технология приготовления: Филе рыбы с кожей без костей нарезают на кусочки, измельчают на мясорубке. Добавляют мелко рубленый лук, сырые яйца, йодированную соль и перемешивают. Формуют шарики массой 7-9 г, припускают отдельно до готовности. Хранят в бульоне. Перед отпуском еще раз доводят до кипения.

Температура подачи: от 60 до 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Изделия в форме шариков одинакового размера. Мягкой, нежной консистенции. Цвет фрикаделек - светло-коричневый. Вкус и запах отварных рыбных фрикаделек.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 169

Наименование блюда: **Фрикадельки мясные для супов, бульонов**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина (котлетное мясо)	1549	1140						
Лук репчатый	119	100						
Яйцо	2 шт.	80						
Вода для фарша	100	100						
Соль	9	9						
Масса полуфабриката	-	1430						
ИТОГО:			201,2	200,0	143,9	0,2	8,5	2134

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,32	5,0	0,20	5,2	137	1625	195	26,5

Выход: 1000

Технология приготовления: Для приготовления фрикаделек мясо измельчают 2-3 раза на мясорубке, добавляют мелко рубленый бланшированный лук, яйцо, йодированную соль, воду - массу тщательно перемешивают, формуют шарики массой 7-9 г. Фрикадельки припускают в небольшом количестве воды до готовности и кладут в суп за 3 мин до его готовности.

Температура подачи: от 60 до 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Изделия в форме шариков одинакового размера. Мягкой, нежной консистенции. Цвет фрикаделек - серый. Вкус и запах отварных мясных фрикаделек.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 170

Наименование блюда: **Гренки из пшеничного хлеба**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Хлеб пшеничный	1875	1575						
ИТОГО:			112,5	0,0	11,3	11,3	697,4	3342

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1,56	0,0	0,00	17,3	302	983	212	16,6

Выход: 1000

Технология приготовления: Пшеничный хлеб (батоны мелкопористые) очищают от корок*, нарезают кубиками (10×10 мм) и подсушивают до хрустящего состояния в жарочном шкафу.

*Корки хлеба используют для приготовления панировочных сухарей.

Требования к качеству: Гренки должны быть одинаковые по размеру, хрустящие, белого цвета. Не допускается наличие корочек батона.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА 171

Наименование блюда: **Гренки с сыром**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Хлеб пшеничный	1488	1250						
Сыр	288	261*						
Масло сливочное	100	100						
ИТОГО: по костромскому сыру			160,7	66,7	154,2	9,6	541,9	4352

*Масса тертого сыра.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1,31	0,9	0,60	15,1	2339	2117	275	14,5

Выход: 1000

Технология приготовления: Батоны пшеничного хлеба очищают от корок, нарезают тонкими (3–5 мм) ломтиками по 3–4 на порцию, кладут на кондитерский лист, посыпают тертым сыром, сбрызгивают сливочным маслом и поджаривают в жарочном шкафу.

Температура подачи: 65 °С.

Требования к качеству: Гренки аккуратно нарезаны, равномерно посыпаны сыром - сыр расплавлен. Консистенция хрустящая, цвет белый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 172

Наименование блюда: **Клецки мучные**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная	308	308						
Вода или молоко	483	483						
Соль	9	9						
Яйца	2 1/5 шт.	88						
Масло сливочное	35	35						
Масса теста	-	900						
ИТОГО: по молоку			58,6	25,4	55,1	4,0	239,4	1688

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,78	3,1	0,52	5,5	688	875	127	6,5

Выход: 1000

Технология приготовления: В воду или молоко кладут масло сливочное, соль и доводят до кипения. В кипящую жидкость, помешивая, всыпают муку и заваривают тесто, которое, не переставая помешивать, прогревают в течение 5-10 мин. После этого массу охлаждают до 60-70 °С, добавляют в 3-4 приема сырые яйца и перемешивают. Приготовленное тесто закатывают в виде жгута и нарезают на кусочки массой 10-15 г. Для варки клецек на 1 кг берут 5 л жидкости. Варят при слабом кипении 5-7 мин.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Клецки одинакового размера. Консистенция мягкая, нежная. Цвет кремовый. Вкус отварного теста. Запах отварного теста.

5. Блюда из овощей

Для приготовления блюд овощи подвергаются различным приемам тепловой обработки – варке, припусканию, тушению и запеканию.

При тепловой обработке в овощах происходят различные физико-химические изменения, в результате которых они приобретают новые свойства характерные для кулинарно обработанных продуктов.

Пищевая ценность овощных блюд обусловлена высоким содержанием в них витаминов, углеводов и минеральных солей, легко усвояемых и необходимых организму человека. Содержащиеся в овощах минеральные соли, углеводы и витамин С легко растворяются в воде, поэтому очищенные овощи не рекомендуется оставлять на длительный срок в холодной воде; особенно это относится к очищенному и нарезанному картофелю, активность витамина С в котором при хранении в воде снижается на 40%. Для лучшей сохранности витамина С овощи при варке следует опускать в кипящую воду и варить в закрытой посуде при слабом кипении.

Тщательное соблюдение технологических правил кулинарной обработки овощей способствует более полному сохранению витаминов, минеральных солей и других питательных веществ в приготовляемых овощных блюдах.

Готовые овощные блюда при отпуске рекомендуется посыпать мелко нарезанной зеленью.

К блюдам из картофеля можно подавать дополнительно свежие или соленые огурцы, помидоры, закуски овощные (икру баклажанную, кабачковую и т.п.).

Таблица 2

Расчет расхода сырья и выхода полуфабрикатов и готовых изделий для овощей и фруктов

Наименование сырья, способы промышленной и кулинарной обработки	Масса сырья брутто, г	Отходы и потери при холодной обработке, % к массе сырья, брутто	Масса сырья нетто или полуфабриката, г	Потеря при тепловой обработке, % к массе сырья, нетто или п/ф	Выход готового изделия, г
1	2	3	4	5	6
1. Картофель свежий молодой сырой очищенный до 1 сентября					
Молодой очищенный вареный	125	20	100	-	100
до 1 сентября	133	20	106	6	100
Сырой очищенный					
с 1 сентября по 31 октября	133	25	100	-	100
с 1 ноября по 31 декабря	143	30	100	-	100
с 1 января по 28–29 февраля	154	35	100	-	100
с 1 марта по 30 апреля	167	40	100	-	100
2. Морковь столовая свежая сырая очищенная					
до 1 января	125	20	100	-	100
с 1 января	133	25	100	-	100
3. Свекла столовая свежая сырая очищенная					
до 1 января	125	20	100	-	100
с 1 января	133	25	100	-	100
Очищенная варená целиком					
до 1 января	131	20	105	5	100
с 1 января	140	25	105	5	100
4. Помидоры (томаты) свежие парниковые не очищенные	102	2	-	-	100
Свежие грунтовые (при нарезке на порции)	118	15	100	-	100
Томаты консервированные целые	200	50	100	-	100
5. Укроп молодой столовый свежий	135	26	100	-	100

6. Ягоды и плоды					
Абрикосы свежие с удаленной косточкой	116	14	100	-	100
Алыча с удаленной косточкой	108	7	100	-	100
Ананас очищенный с удаленной сердцевиной, нарезанный	182	45	100	-	100
Апельсины очищенные	149	33	100	-	100
Арбуз свежий нарезанный на порции	111	10	100	-	100
Бананы очищенные	167	40	100	-	100
Виноград свежий столовый	104	4	100	-	100
Земляника свежая садовая	118	15	100	-	100
Лимон не очищенный порционный	111	10	100	-	100
Малина свежая	118	15	100	-	100

5.1. Отварные овощи

Картофель и морковь варят очищенными, свеклу – в кожице. Варить овощи можно в воде или на пару. Картофель и морковь лучше варить на пару, при этом пищевая ценность и вкусовые качества продукта сохраняются лучше. Особое значение приобретает варка паром для сильно разваривающегося рассыпчатого картофеля, так как при варке в воде он становится водянистым и менее вкусным.

При варке картофель и овощи кладут в кипящую подсоленную воду (0,6–0,7 л воды на 1 кг овощей), уровень воды должен быть на 1–1,5 см выше уровня овощей. Соль используют из расчета 10 г на 1 л воды. Свеклу, морковь и горох лущеный варят без соли, так как она ухудшает их вкусовые качества замедляет процесс варки.

Овощи имеющие зеленую окраску (стручки бобовых, зеленый горошек, шавель, капусту), варят в большом количестве воды (3–4 л на 1 кг) в открытой посуде при бурном кипении во избежание потери цвета.

Во время варки очищенных овощей в отвар переходят различные питательные вещества, поэтому отвары (кроме картофеля молодого или весеннего периода) следует использовать для приготовления соусов и супов.

Консервированные овощи прогревают с отваром, а затем отвар сливают и используют для приготовления супов, соусов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 173

Наименование блюда: **Картофель отварной**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Картофель	132	99						
или картофель молодой	128	102						
Масса отварного картофеля	-	96						
Масло сливочное	4,5	4,5						
ИТОГО:			1,9	0,0	4,1	0,4	12,7	95

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,10	13,9	0,03	0,1	11	53	20	0,8

Выход: 100

Технология приготовления: Очищенный мелкий целиком, дольками или крупным кубиком картофель заливают горячей водой так, чтобы она покрывала картофель на 1–1,5 см, кладут йодированную соль, закрывают крышкой, доводят до кипения и варят при слабом кипении до готовности. Затем отвар сливают, посуду накрывают крышкой, ставят на слабый нагрев на 1,5–2 мин., обсушивают. Если сорт картофеля быстро разваривающийся, поглощающий много влаги, то варят его 15 минут после закипания, сливают отвар, накрывают крышкой и доводят до готовности без воды - паром.
Используют как самостоятельное блюдо или в качестве гарнира.
При отпуске поливают растопленным сливочным или растительным маслом, украшают веточкой зелени.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления

Требования к качеству: Форма клубней или нарезки должна сохраниться. Цвет от белого до желтоватого. Потемнение картофеля не допускается. Консистенция рыхлая.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 174

Наименование блюда: **Картофель отварной в молоке**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Картофель	119	89						
Молоко	30	30						
Масло растительное	3	3						
Мука пшеничная	5	5						
ИТОГО:			3,1	1,1	4,2	3,3	15,4	112

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,11	12,8	0,01	1,5	44	76	23	0,8

Выход: 100

Технология приготовления: Очищенный мелкий целиком, дольками или крупным кубиком картофель заливают горячей водой, так, чтобы она покрывала картофель на 1–1,5 см, кладут йодированную соль, закрывают крышкой, доводят до кипения и варят при слабом кипении до полуготовности. Затем отвар сливают, добавляют горячее молоко, варят до готовности, вводят разведенную молоком холодную мучную пассеровку и, помешивая, доводят до кипения.
Используют как самостоятельное блюдо или в качестве гарнира.
При отпуске поливают растопленным сливочным или растительным маслом, украшают зеленью.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления

Требования к качеству: Форма клубней или нарезки должна сохраниться. Цвет от белого до желтоватого. Потемнение картофеля не допускается. Консистенция рыхлая. Картофель частично разварен. Соус - густоты сметаны.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 175

Наименование блюда: **Кукуруза отварная**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Кукуруза свежая в початках	250	225						
или консервированная	250	150						
Масса вареного початка	-	225						
Масса вареных зерен	-	150						
Масло сливочное	5	5						
ИТОГО:			13,8	0,0	8,7	4,6	95,6	516

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,30	0,0	0,03	1,1	41	304	99	4,7

Выход: **Початка с маслом - 230**
Зерен с маслом – 155

Технология приготовления: С початка кукурузы срезают стебель так, чтобы не опали листья, и тщательно промывают. Варят початки в подсоленной воде до готовности и оставляют в отваре до подачи. При отпуске початков целиком с них удаляют листья, отдельно подают масло сливочное. С вареных початков можно снять зерна. Перед отпуском их доводят до кипения (можно довести до кипения в отваре), а затем откидывают и заправляют маслом. Кукурузу консервированную прогревают вместе с отваром, после чего его сливают, а зерна заправляют сливочным маслом.
Температура подачи: от 60–65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Кукуруза в початках или в зернах, зерна политы маслом. Консистенция мягкая. Цвет желтый. Вкус умеренно соленый. Запах отварной кукурузы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 176

Наименование блюда: **Кукуруза с яйцом и луком**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Кукуруза свежая в початках молочной свежести	266	151						
Масса вареных зерен	-	50						
Лук репчатый	9	8						
Заправка для салатов	-	10						
Яйца	1/4 шт.	10						
Лук зеленый	7	5						
Укроп	3	2						
ИТОГО:			5,6	1,3	1,8	0,6	36,4	185

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	4,3	0,03	0,5	27	81	20	1,7

Выход: 100

Технология приготовления: Подготовленные початки кукурузы варят в подсоленной воде до готовности, затем с вареных початков снимают зерна, подвергают тепловой обработке, охлаждают, добавляют мелко нарезанный ошпаренный лук репчатый, перемешивают и заправляют заправкой для салатов.
При отпуске заправленную кукурузу укладывают горкой. Посыпают рублеными яйцами, сваренными вкрутую, мелко нарезанными луком зеленым и укропом.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид, запах и вкус соответствуют продуктам, входящим в блюдо.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 177

Наименование блюда: **Тыква отварная**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Тыква	172	121						
Масса вареной тыквы	-	100						
Масло сливочное	5	5						
ИТОГО:			1,2	0,0	4,1	0,1	3,6	56

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	4,8	0,03	0,5	32	29	16	0,4

Выход: 100/5

Технология приготовления: Очищенную от кожицы и семян тыкву нарезают ломтиками и варят в подсоленной воде. При отпуске поливают маслом.
Температура подачи: от 60–65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид: тыква нарезана ломтиками одного размера, хорошо проварена, полита маслом. Консистенция мягкая или умеренно плотная. Цвет от желтого до оранжевого. Вкус умеренно соленый, тыквы. Запах отварной тыквы, сливочного масла.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 178

Наименование блюда: **Капуста отварная с маслом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				У	Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста белокочанная	136	109						
Масса отварной капусты	-	100						
Масло сливочное	5	5						
ИТОГО:			1,4	0,0	4,0	0,1	3,8	55

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	24,3	0,03	0,1	81	24	13	0,6

Выход: 100/5

Технология приготовления: Подготовленную капусту погружают на 20–30 мин в холодную воду, после чего вновь промывают. Затем закладывают в кипящую подсоленную воду и варят в закрытой посуде при слабом кипении до готовности, после чего отвар сливают, капусту откидывают на дуршлаг. Готовую капусту хранят до отпуска в горячем отваре. При подаче поливают маслом.

Температура подачи: от 60–65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Белокочанная капуста нарезана шашками. Консистенция капусты мягкая, плотная. Цвет белый, с кремовым оттенком. Вкус умеренно соленый, с привкусом сливочного масла. Запах отварной капусты, сливочного масла.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 179

Наименование блюда: **Суфле из картофеля**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				У	Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	179	134						
Молоко	9	9						
Яйца	1/3 шт.	13						
Соус молочный для запекания	32	32						
Масса готового суфле	-	150						
ИТОГО:			4,7	2,3	5,8	0,4	20,0	151

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,13	6,5	0,16	0,4	48	106	32	1,3

Выход: 150

Технология приготовления: Очищенный картофель заливают кипящей водой, добавляют йодированную соль, закрывают крышкой, быстро доводят до кипения, варят до готовности при слабом кипении. Отвар сливают, картофель обсушивают (т.е. прогревают без воды 30–60 сек). Не допуская остывания картофеля ниже 80 °С, быстро протирают, соединяют с горячим густым молочным соусом. Охлаждают массу до 55–60 °С, вводят яичные желтки и взбитые в пышную пену белки, перемешивая сверху вниз. Полученную массу выкладывают в формы или на противень слоем 3 см и запекают в жарочном шкафу при температуре 220–250 °С 25 мин. Суфле можно готовить на пару 30–35 мин. Готовность определяют по отделению массы от стенок формы.

Готовое суфле нарезают на порции, отпускают суфле со сметанным соусом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Порции аккуратно нарезаны. Вкус и запах картофеля, молока, без посторонних привкусов. Консистенция суфле и соуса однородная, пышная, цвет белый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 180

Наименование блюда: **Суфле картофельно-морковное ("розовое")**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				У	Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч.жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	125	93						
Морковь	41	32						
Молоко	9	9						
Яйца	1/3 шт.	13						
Масло сливочное	6	6						
Соус молочный для запекания	24	24						
Масса готового суфле	-	150						
ИТОГО:			4,3	2,2	7,5	0,4	16,8	152

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,12	16,9	0,11	0,4	49	104	34	1,2

Выход: 150

Технология приготовления: Очищенный картофель заливают горячей водой, добавляют йодированную соль, закрывают крышкой, быстро доводят до кипения, затем варят при слабом кипении до готовности. Отвар сливают, а готовый картофель обсушивают и протирают в горячем виде (не ниже 80 °С). Очищенную морковь шинкуют соломкой, кладут в кастрюлю, дно которой смазано маслом, добавляют кипящее молоко и припускают до готовности при закрытой крышке, затем протирают. Горячую картофельную и морковную массы и молочный соус средней густоты соединяют, перемешивают, затем охлаждают до 60 °С и вводят яичные желтки, взбитые в пышную пену белки. Полученную массу быстро выкладывают на противень, смазанный маслом слоем 3–4 см и запекают в жарочном шкафу при температуре 220–250 °С в течение 25 мин или варят на пару 30–35 мин.

Готовое суфле охлаждают и нарезают на порции. Отпускают суфле, подливая сметанный соус.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Вкус слегка сладковатый, без посторонних запахов и привкусов. Цвет на разрезе розоватый. Консистенция однородная, пышная. Соус белого цвета, не допускаются хлопья свернувшейся сметаны.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 181

Наименование блюда: **Суфле из картофеля и моркови (паровое)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				У	Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	104	78						
Морковь	34	27						
Молоко	8	8						
Масло сливочное	5	5						
Соус молочный густой	-	20						
Яйца	1/4 шт	10						
Масса готового суфле	-	125						
Сметана	10	10						
ИТОГО:			3,3	1,5	7,4	0,3	14,3	141

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,11	7,5	0,09	0,4	46	85	29	1,0

Выход: 135

Технология приготовления: Отварной горячий картофель и морковь, припущенную с молоком и маслом, протирают и смешивают с густым молочным соусом, яичными желтками и взбитыми белками. Полученную массу выкладывают в емкость, смазанную маслом (2 г от нормы), и варят на пару 30–35 мин.

Отпускают суфле с прокипяченной сметаной.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Вкус слегка сладковатый, без посторонних запахов и привкусов. Цвет на разрезе розоватый. Консистенция однородная, пышная.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 182

Наименование блюда: **Суфле из моркови с творогом (паровое)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч.жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	95	70						
Молоко	15	15						
Масло сливочное	3	3						
Крупа манная	5	5						
Творог	26	25						
Яйца	1/4 шт.	10						
Масса готового суфле	-	110						
ИТОГО:			6,7	5,4	7,2	0,1	9,4	129

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	1,5	0,07	0,5	69	114	28	0,8

Выход: 110

Технология приготовления: Припущенную в молоке с маслом и протертую морковь охлаждают до температуры 40–50 °С, затем соединяют с манной крупой, протертым творогом и яичными желтками, добавляют йодированную соль 1 г. Массу хорошо вымешивают и осторожно добавляют в нее взбитые белки. Полученную массу выкладывают в емкость, смазанную маслом (1 г от нормы), и варят на пару 30–50 мин.
Отпускают суфле со сливочным маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Поверхность без трещин, форма сохранена. Консистенция мягкая, сочная, нежная. Цвет поверхности золотисто-оранжевый. Вкус и запах запеченной моркови и творога.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 183

Наименование блюда: **Суфле из кабачков или тыквы (паровое)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч.жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Кабачки	144	96						
или тыква	130	91						
Молоко	10	10						
Масло сливочное	3	3						
Крупа манная	8	8						
Сахар	3	3						
Яйца	1/4 шт.	10						
Масса готового суфле	-	90						
Масло сливочное	5	5						
ИТОГО:			2,8	1,5	7,7	0,3	7,6	111

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	6,8	0,07	0,4	33	44	11	0,7

Выход: 95

Технология приготовления: Кабачки и тыкву очищают от кожицы и семян, мелко нарезают и припускают в молоке с маслом до готовности, всыпают манную крупу и проваривают до загустения. Полученную массу охлаждают, добавляют сахар, йодированную соль 1 г, яичные желтки, затем вводят взбитые белки и осторожно перемешивают. Массу выкладывают в емкость, смазанную маслом (1 г от нормы), и варят на пару 30–35 мин.
Отпускают суфле со сливочным маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция однородная, пышная. Вкус и запах соответствуют компонентам блюда. Цвет на разрезе светло-желтый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 184

Наименование блюда: **Суфле из овощей (паровое)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч.жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	38	30						
Молоко	10	10						
Масло сливочное	3	3						
Капуста цветная	65	33						
Горошек зеленый свежий	30	30						
Сахар	3	3						
Соус молочный густой	-	20						
Яйца	1/4 шт.	10						
Масса готового суфле	-	110						
ИТОГО:			4,1	1,7	4,6	0,2	8,3	91

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,09	11,7	0,08	0,4	52	88	27	1,0

Выход: 115

Технология приготовления: Морковь припускают в молоке с добавлением сливочного масла. Цветную капусту и горошек варят, отвар сливают. Готовые овощи протирают, добавляют йодированную соль 1 г, взбитые белки и осторожно перемешивают. Полученную массу выкладывают в емкость, смазанную маслом (1 г от нормы), варят на пару 30–35 мин.
Отпускают суфле со сливочным маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Порции аккуратно нарезаны. Вкус и запах компонентов блюда. Консистенция суфле однородная, пышная. Цвет светло-оранжевый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 185

Наименование блюда: **Пудинг из моркови и яблок**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч.жив.	Всего	в т.ч.раст.		
Морковь	141	113						
Яблоки	116	81						
Крупа манная	10	10						
Молоко	40	40						
Масло сливочное	5	5						
Сахар	5	5						
Масса морковно-яблочная	-	215						
Яйца	1/4 шт.	10						
Масса полуфабриката	-	225						
Масса готового пудинга	-	200						
ИТОГО:			5,1	2,4	6,4	0,5	25,0	178

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,10	4,3	0,06	0,9	94	129	55	2,5

Выход: 205

Технология приготовления: Морковь, нарезанную тонкой соломкой, припускают в молоке с маслом сливочным (50% от нормы) до полуготовности, добавляют шинкованные очищенные яблоки и припускают еще 10 мин, в конце припускания добавляют йодированную соль, сахар, всыпают манную крупу и варят, помешивая, 15 мин. Массу охлаждают до температуры 40–50 °С, добавляют яичные желтки, хорошо перемешивают сверху вниз и вводят взбитые белки, выкладывают в емкость, смазанную маслом слоем 3–4 см и варят на пару 30–35 мин. Пудинг можно запекать в жарочном шкафу при температуре 250–270 °С 25–30 мин до образования легкой корочки.
При отпуске поливают растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Пудинг уложен в центре закусочной тарелки, полит маслом. Цвет оранжевый с беловатым оттенком. Вкус нежный, свойственный моркови и яблокам, сладковато-соленый. Консистенция мягкая, при надавливании пудинг легко распадается.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 186

Наименование блюда: **Пудинг из моркови (паровой)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	98	78						
Масло сливочное	3	3						
Молоко	16	15						
Вода	5	5						
Сахар	3	3						
Крупа манная	8	8						
Масса морковная	-	98						
Яйца	1/4 шт.	10						
Сухари	3	3						
Сметана	3	3						
Масса полуфабриката	-	113						
Масса готового пудинга	-	100						
ИТОГО:			3,9	1,7	4,3	0,1	16,6	121

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	1,6	0,04	0,6	49	83	35	1,0

Выход: 100

Технология приготовления: Морковную массу подготавливают как для котлет. В подготовленную массу добавляют при размешивании яичные желтки, затем взбитые яичные белки и выкладывают в формы или на противень, смазанные маслом сливочным и посыпанные сухарями. При варке пудинга на пару формы смазывают только маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Ровные порционные куски без трещин, не разламываются, сохраняют форму. Консистенция мягкая. Цвет поверхности светло-коричневый, на изломе – оранжевый. Вкус сладкий, свойственный моркови. Запах запеченной моркови, масла сливочного или соуса.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 187

Наименование блюда: **Пудинг из тыквы и яблок с творогом (паровой)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч.жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Тыква	83	58						
Молоко	10	10						
Масло сливочное	3	3						
Яблоки свежие	36	25						
Сахар	8	8						
Крупа манная	5	5						
Яйца	1/4 шт.	10						
Творог	26	25						
Масса полуфабриката	-	126						
Масса готового пудинга	-	110						
Масло сливочное	5	5						
ИТОГО:			6,2	5,1	11,0	0,2	14,2	185

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	4,6	0,08	0,6	75	99	18	1,2

Выход: 115

Технология приготовления: Подготовленную тыкву нарезают мелкими кубиками и припускают в молоке до готовности. Яблоки без кожицы и семенного гнезда мелко нарезают и припускают с добавлением воды до готовности. Затем тыкву смешивают с яблоками, всыпают манную крупу и проваривают до загустения. Полученную массу охлаждают до температуры 40–50 °С, добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, протертый творог, йодированную соль 1 г, перемешивают, затем осторожно вводят взбитые белки. Массу выкладывают в емкость, смазанную маслом (1 г от нормы), и варят на пару 30–35 мин.

Отпускают со сливочным маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Ровные порционные куски без трещин. Не разламываются, сохраняют форму. Консистенция мягкая. Цвет поверхности – светло-коричневый, на изломе – светло-желтый. Вкус сладкий.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 188

Наименование блюда: **Пудинг из тыквы или кабачков с яблоками (паровой)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Тыква	92	64						
или кабачки	102	68						
Молоко	10	10						
Масло сливочное	3	3						
Яблоки свежие	57	40						
Сахар	5	5						
Крупа манная	5	5						
Яйца	1/4 шт.	10						
Масса полуфабриката	-	100						
Масса готового пудинга	-	100						
ИТОГО:			2,7	1,5	3,9	0,2	12,6	96

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	5,8	0,04	0,5	40	50	15	1,4

Выход: 100

Технология приготовления: Тыкву или кабачки, очищенные от кожицы или семян, нарезанные произвольной формой, припускают в молоке с маслом до полуготовности. Яблоки без кожицы и семенного гнезда мелко нарезают и припускают с добавлением сахара и воды до готовности. Затем тыкву или кабачки смешивают с яблоками, всыпают манную крупу и проваривают до загустения. Полученную массу охлаждают до температуры 40–50 °С, добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, йодированную соль (0,5 г), перемешивают, затем осторожно вводят взбитые белки. Массу выкладывают в емкость, смазанную маслом (1 г от нормы), поверхность выравнивают и варят на пару 30–35 мин.
Отпускают со сливочным маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Ровные порционные куски без трещин. Не разламываются, сохраняют форму. Консистенция мягкая. Цвет поверхности – светло-коричневый, на разрезе – желтый. Вкус сладкий. Запах, свойственный компонентам блюда.

5.2. Овощи припущенные и тушеные

Припускают и тушат отдельные виды овощей или их смеси. Для припускания и тушения очищенные овощи нарезают дольками, соломкой или кубиками.

Кабачки, тыкву, помидоры и другие овощи, легко выделяющие влагу, припускают или тушат без добавления жидкости, т.е. в собственном соку, при слабом кипении в закрытой посуде. Овощи, которые не обладают этими свойствами, свеклу, капусту, морковь припускают с добавлением жидкости и жира (на 1 кг овощей берут в среднем 0,2–0,3 л воды или бульона и 20–30 г масла). Картофель, морковь, лук и некоторые другие овощи перед тушением слегка обжаривают, добавляют ароматические коренья по вкусу.

Для приготовления тушеных блюд, таких как овощное рагу, картофель тушеный, морковь тушеная и других блюд, предварительно обжаренные или припущенные овощи тушат с добавлением соуса. При этом рекомендуется добавить жидкость (бульон или воду - 10–15% от массы овощей) с учетом тепловых потерь при тушении.

При отпуске овощи можно посыпать измельченной зеленью петрушки или укропа (2–3 г на порцию).

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 189

Наименование блюда: **Морковь, тушенная с черносливом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	213	170						
Масло сливочное	10	10						
Чернослив	36	53/40*						
Сахар	5	5						
ИТОГО:			3,0	0,0	8,5	0,4	35,2	229

*В числителе указана масса отварного чернослива, в знаменателе масса отварного чернослива без косточки.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,09	3,8	0,06	2,3	78	126	102	2,4

Выход: 200

Технология приготовления: Очищенную морковь нарезают мелкими кубиками 0,3×0,5 см и припускают с добавлением небольшого количества воды до полуготовности. Чернослив заливают холодной водой на 10 мин, промывают в проточной воде, вынимая чернослив из воды (песок остается на дне), затем замачивают в кипяченой воде до набухания. Набухший чернослив нарезают мелкими кубиками, удаляя косточки. Соединяют чернослив с морковью, тушат до готовности при закрытой крышке 10–15 мин. Заправляют сахаром и сливочным маслом. Сахар можно заменить медом (3 г на выход).

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Вкус сладковатый, запах тушеной моркови и чернослива. Цвет - светло-коричневый. Консистенция моркови мягкая, сочная.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 190

Наименование блюда: **Свекла, тушенная в сметане или молочном соусе**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				У	Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Свекла	255	189*						
Масло сливочное	7	7						
Сметана	50	50						
или соус молочный	50	50						
ИТОГО: со сметаной			4,4	1,3	13,2	0,2	18,2	209

*Масса отварной очищенной свеклы.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	17,1	0,07	0,4	112	100	45	2,9

ИТОГО: с соусом молочным	4,1	1,0	8,4	0,2	19,8	171

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	16,8	0,15	0,4	102	106	45	3,0

Выход: 200

Технология приготовления: Свеклу промывают, заливают кипящей водой, варят при слабом кипении 1 час 20 мин, затем отвар сливают и быстро охлаждают свеклу в холодной проточной воде. Свеклу можно запечь в жарочном шкафу при температуре 160 °С до готовности. Отварную свеклу очищают, нарезают соломкой, добавляют сливочное масло, йодированную соль, сметану или молочный соус. Тушат 10 минут при слабом нагреве.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Свекла уложена горкой. Цвет характерный для отварной свеклы. Если свекла запекалась - более темный. Вкус сладковатый. Консистенция мягкая, сочная.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 191

Наименование блюда: **Спекла, тушенная с яблоками или курагой**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				У	Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Свекла	178	140*						
Яблоки свежие	57	40						
или курага	16	16						
Масло сливочное	8	8						
Сахар	4	4						
Соус сметанный	40	40						
ИТОГО: с яблоками			3,2	0,8	8,8	0,3	21,7	179

*Масса отварной очищенной свеклы.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	16,5	0,06	0,4	70	83	35	3,1

ИТОГО: с курагой	3,5	0,8	8,8	0,2	26,3	198

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	13,1	0,06	0,3	74	94	39	2,6

Выход: 200

Технология приготовления: Свеклу залить горячей (не ниже 80 °С) водой, закрыть крышкой, довести до кипения и варить 1 час 20 мин, охладить под проточной водой, очистить, нарезать мелкими ломтиками 3×10 мм. Яблоки очистить от кожицы и семян, нарезать мелкими ломтиками, соединить со свеклой, сметанным соусом, добавить йодированную соль, сахар и тушить 10–15 мин, в конце тушения заправить сливочным маслом. При изготовлении блюда с курагой, ее промывают, заливают холодной водой и оставляют на 2–3 часа. Затем курагу варят в той же воде до готовности, измельчают, соединяют со свеклой и аналогично тушат 5–7 минут до готовности в сметанном соусе. Соус сметанный готовится на основе белого соуса на овощном отваре или отваре от кураги.

Отпускают с соусом, в котором свекла тушилась.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Свекла уложена горкой. Вкус сладковатый, с ароматом свеклы, яблок или кураги. Цвет темно-вишневый. Консистенция мягкая, нарезка сохранена.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 192

Наименование блюда: **Тыква, припущенная с яблоками и изюмом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Тыква	143	100						
Яблоки свежие	50	35						
Изюм	13	12						
Сахар	5	5						
Масло сливочное	5	5						
Масса припущенной тыквы с яблоками и изюмом	-	125						
Масло сливочное	5	5						
ИТОГО:			1,4	0,0	6,1	0,2	16,1	125

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	7,9	0,04	0,6	40	38	20	1,4

Выход: 130

Технология приготовления: Подготовленную тыкву очищают, удаляют семена и нарезают ломтиками. Яблоки очищают от кожицы, удаляют семенные гнезда, нарезают ломтиками. Изюм перебирают и промывают. Тыкву припускают с добавлением сахара, масла сливочного, затем добавляют яблоки, изюм и доводят до готовности.
При отпуске поливают маслом.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Тыква и яблоки нарезаны ломтиками, сохраняют первоначальную форму. Консистенция в меру густая. Цвет свойственный продуктам, входящим в блюдо. Вкус тыквы, яблок и изюма, сладковатый. Запах припущенной тыквы и яблок.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 193

Наименование блюда: **Пюре из тыквы**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Тыква	96	60						
Вода	4	4						
Масса припущенной тыквы	-	50						
Масло сливочное	3	3						
ИТОГО:			0,6	0,0	1,7	1,7	2,0	26

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	3,1	0,01	0,5	17	15	9	0,3

Выход: 100/5

Технология приготовления: Очищенную от кожицы и семян и нарезанную кусками произвольной формы тыкву припускают с небольшим количеством подсоленной воды, а затем протирают, соединяют с маслом и прогревают. Отпускают со сливочным маслом.
Температура подачи: от 60–65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления

Требования к качеству: Хорошо протертая масса без комков, сверху – сливочное масло. Консистенция тыквы мягкая, сочная. Цвет нежно-оранжевый. Вкус умеренно соленый, отварной тыквы с привкусом сливочного масла. Запах отварной тыквы, сливочного масла.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 194

Наименование блюда: **Баклажаны, тушенные с помидорами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Баклажаны свежие	70	68						
Масса жареных баклажанов	-	50						
Помидоры свежие	56	48						
Масса жареных помидоров	-	30						
Масло растительное	8	8						
Соус	20	20						
ИТОГО: с соусом сметанным			1,6	0,4	8,6	7,6	4,6	102

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	7,5	0,01	0,4	21	42	15	0,7

Выход: 100

Технология приготовления: Очищенные баклажаны, нарезанные кружочками, и свежие помидоры, нарезанные крупными дольками, слегка обжаривают по отдельности на масле. Обжаренные баклажаны заливают соусом (сметанный, молочный), с добавлением воды (вода берется в количестве 15–20 % к массе обжаренных баклажанов), солят и тушат 15–20 мин. В конце тушения добавляют обжаренные помидоры. Отпускают по 50–100 г на порцию.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция мягкая, сочная. Цвет и запах продуктов, входящих в блюдо. Вкус умеренно соленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 195

Наименование блюда: **Рагу из овощей**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	86	64						
Морковь	40	32						
Капуста белокочанная	50	40						
Лук репчатый	19	16						
Репа или брюква	42	32						
Масло растительное	8	8						
Соус сметанный	60	60						
Масса готового рагу	-	200						
ИТОГО: по репе			4,0	1,1	10,7	7,8	17,0	180

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,12	15,3	0,02	3,9	68	105	39	1,4

Выход: 200

Технология приготовления: Капусту нарезают шашками, припускают. Остальные овощи нарезают кубиками 1×1 см или дольками длиной не более 2–2,5 см. В подготовленную посуду закладывают припущенную морковь, бланшированные репу или брюкву, пассерованный лук, обжаренный картофель, заливают сметанным соусом и тушат 15–20 мин, добавляют йодированную соль. При отпуске рагу выкладывают в виде горки, поливают маслом, посыпают зеленью. В рагу можно добавлять в конце приготовления чеснок. При отсутствии того или иного вида овощей, указанных в рецептуре, можно готовить блюдо из остальных овощей, увеличив их закладку.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Кусочки овощей одинаковой формы и величины, консистенция мягкая, сочная, форма нарезки сохранена, допускается часть разварившегося картофеля. Не допускается запах подгоревших и пареных овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 196

Наименование блюда: **Рагу из овощей с кабачками**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	86	64						
Морковь	40	32						
Капуста белокочанная	50	40						
Кабачки	48	32						
Горошек консервированный	15	10						
Масло растительное	8	8						
Соус сметанный	60	60						
Масса готового рагу	-	200						
ИТОГО:			3,7	1,1	10,7	7,8	16,8	178

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,09	14,2	0,02	3,9	51	87	31	1,1

Выход: 200

Технология приготовления: Очищенные овощи нарезают кубиками. Морковь припускают с добавлением масла до полуготовности, добавляют к ней обжаренный картофель, капусту припущенную шашками, кабачки сырые, йодированную соль, припускают при закрытой крышке 10–15 мин, добавляют сметанный соус и тушат в соусе еще 10–15 мин. При отпуске укладывают горкой и поливают растопленным маслом. При отсутствии того или иного вида овощей, указанных в рецептуре, можно готовить блюдо из остальных овощей, увеличив их закладку.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Кусочки овощей одинаковой формы и величины, консистенция мягкая, сочная. Форма нарезки сохранилась, допускается часть разварившегося картофеля. Не допускается запах подгоревших и пареных овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 197

Наименование блюда: **Овощи в молочном соусе (1-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	65	52						
Картофель	40	30						
Капуста белокочанная	50	40						
Горошек зеленый (консерв.)	32	20						
Масло сливочное	12	12						
Масса припущенных овощей	-	125						
Соус молочный	75	75						
ИТОГО:			4,0	0,8	13,5	0,2	16,0	201

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,10	17,2	0,23	0,6	83	105	40	1,1

Выход: 200

Технология приготовления: Подготовленные овощи нарезают средним кубиком 1×1 см. Припускают по отдельности при закрытой крышке с добавлением масла слоем не более 10–12 см. Соединяют с зеленым горошком, молочным соусом средней густоты и кипятят 1–2 минуты. Отпускают, укладывая овощи горкой, посыпают зеленью.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Овощи имеют вкус слегка соленый с ароматом молока. Не допускается запах подгорелого молока и овощей. Цвет, свойственный овощам. Консистенция мягкая. Форма нарезки овощей сохранена.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 198

Наименование блюда: **Овощи в молочном соусе (2-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	31,5	25						
Репа	22	16,5						
Кабачки	28,5	19						
Горошек зеленый консерв.	15,5	10						
Масло сливочное	5	5						
Масса припущенных овощей	-	62,5						
Сахар	1	1						
Соус молочный	37,5	37,5						
ИТОГО:			2,8	0,7	5,9	0,4	7,6	95

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	5,0	0,04	0,3	41	45	18	0,5

Выход: 100

Технология приготовления: Подготовленные овощи нарезают мелкими кубиками 0,4×0,4 см. Припускают по отдельности слоем не более 10–12 см при закрытой крышке с добавлением масла. Соединяют с зеленым горошком, молочным соусом средней густоты и кипятят 1–2 минуты. Отпускают, укладывая овощи горкой, посыпают зеленью.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Овощи имеют вкус слегка соленый с ароматом молока. Не допускается запах подгорелого молока и овощей. Цвет, свойственный овощам. Консистенция мягкая. Форма нарезки овощей сохранена.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 199

Наименование блюда: **Овощное рагу с баклажанами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Лук репчатый	20	17						
Масло сливочное	10	10						
Баклажаны	120	102						
Картофель	72	54						
Помидоры	36	30						
Петрушка (зелень)	8	6						
ИТОГО:			3,0	0,0	8,5	0,4	12,8	145

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,09	8,8	0,06	0,6	43	83	32	1,3

Выход: 150

Технология приготовления: Мелко нарезанный репчатый лук пассеруют на масле. Затем добавляют очищенные от кожицы мелко нарезанные баклажаны, картофель, помидоры, зелень петрушки, перец, йодированную соль, воду (45 г на порцию) и тушат до готовности при слабом кипении.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Форма нарезки овощей сохранена, мягкой консистенции, цвет розоватый, вкус умеренно соленый, запах тушеных овощей.

5.3. Овощи запеченные

Запеченные овощи делят на группы: овощи, запеченные в соусе, запеканки, фаршированные овощи.

Для запекания овощи предварительно варят, припускают, тушат или жарят, а иногда используют сырыми.

Картофель для запеканок варят очищенным, воду сливают и в горячем виде протирают. Перед запеканием поверхность запеканок, пудингов, рулетов смазывают сметаной, а овощи, запекаемые с соусом, посыпают тертым сыром или молотыми сухарями и сбрызгивают маслом.

Запекают овощи в жарочном шкафу при 250–280 °С до образования корочки на поверхности изделия и температуры внутри него 80 °С.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 200

Наименование блюда: **Оладьи из кабачков**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч.раст.		
Кабачки	94	75						
Мука пшеничная	30	30						
Яйца	1/4 шт.	10						
Сахар	3	3						
Масло растительное	5	5						
Масса жареных оладий	-	100						
ИТОГО:			4,7	1,2	6,2	5,1	18,1	146

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	5,4	0,02	2,8	21	48	12	0,8

Выход: 100

Технология приготовления: Кабачки с плотной мякотью и мелкими семенами очищают от кожицы и измельчают на овощерезке. В полученную массу добавляют муку, сахар, соль, тщательно перемешивают и вводят взбитые яйца. На раскаленную чугунную сковороду или противень, смазанные растительным маслом, ложкой раскладывают тесто и жарят оладьи с обеих сторон. Подают по 2 шт. на порцию. При отпуске поливают соусом сметанным.

Температура подачи: от 60 - 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид: округлые, приплюснутые. Консистенция: однородная. Цвет золотистый. Вкус умеренно соленый, кабачков. Запах жареных кабачков.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 201

Наименование блюда: **Рулет или запеканка картофельная с овощами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	180	135						
Масса отварного протертого картофеля	-	131						
Для фарша:								
Капуста белокочанная	37,5	30						
Лук репчатый	18	15						
Масло растительное	7,5	7,5						
Масса фарша	-	30						
Сметана	4	4						
Сухари	4	4						
Масса полуфабриката	-	170						
Масса запеченного рулета	-	150						
ИТОГО:			3,8	0,1	8,3	7,6	18,0	162

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,14	7,6	0,00	3,6	35	89	35	1,1

Выход: 150

Технология приготовления: Сваренный картофель обсушивают и в горячем состоянии протирают. Эту массу для приготовления запеканки делят пополам. Одну половину слоем 1 см укладывают на смазанный маслом противень, кладут на него фарш - слоем 1 см, закрывают оставшейся картофельной массой. Высота запеканки 3 см. Поверхность выравнивают, смазывают сметаной, наносят рисунок, посыпают сухарями, сбрызгивают маслом и запекают при температуре 250 °С 15 мин.

Для рулета картофельную массу выкладывают в виде прямоугольника толщиной 1,5 см на влажную чистую салфетку, на средину кладут фарш и, приподнимая края салфетки, формуют рулет, диаметром не более 4–5 см. Рулет перекладывают швом вниз на противень, смазанный маслом, смазывают поверхность сметаной, посыпают сухарями, делают 2–3 прокола для выхода пара и запекают при температуре 220–240 °С 25–30 мин до образования легкой румяной корочки.

Для фарша: рубленую капусту припускают с маслом, соединяют с бланшированным слегка пассерованным репчатым луком, по возможности, добавляют зелень (5 г нетто).

Готовые изделия режут на порции, при отпуске подливают сметанный соус.

Температура подачи: 65 °С

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Поверхность изделий равномерно окрашена, без подгорелых мест. трещин и разрывов, консистенция нежная, не тягучая, вкус - в меру соленый, свойственный картофелю и овощам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 202

Наименование блюда: **Картофель, запеченный в сметанном соусе**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	138	103						
Масло сливочное	3	3						
Масса готового картофеля	-	100						
Соус сметанный	-	63						
Сыр	2,7	2,5						
Масло сливочное	3	3						
Масса полуфабриката	-	168						
ИТОГО:			3,8	1,8	8,7	0,4	13,5	169

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,11	4,1	0,07	0,3	47	94	26	0,8

Выход: 150

Технология приготовления: Сырой очищенный картофель нарезают кубиками, варят в подсоленной воде, воду сливают, картофель подсушивают, затем нарезают ломтиками, молодой картофель используют целыми клубнями. Подготовленный картофель укладывают на порционные сковороды или противень, смазанные маслом сливочным, заливают сметанным соусом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают. При отпуске посыпают зеленью.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Картофель сохранил форму нарезки, равномерно полит соусом и запечен. Консистенция сочная, слабохрустящая. Цвет продуктов, входящих в блюдо. Вкус умеренно соленый. Запах запеченных продуктов, входящих в блюдо.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 203

Наименование блюда: **Картофель, запеченный с яйцом и помидорами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	113	84						
Масло сливочное	6	6						
Масса жареного картофеля	-	58						
Лук репчатый	20	17						
или лук зеленый	16	13						
Масло сливочное	3	3						
Масса пассерованного лука	-	8						
Помидоры свежие	52	44						
Масло сливочное	3	3						
Масса жареных помидоров	-	28						
Яйца	1 1/8 шт.	45						
Масса полуфабриката	-	139						
Масса готового продукта	-	125						
ИТОГО: по репчатому луку			7,9	5,6	14,6	0,4	11,3	208

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,14	5,9	0,17	0,8	41	143	32	1,8

Выход: 125

Технология приготовления: Сырой очищенный картофель нарезают кубиками и жарят до готовности. Репчатый лук нарезают полукольцами и пассеруют; при использовании зеленого лука его мелко нарезают и прогревают с маслом. Картофель смешивают с жареным луком, раскладывают на порционные сковороды или противень, смазанные маслом. При приготовлении блюда с помидорами их ошпаривают кипятком, очищают от кожицы, нарезают дольками, солят, слегка обжаривают на масле сливочном и кладут поверх картофеля. Затем заливают взбитыми яйцами с добавлением соли и запекают в жарочном шкафу. При отпуске поливают маслом и посыпают зеленью.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Картофель сохранил форму нарезки. Консистенция мягкая. Корочка золотистого цвета. Вкус и запах приятные, свойственные компонентам блюда.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 204

Наименование блюда: **Рулет картофельный с яйцом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	97	73						
Мука пшеничная	8	8						
Масса картофельная	-	75						
Для фарша:								
Яйца	1/2 шт.	20						
Лук репчатый	12	10						
Масло сливочное	5	5						
Масса пассерованного лука	-	10						
Масса фарша	-	30						
Сметана	3	3						
Сухари	3	3						
Яйца	1/20 шт.	2						
Масса полуфабриката	-	113						
Масса готового рулета	-	100						
ИТОГО:			5,5	3,1	7,2	0,4	13,6	141

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,10	3,1	0,08	0,5	25	93	22	1,1

Выход: 100

Технология приготовления: Сваренный картофель обсушивают, протирают горячим, охлаждают, добавляют муку. Все перемешивают и выкладывают на смоченную водой салфетку. На середину массы кладут фарш и придают ему форму рулета, который перекладывают с салфетки швом вниз на смазанную маслом сливочным емкость (2 г от нормы). Рулет смазывают сметаной, посыпают сухарями, прокалывают в нескольких местах, смазывают яйцом и запекают.

Для фарша: репчатый лук пассеруют с маслом сливочным, соединяют с мелко рублеными сваренными вкрутую и сырыми яйцами и все перемешивают. Готовый рулет режут на порции и отпускают с соусом сметанными, или сметанным с луком, или с прокипяченной сметаной.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Поверхность изделия равномерно окрашена, без подгорелых мест, трещин и разрывов, консистенция нежная, не тягучая, вкус – в меру соленый, свойственный картофелю и овощам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 205

Наименование блюда: **Зразы картофельные с овощами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	165	124						
Яйца	1/6 шт.	7						
Масса протертого картофеля	-	126						
Фарш:								
Морковь	20,5	16						
Капуста белокочанная	15	12						
Молоко	9	9						
Масло сливочное	3	3						
Яйца	1/6 шт.	7						
Масса фарша	-	39						
Мука пшеничная	6	6						
Масло сливочное	3	3						
Масса полуфабриката	-	168						
Масса готовых зраз	-	150						
ИТОГО:			5,3	2,0	6,7	0,5	13,6	136

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,14	4,7	0,07	0,4	36	113	36	1,3

Выход: 150

Технология приготовления: Сырой очищенный картофель варят в подсоленной воде, воду сливают, картофель обсушивают и протирают горячим. В протертый картофель, охлажденный до температуры 40–50 °С, добавляют яйца, массу хорошо перемешивают и разделывают на лепешки весом 63 г по 2 шт. на порцию. На середину лепешки кладут фарш и соединяют ее края так, чтобы фарш был внутри изделия. Затем изделие панируют в муке, придавая форму кирпичика с овальными краями, высотой не более 1,5 см, длиной 9–10 см. Зразы укладывают на смазанный маслом (2 г от нормы), сбрызгивают маслом и запекают в жарочном шкафу 10–15 минут при температуре 250 °С, затем доводят до готовности в камере шкафа с температурой 160 °С в течение 7 мин.
Для фарша: морковь, капусту шинкуют мелкой соломкой и припускают, добавляя молоко и масло. В горячие овощи кладут сваренные вкрутую рубленые яйца, йодированную соль и перемешивают. Отпускают, подливая соус молочный или сметанный, или растопленное сливочное масло.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления

Требования к качеству: Форма изделий правильная, без трещин, цвет бледно-золотистый, ровный, на разрезе картофель ровный по периметру, овощи мягкие, без привкуса и запаха пареных овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 206

Наименование блюда: **Котлеты картофельные**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	208	156						
Мука пшеничная	6	6						
Яйца	1/7 шт.	6						
Сухари или мука	6	6						
Масло сливочное	4	4						
Масса полуфабриката	-	165						
Масло растительное	4	4						
Масса готовых котлет	-	150						
ИТОГО:			5,0	1,2	7,4	4,1	17,2	155

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,16	4,0	0,03	2,2	18	110	36	1,2

Выход: 150

Технология приготовления: Очищенный картофель заливают кипящей водой, добавляют соль, закрывают крышкой, быстро доводят до кипения, затем, переключая нагрев, варят при слабом нагреве до готовности. Отвар сливают (используют для соусов или супов), картофель обсушивают, быстро протирают (температура картофеля не должна быть ниже 80 °С). Протертый картофель охлаждают до температуры 40–50 °С, добавляют яйца, сливочное масло, муку, все перемешивают, формуют по 2 котлеты на порцию, панируют в сухарях или муке. Котлеты обжаривают с обеих сторон на плите, не допуская образования грубой корочки, а затем доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 160 °С в течение 7 мин.
Отпускают с растопленным сливочным маслом или подливают сметанный соус.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Правильная форма, равномерный цвет корочки, без трещин. Консистенция рыхлая, однородная.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 207

Наименование блюда: **Котлеты из овощей**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж.		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Капуста белокочанная свежая	60	47						
Масса припущенной капусты	-	43						
Морковь	101	80						
Масло сливочное	7	7						
Масса пассерованной моркови	-	54						
Картофель	75	56						
Масса отварного картофеля	-	54						
Яйца	1/4 шт.	10						
Сухари	11	11						
Масса полуфабриката	-	172						
Масло сливочное	13	13						
Масса жареных котлет	-	150						
ИТОГО:			5,5	1,4	15,5	0,4	16,8	229

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,13	16,4	0,11	0,1	57	109	54	1.6

Выход: 150

Технология приготовления: Подготовленную капусту и морковь нарезают соломкой, затем капусту припускают, морковь пассеруют. Очищенный картофель варят, обсушивают и протирают горячим. Овощи соединяют (температура смеси не более 60–70 °С), добавляют яйца, йодированную соль, тщательно перемешивают. Из полученной массы формуют котлеты по 1 шт. на порцию, панируют в сухарях и обжаривают с обеих сторон.
При отпуске котлеты поливают растопленным маслом сливочным.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Форма овальная, без трещин. Консистенция однородная. Цвет корочки – коричневатый. Вкус умеренно соленый. Запах продуктов, входящих в блюдо.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 208

Наименование блюда: **Картофельный пудинг**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч.жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	114	86						
Яйца	1/4 шт.	10						
Лук репчатый	14	11						
Мука пшеничная	6	6						
Масло сливочное	6	6						
Масса полуфабриката	-	114						
ИТОГО:			3,7	1,3	6,1	0,4	12,7	141

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,10	3,2	0,06	0,3	17	73	21	0,9

Выход: 100

Технология приготовления: Сырой очищенный картофель протирают, добавляют яичный желток, мелко нарезанный лук репчатый, йодированную соль, просеянную и слегка подсушенную муку, перемешивают. В полученную массу добавляют взбитый белок и выкладывают ее в неглубокую сковороду, смазанную маслом, поверхность выравнивают, сбрызгивают растопленным маслом сливочным и запекают при температуре 250–280 °С до образования поджаристой корочки на поверхности пудинга.
Отпускают пудинг горячим как самостоятельное блюдо или как гарнир к блюдам из птицы.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Пудинг имеет форму ромбика или квадрата. Цвет бледно-желтый. Вкус нежный, свойственный компонентам блюда. Запах запеченного картофеля.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 209

Наименование блюда: **Картофельные котлеты, запеченные под соусом сметанным с луком**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Котлеты картофельные	-	50						
Соус сметанный	-	30						
Сыр	2,2	2						
Масло сливочное	2	2						
Масса полуфабриката	-	80						
Масса запеченных котлет	-	75						
Масло сливочное	5	5						
ИТОГО:			3,3	1,2	7,9	0,2	7,4	114

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	0,2	0,04	0,3	10	58	14	0,5

Выход: 80

Технология приготовления: Поджаренные картофельные котлеты (ТТК № 206) укладывают на смазанную маслом сковороду, заливают соусом сметанным с луком, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают. При отпуске поливают маслом.
Температура подачи: от 60 - 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Форма овально-приплюснутая с одним заостренным концом, поверхность без трещин, равномерно обжаренная. Консистенция мягкая, корочки - плотная. Цвет корочки - золотистый. Вкус умеренно соленый, свойственный картофелю.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 210

Наименование блюда: **Рулет или запеканка картофельная с овощами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	120	90						
Масса протертого картофеля	-	88						
Для фарша:								
Капуста белокочанная	25	20						
или капуста квашеная	28	20						
Масло растительное	5	5						
Яйцо	1/8 шт.	5						
Масса фарша	-	20						
Сметана	3	3						
Сухари	3	3						
Масса полуфабриката	-	113						
Масса запеченного рулета								
или запеканки	-	100						
ИТОГО:			3,1	0,7	6,0	4,8	11,7	113

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,10	4,9	0,01	2,4	23	63	23	0,8

Выход: 100

Технология приготовления: Для рулета картофельную массу выкладывают на чистую, смоченную водой салфетку. На середину массы кладут фарш и придают форму рулета, перекладывают с салфетки швом вниз на смазанный маслом противень; смазывают сметаной, посыпают сухарями, ножом делают 2–3 прокола вдоль рулета, сбрызгивают жиром и запекают. Для приготовления фарша нарезанную соломкой или нарубленную капусту обжаривают, яйца варят. Капусту, вареные рубленные яйца смешивают. Можно добавить зелень петрушки или укропа (5 г нетто). При изготовлении запеканки картофельную массу делят пополам. Одну половину слоем 2 см кладут на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень, равномерно распределяют на нем фарш, который покрывают оставшейся картофельной массой. Поверхность изделия разравнивают, смазывают сметаной и запекают.
При отпуске нарезают и поливают соусом сметанным или сметанным с томатом.
Температура подачи: от 60–65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Поверхность без трещин. Консистенция мягкая, сочная. Цвет на разрезе серо-белый, корочка золотисто-коричневая. Вкус умеренно соленый, жареного картофеля. Запах запеченного картофеля и капусты.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 211

Наименование блюда: **Морковная запеканка**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	203	163						
Масло сливочное	8	8						
Молоко	26	26						
Масса припущенной моркови	-	150						
Крупа манная	15	15						
Сахар	5	5						
Сухари	4	4						
Сметана	4	4						
Яйца	1/5 шт.	8						
Масса полуфабриката	-	175						
Масса готовой запеканки	-	150						
ИТОГО:			6,0	1,4	8,6	0,3	30,4	223

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,12	3,4	0,08	1,1	87	142	69	1,6

Выход: 150

Технология приготовления: Морковь, нарезанную тонкой соломкой, припускают в молоке с маслом до готовности, в конце припускания всыпают манную крупу, йодированную соль, перемешивают, проваривают 15 мин. Массу охлаждают до 40–50 °С, перемешивают, выкладывают в противни, смазанные маслом и посыпанные сухарями, ровным слоем 3–4 см, поверхность разравнивают, смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу при температуре 250–280 °С до образования легкой румяной корочки на поверхности изделия в течение 20 мин.
При отпуске поливают растопленным маслом или соусом молочным.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Поверхность равномерно окрашена, без подгорелых мест, трещин. На разрезе цвет светло-оранжевый. Консистенция рыхлая, однородная, без крупных кусочков моркови и непроваренной каши.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 212

Наименование блюда: **Запеканка из моркови и фасоли**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	72	57						
Масло сливочное	5	5						
Масса припущенной моркови	-	53						
Фасоль	25	53*						
Яйца	1/10 шт	4						
Сметана	3	3						
Сухари	3	3						
Масса полуфабриката	-	113						
Масса готовой запеканки	-	100						
ИТОГО:			6,9	0,6	5,2	0,5	17,5	147

*Масса отварной фасоли.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,13	1,1	0,04	0,5	58	156	48	2,0

Выход: 100

Технология приготовления: Подготовленную фасоль варят до готовности и протирают. Припущенную и протертую морковь смешивают с вареной протертой фасолью, добавляют яйца. Массу выкладывают на смазанный маслом сливочным и посыпанный сухарями противень, смазывают сметаной, наносят узор и запекают.
При отпуске запеканку поливают прокипяченной сметаной.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Порционные куски, без трещин, не разламываются, сохраняют форму. Консистенция мягкая. Цвет поверхности – коричневый. На разрезе – оранжевый. Вкус и запах, свойственные продуктам, входящим в блюдо.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 213

Наименование блюда: **Запеканка из творога с морковью**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	123	90						
Яйца	1/2 шт.	20						
Масло сливочное	10	10						
Творог	31	30						
Сахар	5	5						
ИТОГО:			8,3	7,2	14,0	0,1	12,0	207

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	1,9	0,13	0,7	81	149	42	1,2

Выход: 120

Технология приготовления: Припущенную с маслом сливочным и протертую морковь охлаждают до 40–50 °С, затем соединяют с протертым творогом, сахаром, яичными желтками и взбитыми белками. Полученную массу выкладывают в смазанные маслом сливочным формочки или порционные сковороды и запекают в жарочном шкафу или варят на пару.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Порционные куски, без трещин, не разламываются, сохраняют форму. Консистенция мягкая. Цвет поверхности – светло-коричневый. На изломе – оранжевый. Вкус сладкий, свойственный моркови. Запах запеченной моркови.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 214

Наименование блюда: **Котлеты морковные**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	176	141						
Масло сливочное	8	8						
Молоко	23	23						
Крупа манная	10	10						
Яйца	1/5 шт.	8						
Мука пшеничная	7	7						
Масса полуфабриката	-	180						
Сметана	5	5						
Масса готовых котлет	-	150						
ИТОГО:			5,3	1,8	6,6	0,2	20,7	163

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	0,0	0,08	1,0	76	129	59	1,4

Выход: 150

Технология приготовления: Морковь нарезают тонкой соломкой, затем ее припускают до готовности со сливочным маслом (1/3 нормы) в молоке. Перед окончанием всыпают постепенно манную крупу и, периодически помешивая, варят до готовности 10–15 минут. Массу охлаждают до 55 °С, добавляют сливочное масло, йодированную соль, яйца, перемешивают, формуют котлеты по 2 штуки на порцию, панируют в муке. В емкость, смазанную маслом (1/3 от нормы), кладут котлеты, смазывают сметаной и запекают 20–25 минут при температуре 180–200 °С.
Отпускают с растопленным маслом или соусом молочным, молочным сладким, сметанным.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Правильная форма, равномерный цвет корочки, без трещин, на разрезе цвет светло-оранжевый. Консистенция рыхлая, однородная без крупных кусочков моркови и непроваренных комков манной каши.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 215

Наименование блюда: **Котлеты свекольные**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Свекла	212	170						
Масса вареной очищенной свеклы	-	165						
Масло сливочное	10	10						
Крупа манная	15	15						
Яйца	1/4 шт.	10						
Сухари или мука пшеничная	12	12						
Масса полуфабриката	-	176						
Масло растительное	10	10						
Масса готовых котлет	-	150						
ИТОГО:			6,5	1,3	8,9	0,4	31,1	230

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,09	0,0	0,08	0,8	71	113	43	3,0

Выход: 150

Технология приготовления: Свеклу варят в кожуре, очищают, протирают или пропускают через мясорубку, кладут в сотейник и прогревают с маслом, всыпают тонкой струйкой при помешивании манную крупу и варят до загустения 15–20 мин. Массу охлаждают до температуры 40–50 °С, добавляют йодированную соль, яйца, формуют котлеты по 2 штуки на порцию, панируют в муке или сухарях и обжаривают, не допуская образования грубой корочки, с обеих сторон 7–10 мин, затем доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 160 °С в течение 7 мин.
Отпускают с маслом или подливают соус молочный, сметанный.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Форма изделия правильная, консистенция мягкая, рыхлая, однородная. Корочка тонкая, темно-вишневого цвета, на разрезе вишневого цвета.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 216

Наименование блюда: **Котлеты капустные**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста белокочанная	200	160						
Молоко	30	30						
Крупа манная	15	15						
Яйца	1/2 шт.	20						
Мука пшеничная	12	12						
Масло сливочное	5	5						
Масса полуфабриката	-	180						
Масло растительное	10	10						
Масса готовых котлет	-	150						
ИТОГО:			8,8	3,3	15,2	8,9	19,2	249

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	32,6	0,09	0,7	120	118	35	1,4

Выход: 150

Технология приготовления: Капусту мелко рубят или нарезают тонкой соломкой, припускают в молоке с маслом до полуготовности, затем всыпают манную крупу и варят, помешивая, 10 мин, охлаждают до 40–50 °С, добавляют сырые яйца, йодированную соль, вымешивают и дозируют котлеты по 2 на порцию, панируют в муке или сухарях и формуют. Готовые полуфабрикаты обжаривают с обеих сторон, не допуская образования грубой корочки. Затем доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 160 °С в течение 7 мин.
Отпускают котлеты с маслом сливочным или подливая соус молочный, сметанный.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Капуста нашинкована тонкой мелкой соломкой, корочка золотистая, изделия не ломаные, на разрезе цвет белый с кремовым оттенком. Консистенция рыхлая, однородная.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 217

Наименование блюда: **Шницель из капусты**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста белокочанная свежая	225	180						
Мука пшеничная	5	5						
Яйца	1/8 шт.	5						
Сухари	15	15						
Масса полуфабриката	-	190						
Масло сливочное	10	10						
Масса жареного шницеля	-	150						
ИТОГО:			6,1	0,6	7,9	0,4	14,6	154

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	36,4	0,05	0,6	89	76	35	1,4

Выход: 150

Технология приготовления: Кочан капусты после зачистки и удаления кочерыги варят целиком 10–12 мин в кипящей подсоленной воде, слегка охлаждают и разбирают на листья. Утолщенные части листьев срезают или отбивают тяпкой. Затем смачивают в яйце, панируют в сухарях и обжаривают с обеих сторон.
Отпускают с маслом, или прокипяченной сметаной, или соусом молочным или сметанным.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Шницель сохраняет форму, без трещин. Консистенция мягкая. Цвет корочки золотистый. Вкус, свойственный запеченной капусте, умерено соленый. Запах запеченной капусты с маслом или соусом.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 218

Наименование блюда: **Запеканка капустная**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста белокочанная	260	208						
Масло сливочное	13	13						
Масса припущенной капусты	-	187						
Яйца	1/3 шт.	13						
Крупа манная	27	27						
Сухари	7	7						
Сметана	7	7						
Масса полуфабриката	-	240						
Масса готовой запеканки	-	200						
ИТОГО:			7,9	1,6	12,8	0,5	24,2	244

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,09	42,1	0,11	1,0	114	109	42	1,7

Выход: 200

Технология приготовления: Шинкованную соломкой свежую капусту припускают с маслом, в конце вводят манную крупу и проваривают до загустения. Массу охлаждают до 40–50 °С, вводят сырые яйца, йодированную соль, перемешивают, выкладывают на противень, смазанный маслом и посыпанный сухарями, поверхность разравнивают, смазывают сметаной и запекают при температуре 250–280 °С до образования румяной корочки.
Отпускают, поливая растопленным сливочным маслом или соусом молочным, сметанным.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Изделие должно иметь ровную окраску корочки, без трещин. На разрезе цвет светло-кремовый. Консистенция рыхлая, однородная без крупных кусочков овощей и каши.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 219

Наименование блюда: **Картофельные оладьи с сыром**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	94	67*						
Мука пшеничная	7	7						
Яйца	1/4 шт	9						
Сыр	7	6,5**						
Масло сливочное	3	3						
Молоко	14	13***						
Масса полуфабриката	-	105						
Масло сливочное	5	5						
Масса готовых оладий	-	90						
Сметана	15	15						
ИТОГО:			5,5	3,6	8,7	0,3	8,6	96

* Масса вареного тертого картофеля.

** Масса тертого сыра.

*** Масса кипяченого молока.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	1,8	0,08	0,3	81	111	20	0,6

Выход: 105

Технология приготовления: Очищенный картофель варят, обсушивают и протирают горячим. Протертый картофель, охлажденный до 60–70 °С, соединяют с просеянной мукой, яичными желтками, тертым сыром, солят и тщательно перемешивают. Затем в смесь добавляют растопленное масло сливочное, кипяченое молоко и перемешивают до образования однородной массы, осторожно вводят взбитые яичные белки. Оладьи жарят с обеих сторон на нагретых чугунных сковородах, смазанных маслом сливочным. Толщина готовых оладий должна быть не менее 5–6 мм.
Отпускают оладьи со сметаной прокипяченной по 2 шт. на порцию.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Форма круглая, поверхность без трещин, равномерно запечена. Консистенция мягкая, корочки – плотная. Цвет корочки золотистый, на разрезе – желтый. Вкус, свойственный продуктам, входящим в блюдо, умеренно соленый. Запах запеченного картофеля, масла сливочного, сыра, молока.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 220

Наименование блюда: **Картофельные оладьи со свежей капустой**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	80	60						
Морковь	31	25						
Капуста белокочанная свежая	38	30						
Яйца	1/5 шт.	8						
Натрий двууглекислый	0,5	0,5						
Мука пшеничная	5	5						
Масса полуфабриката	-	125						
Масло сливочное	10	10						
Масса готовых оладий	-	100						
Сметана	20	20						
ИТОГО:			4,6	1,5	8,9	0,3	10,6	141

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,11	4,4	0,08	0,8	52	108	42	1,0

Выход: 120

Технология приготовления: Сырые очищенные картофель и морковь протирают, капусту мелко рубят, добавляют яйца, просеянную муку, подготовленный натрий двууглекислый, йодированную соль и тщательно перемешивают. Оладьи выпекают с обеих сторон на нагретых сковородах, смазанных маслом сливочным. Толщина готовых изделий должна быть не менее 5–6 мм.
Отпускают оладьи по 2 шт. на порцию с прокипяченной сметаной.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Форма круглая, поверхность без трещин, равномерно запечена. Консистенция мягкая, корочки – плотная. Цвет корочки золотистый, на разрезе – желтый. Вкус, свойственный запеченным картофелю с капустой, умеренно соленый. Запах продуктов, входящих в блюдо.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 221

Наименование блюда: **Картофельные оладьи**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	138	103						
Яйца	1/3 шт.	13						
Мука пшеничная	8	8						
Натрий двууглекислый	2	2						
Соль	1,4	1,4						
Масса полуфабриката	-	125						
Масло растительное	4	4						
Масса готовых оладий	-	100						
Масло сливочное	10	10						
ИТОГО:			4,6	1,8	10,5	3,8	11,0	157

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,10	3,1	0,09	0,4	17	91	23	0,9

Выход: 110

Технология приготовления: Сырой очищенный картофель протирают, добавляют яйца, просеянную муку, натрий двууглекислый, йодированную соль, массу тщательно перемешивают и сразу же выпекают изделия на разогретых сковородах, смазанных маслом растительным.
Подают картофельные оладьи по 2–3 шт. на порцию с маслом сливочным или прокипяченной сметаной.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Форма круглая, поверхность без трещин, равномерно запечена. Консистенция мягкая, корочки – плотная. Цвет корочки золотистый, на разрезе – желтый. Вкус, свойственный продуктам, входящим в блюдо, умеренно соленый. Запах запеченного картофеля.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 222

Наименование блюда: **Оладьи из тыквы**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Тыква	146,5	102,5						
Мука пшеничная	10	10						
Сахар	2,5	2,5						
Яйца	1/4 шт.	10						
Масло растительное	5	5						
Масса жареных оладий	-	100						
ИТОГО:			3,1	1,2	5,9	4,8	11,2	110

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	5,2	0,02	2,8	32	50	16	0,7

Выход: 100

Технология приготовления: Тыкву, очищенную от кожицы и семян, нарезают кусочками произвольной формы, припускают с небольшим количеством воды до готовности, протирают. В полученную массу добавляют просеянную муку, яйца, йодированную соль, сахар и перемешивают до образования однородной массы. Жарят оладьи с обеих сторон до образования легкого колера (7–10 минут).
Отпускают по 3–4 штуки на порцию с молочным соусом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Оладьи круглой формы, румяные. Цвет на разрезе кремовый, консистенция пышная, однородная. Вкус в меру соленый с ароматом тыквы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 223

Наименование блюда: **Тыквенно-яблочная запеканка**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Тыква	100	70						
Яблоки	76	53						
Крупа манная	7	7						
Яйца	1/6 шт.	7						
Сахар	7	7						
Сметана	3	3						
Масса полуфабриката	-	120						
Масло сливочное	2	2						
Масса запекания	-	100						
ИТОГО:			2,4	0,9	3,1	0,3	16,1	102

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	6,9	0,03	0,5	33	41	16	1,6

Выход: 110

Технология приготовления: Очищенную от кожицы и семян тыкву, яблоки без кожицы и семенного гнезда нарезают мелкими кубиками и припускают с добавлением сахара и воды до полуготовности. Затем всыпают манную крупу и проваривают до загустения. Полученную массу охлаждают до 60–70 °С, добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, перемешивают, вводят осторожно взбитые белки. Массу выкладывают в смазанные маслом сливочным формы или противень, поверхность выравнивают, смазывают сметаной, наносят узор и запекают в жарочном шкафу.
При отпуске поливают прокипяченной сметаной, которую можно подать отдельно.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Ровные, порционные куски, без трещин, сохраняющие форму. Консистенция мягкая, сочная. Цвет корочки – светло-коричневый. Вкус запеченной тыквы, яблок – умеренно-сладкий. Запах запеченной тыквы и продуктов, входящих в блюдо.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 224

Наименование блюда: **Бабка из тыквы и фасоли**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Тыква	86	60						
Масса припущенной тыквы	-	50						
Фасоль	15	15						
Масса отварной фасоли	-	31						
Яйца	1/16 шт.	3						
Крупа манная	4	4						
Масло сливочное	1	1						
Сухари пшеничные	2	2						
Сметана	1	1						
Масса полуфабриката	-	88						
Масса готовой бабки	-	75						
ИТОГО:			4,4	0,4	1,6	0,4	11,0	76

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	3,0	0,02	0,5	40	92	24	1,2

Выход: 75

Технология приготовления: Очищенную от кожицы и семян тыкву припускают, соединяют с отварной фасолью, протирают, добавляют йодированную соль, яйца, манную крупу и перемешивают. Массу выкладывают на смазанную маслом сливочным и посыпанную сухарями емкость, поверхность разравнивают, смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу. При отпуске поливают маслом или молочным соусом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Ровные, порционные куски, без трещин, сохраняющие форму. Консистенция мягкая, сочная. Цвет корочки – светло-коричневый. Вкус запеченной тыквы. Запах продуктов, входящих в блюдо.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 225

Наименование блюда: **Запеканка из тыквы**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Тыква	100	70						
Масло сливочное	5	5						
Пшено	20	20						
Молоко	50	50						
Масса полуфабриката	-	113						
Масса запеканки	-	100						
ИТОГО:			4,2	1,4	5,8	0,7	14,8	128

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,90	3,9	0,04	0,4	81	102	31	0,8

Выход: 100

Технология приготовления: Очищенную от кожицы и семян тыкву измельчают. В кипящее молоко кладут соль, часть масла, подготовленную тыкву. Затем засыпают промытое в горячей воде пшено и проваривают до загустения. Остывшую до 40–50 °С массу выкладывают на смазанный маслом противень, ложкой наносят узор и запекают в жарочном шкафу. При отпуске поливают соусом молочным или сметанным.

Температура подачи: от 60–65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид: ровные порционные куски, без трещин, не разламываются, сохраняют форму. Консистенция мягкая, сочная, плотная. Цвет корочки – светло-коричневая, внутри – цвета входящих компонентов. Вкус умеренно соленый, запеченных овощей. Запах запеченных овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 226

Наименование блюда: **Кабачки, фаршированные овощами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Кабачки	91	55						
Для фарша:								
Капуста белокочанная свежая	21	13						
Лук репчатый	12	5						
Морковь	10	5						
Петрушка (корень)	6	3						
Томатное пюре	5	5						
Масло растительное	8	8						
Лук зеленый	5	3						
Масса фарша	-	28						
Сыр	2,7	2,5						
Масса полуфабриката	-	85						
Масса запеченных кабачков	-	75						
Соус сметанный	-	30						
ИТОГО:			1,9	1,1	9,5	7,4	4,1	109

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	6,3	0,05	3,7	50	43	13	0,5

Выход: 105

Технология приготовления: Кабачки очищают от кожицы, разрезают поперек на части длиной 3–5 см в зависимости от диаметра кабачков, удаляют семена с частью мякоти и отваривают до полуготовности в подсоленной воде. Кабачки заполняют овощным фаршем, кладут на смазанный маслом растительным противень, посыпают тертым сыром и запекают. Затем кабачки заливают соусом сметанным, или сметанным с томатом, или сметаной и доводят до кипения.
Для приготовления фарша капусту, нарезанную соломкой или мелкими шашками, жарят, морковь и петрушку (или сельдерей) нарезают мелкими кубиками или соломкой и пассеруют. Отдельно пассеруют репчатый лук, нарезанный полукольцами. Затем добавляют пассерованное томатное пюре, мелко нарезанный и слегка поджаренный зеленый лук, перемешивают и прогревают.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид изделия: начинка на уровне краев кабачка. Не допускается пригорелости. Цвет кабачка – светло-желтый, начинки – соответствуют цвету тушеных овощей. Консистенция кабачка мягкая, сочная, начинки - сочная. Запах, свойственный запеченным овощам. Не допускается привкус сырого томатного пюре.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 227

Наименование блюда: **Кабачки, фаршированные овощами и рисом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Кабачки	124,5	83,5						
Масса кабачков, отваренных до полуготовности	-	75						
Фарш:								
Морковь	11,5	9						
Капуста белокочанная	20,5	16,5						
Масло сливочное	5	5						
Крупа рисовая	3,5	10*						
Петрушка зелень	2	1,5						
Яйца	1/16 шт.	2,5						
Масса фарша	-	37,5						
Сыр	2,7	2,5						
Масса полуфабриката	-	112,5						
Масса запеченных, фаршированных кабачков	-	100						
ИТОГО:			2,1	0,9	4,9	0,2	5,1	73

* Масса готового отварного риса.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	9,5	0,05	0,2	50	44	16	0,6

Выход: 100

Технология приготовления: Кабачки очищают от кожицы, разрезают поперек на части длиной 30–50 мм в зависимости от диаметра кабачков, удаляют семена с частью мякоти и отваривают до полуготовности в подсоленной воде. Отваренные кабачки заполняют фаршем, кладут в смазанную маслом (две части от нормы) емкость (глубокий противень), посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают 20–25 минут в жарочном шкафу при температуре 240 °С.
Для фарша: морковь и капусту шинкуют мелкой соломкой, припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла до готовности. Готовые овощи перемешивают с рассыпчатой рисовой кашей, мелко рубленой зеленью петрушки, добавляют йодированную соль и сырые яйца.
Отпускают кабачки по 1 - 2 штуки на порцию, подливая сметанный соус.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Кабачки наполнены фаршем, аккуратно политы соусом. Вкус в меру соленый, с ярко выраженным ароматом овощей. Поверхность слегка подрумянена. Консистенция кабачков и фарша мягкая.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 228

Наименование блюда: **Кабачки, запеченные под соусом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Кабачки	112	90						
Мука пшеничная	3	3						
Масло сливочное	8	8						
Масса жареных кабачков	-	60						
Соус молочный	-	50						
Сыр	2,7	2,5						
Масса полуфабриката	-	113						
Масса запеченных кабачков	-	100						
ИТОГО:			2,4	1,6	9,5	0,3	7,3	124

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	5,9	0,08	0,3	67	50	12	0,5

Выход: 100

Технология приготовления: Кабачки очищают от кожицы, нарезают кружочками толщиной 1,5–2 см, посыпают солью, панируют в муке и обжаривают с обеих сторон. Затем кладут на смазанную маслом сливочным сковороду или противень, заливают горячим молочным соусом средней густоты или сметанным, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом сливочным и запекают.
При отпуске поливают маслом.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Кабачки сохранили форму нарезки, равномерно политы соусом и запечены. Консистенция сочная. Цвет продуктов, входящих в блюдо. Вкус умеренно соленый. Запах компонентов блюда.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 229

Наименование блюда: **Баклажаны, запеченные в соусе**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Баклажаны	134	128						
Мука пшеничная	5	5						
Масло растительное	8	8						
Масса жареных баклажанов	-	103						
Соус сметанный с томатом	50	50						
Масса полуфабриката	-	153						
Масса готовых баклажанов	-	135						
ИТОГО:			3,0	0,9	9,9	7,5	7,4	131

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	2,9	0,01	3,8	33	64	13	0,6

Выход: 135

Технология приготовления: Подготовленные баклажаны нарезают кружочками толщиной 1 см, солят и оставляют на 10–15 мин для удаления горечи, затем промывают, обсушивают, панируют в муке и обжаривают на растительном масле с обеих сторон. Обжаренные баклажаны кладут на порционную сковороду, заливают соусом сметанным с томатом и запекают в течение 8–10 мин.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Баклажаны сохранили форму нарезки, равномерно политы соусом и запечены. Консистенция сочная. Цвет, вкус и запах продуктов, входящих в блюдо.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 230

Наименование блюда: **Перец, фаршированный овощами и рисом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Перец сладкий	160	120						
Для фарша:								
Крупа рисовая	11	11						
Морковь	36	29						
Лук репчатый	24	20						
Помидоры свежие	38	32						
Масло растительное	10	10						
Масса фарша	-	80						
Масса полуфабриката	-	200						
Соус молочный	50	50						
ИТОГО:			3,8	0,9	11,3	9,1	16,2	182

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,13	81,9	0,02	5,8	61	89	37	1,3

Выход: 200

Технология приготовления: У обработанного сладкого перца удаляют плодоножку и семена, бланшируют, откидывают на дуршлаг и заполняют фаршем, укладывают на противень, заливают соусом молочным или сметанным. Запекают в жарочном шкафу при температуре 250–280 °С 30–45 мин до образования корочки.
Фарш: морковь, репчатый лук нарезают тонкой соломкой, пассеруют, добавляют свежие помидоры или томат пюре, пассеруют вместе. Рис варят отжидным способом или припускают. Пассерованные овощи соединяют с рассыпчатым рисом, добавляют соль, рубленую зелень, перемешивают.
Отпускают перец с соусом, в котором он запекался, по возможности, посыпают измельченной зеленью.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид - начинка на уровне краев перца, края не деформированные, цвет перца буро-зеленый, начинки - розоватый. Консистенция перца - мягкая, начинки - сочная. Запах, свойственный перцу, моркови, помидорам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 231

Наименование блюда: **Перец, фаршированный овощами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Перец сладкий	60	43						
Для фарша:								
Морковь	55	30*						
Петрушка (корень)	6	3*						
Лук репчатый	23	10*						
Томатное пюре	5	5						
Масло растительное	5	5						
Сахар	3	3						
Лимонная кислота	0,6	0,6						
Масса фарша	-	45						
Масса полуфабриката	-	90						
ИТОГО:			1,2	0,0	4,4	4,4	7,6	75

* Масса готовых продуктов.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	33,2	0,00	3,0	21	37	20	0,6

Выход: 75

Технология приготовления: Сладкий перец перебирают, промывают, подрезают вокруг плодоножки и удаляют ее вместе с семенами, не нарушая целостности стручка. Перец заливают горячей водой и варят 1–2 мин, затем откидывают на дуршлаг и заполняют фаршем.
Для фарша: морковь и петрушку нарезают мелкой соломкой и пассеруют; отдельно пассеруют репчатый лук, нарезанный полукольцами. Все смешивают, добавляют пассерованное томатное пюре. Затем фарш заправляют сахаром, лимонной кислотой и все доводят до кипения. Подготовленный сладкий перец с овощным фаршем укладывают на противень и запекают с небольшим количеством жидкости до готовности в жарочном шкафу. Подготовленный сладкий перец поливают соком, оставшимся после припускания. Фаршированный перец, приготовленный на растительном масле, можно подавать горячим и холодным.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не боле часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид – начинка на уровне краев перца, края перца недеформированные, цвет перца – буро-зеленый, начинки – розоватый. Консистенция перца – мягкая, начинки – сочная. Запах, свойственный перцу, моркови. Не допускается привкус сырого томатного пюре.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 232

Наименование блюда: **Помидоры, фаршированные рисом и морковью**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Помидоры свежие	88	75						
Для фарша:								
Крупа рисовая	6	15*						
Лук репчатый	18	8*						
Морковь	28	15*						
Масло растительное	5	5						
Масса фарша	-	37						
Сыр	1,7	1,5						
Сухари	1	1						
Масса полуфабриката	-	113						
Масса готовых помидоров	-	100						
ИТОГО:			2,0	0,3	5,0	4,6	7,6	83

* Масса готовых продуктов

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	8,6	0,00	2,9	36	55	28	0,9

Выход: 100

Технология приготовления: Из помидоров вынимают сердцевину, затем подготовленные помидоры наполняют фаршем, кладут на смазанный маслом противень, посыпают тертым сыром, смешанным с сухарями, сбрызгивают маслом и запекают 15–20 мин.
Для фарша: лук репчатый и морковь нарезают соломкой или мелкими кубиками и пассеруют с добавлением мелко нарезанных сердцевин помидоров. Рисовую крупу отваривают. Затем все смешивают, добавляют зелень петрушки и соль.
При отпуске поливают соусом молочным, сметанным, сметанным с томатом или прокипяченной сметаной.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид – начинка на уровне краев помидора. Форма томата сохранена. Консистенция помидора – мягкая, начинки – сочная. Цвет помидора – темно-красный, начинки – оранжевый. Запах, свойственный овощам, входящим в состав.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 233

Наименование блюда: **Помидоры, фаршированные яйцом и луком**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Помидоры	74	63						
Лук репчатый	12,5	10						
Яйцо	1/3 шт.	13						
Масло растительное	19	15						
Томатное пюре	16	15						
Лимонная кислота	8	8						
ИТОГО:			2,8	1,5	14,5	13,5	4,2	158

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	8,3	0,03	7,2	21	49	19	1,1

Выход: 100

Технология приготовления: Верхнюю часть помидора частично подрезают так, чтобы она образовала крышечку. В нижней части помидора делают углубление для фарша, вынимая часть мякоти. Помидоры посыпают йодированной солью и наполняют фаршем, при отпуске поливают прокипяченной сметаной и посыпают зеленью. Для приготовления фарша охлажденные, сваренные вкрутую яйца рубят, добавляют измельченную мякоть помидора и пассированный лук.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид – начинка на уровне краев помидора. Форма томата сохранена. Консистенция помидора – мягкая, начинки – сочная. Цвет помидора – красный, начинки – светло-желтый. Запах, свойственный помидору, яйцам, луку.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 234

Наименование блюда: **Запеканка овощная**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Картофель	137	103						
Капуста белокочанная	55	44						
Морковь	54	43						
Репа	29	22						
Лук репчатый	24	20						
Масло растительное	15	15						
Крупа манная	10	10						
Яйца	1/5 шт.	8						
Сметана	5	5						
Сухари	10	10						
Масса полуфабриката	-	235						
Масса готовой запеканки	-	200						
ИТОГО:			6,6	1,0	13,1	11,5	29,6	263

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,16	16,9	0,03	7,4	72	130	53	2,1

Выход: 200

Технология приготовления: Картофель варят, протирают. Нарезанные тонкой соломкой, припущенные отдельно капусту, морковь, репу соединяют с бланшированным, а затем пассерованным репчатым луком, всыпают манную крупу и проваривают до загустения. Овощную массу смешивают с протертым картофелем, охлаждают до температуры 40–50 °С, добавляют яйца, йодированную соль, выкладывают в смазанную растительным маслом (2 г от нормы) емкость слоем 3–4 см, смазывают сметаной, посыпают сухарями и запекают в жарочном шкафу при температуре 250 °С в течение 20 мин до образования румяной корочки.
Отпускают запеканку со сливочным маслом или молочным, сметанным соусом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Изделие имеет ровную окраску корочки, без трещин. На разрезе цвет розоватый. Консистенция мягкая, однородная, без крупных кусочков овощей и манной каши. Запах, свойственный виду овощей. Не допускается запах пареных овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 235

Наименование блюда: **Голубцы овощные**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста белокочанная	150	120						
Масса отварной капусты	-	111						
Фарш:								
Лук репчатый	7	6						
Морковь	45	36						
Масло сливочное	6	6						
Крупа рисовая	8	21*						
Яйца	1/7 шт.	6						
Зелень	2	1,4						
Масса фарша	-	64						
Масса полуфабриката	-	175						
Масса готовых голубцов	-	125						
Соус молочный	75	75						
ИТОГО:			5,1	2,0	9,3	0,2	13,2	157

*Масса отварного риса.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	24,5	0,08	0,6	114	110	40	1,3

Выход: 200

Технология приготовления: Кочан капусты отваривают в подсоленной воде до полуготовности, разбирают на отдельные листья, утолщенные места слегка отбивают. На листья укладывают фарш из припущенных овощей, нарезанных кубиками, отварного риса, рубленых вареных яиц, пассерованного лука, зелени. Формуют голубцы, завертывая листья капусты конвертом, затем закатывают в виде цилиндров. Укладывают в емкость, смазанную маслом, заливают соусом сметанным или молочным и запекают 30–45 мин при температуре 220–240 °С в жарочном шкафу.
Отпускают голубцы по 2 штуки на порцию вместе с соусом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид изделия в виде цилиндров, целые, неразвернутые. Цвет соуса - белый, изделия на разрезе - капуста с сероватым оттенком, фарш светло-розоватый. Консистенция капусты - мягкая, фарша - сочная. Вкус и запах, свойственные тушеной капусте с привкусом и ароматом моркови, лука, яиц.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 236

Наименование блюда: **Пудинг овощной**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч.жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	61	49						
Капуста белокочанная	68	54						
Молоко	23	23						
Масло сливочное	4	4						
Горошек зеленый	35	23						
Крупа манная	11	11						
Яйца	2/5 шт.	16						
Сметана	4	4						
Сухари	4	4						
Масса полуфабриката	-	170						
Масса готового изделия	-	150						
Масло сливочное	5	5						
ИТОГО:			5,6	1,4	7,1	0,3	17,3	155

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,11	9,9	0,06	0,6	83	107	40	1,2

Выход: 155

Технология приготовления: Морковь и капусту шинкуют мелкой, тонкой соломкой, припускают в молоке с маслом. В припущенные овощи добавляют зеленый горошек, всыпают манную крупу и проваривают до загустения 15–20 мин. Массу охлаждают до температуры 40–50 °С, добавляют желтки, перемешивают, вводят взбитые белки, йодированную соль, выкладывают в емкость смазанную маслом и посыпанную сухарями ровным слоем высотой 3 см. Пудинг смазывают сметаной и наносят рисунок. Запекают при температуре 220–250 °С до образования корочки (30–35 мин).
При отпуске нарезают на порции, подливают молочный, сметанный соус или поливают растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Пудинг имеет форму ромбика или квадрата. Цвет бледно-оранжевый. Вкус нежный, свойственный моркови и капусте.

6. Блюда из круп

6.1. Каши

Каши можно варить из любого вида крупы. Варят их на воде, на молоке или на смеси молока и воды.

По консистенции каши делят на рассыпчатые, вязкие и жидкие в зависимости от соотношения крупы и жидкости, взятых для варки (табл. 3).

Перед варкой каши крупу просеивают, перебирают и промывают. При этом удаляют мучель и посторонние примеси. Просеивают крупы в зависимости от величины ядер или частиц через сита с разными размерами ячеек. Пшено, рисовую и перловую крупу сначала промывают теплой, а затем горячей водой, ячневую – только теплой. При этом следует учитывать, что в крупе при промывании всегда остается значительное количество воды, которое колеблется в пределах 10–30 % от массы сухой крупы. Это нужно иметь в виду при дозировании жидкости. Гречневую крупу, манную и другие дробленные крупы, а также хлопья овсяные «Геркулес» не промывают.

Для каш, приготовленных на воде, берут 10 г соли, а для молочных и сладких — 4–5 г на 1 кг выхода каши. При приготовлении каши из дробленого риса, пшена и овсяной крупы норму ее увеличивают против нормы указанной в таблице и в рецептуре на 2 %.

Для упревания рассыпчатых каш требуется: гречневой из не пропаренного зерна — 4–4,5 часа, из поджаренной и быстро разваривающейся — 1,5 часа, перловой, ячневой, пшеничной, пшенной — 1,5–2 часа, рисовой — 1 час.

В настоящее время промышленность в основном вырабатывает крупу гречневую — ядрицу быстро разваривающуюся. Поджаривать ее не следует, так как она разваривается в течение 30 мин.

При приготовлении рассыпчатой гречневой каши из ядрицы, вырабатываемой из непропаренного зерна, для сокращения срока варки крупу иногда обжаривают. Перебранную крупу насыпают на противень слоем не более 4 см и, периодически помешивая, обжаривают в жарочном шкафу при 110–120 °С до светло-коричневого цвета. Учитывая, что влажность поджаренной крупы уменьшается примерно на 10%, воды для каши необходимо брать несколько больше.

Количество масла и сахара на блюдо, указанное в рецептурах, допускается изменять. Каши можно отпускать с вареньем, джемом, повидлом, медом — 25–30 г на порцию. При подаче кашу поливают растопленным маслом или кладут кусочек масла.

Таблица 3

Количество крупы, жидкости, соли, расходуемое на приготовление каши

Наименование каш	На 1 кг выхода каши		Из 1 кг крупы и выход каши			Привар, %	Влажность в % (допускаются отклонения ± 1,5%)
	Крупа, г	Жидкость, л	Жидкость, л	Соль, г	Выход, кг		
1. Гречневая рассыпчатая							
- из обжаренной крупы	417	0,79	1,90	24	2,40	140	69
- из быстроразваривающейся крупы	476	0,71	1,50	21	2,10	110	60
- вязкая	250	0,80	3,20	40	4,00	300	79
2. Рисовая							
- рассыпчатая	357	0,75	2,10	28	2,80	180	70
- вязкая	222	0,82	3,70	45	4,50	350	81
- жидкая	154	0,88	5,70	65	6,50	550	87
3. Овсяная или пшеничная							
- вязкая	250	0,80	3,20	40	4,00	300	78
- жидкая	200	0,84	4,20	50	5,00	400	83
4. Манная							
- вязкая	222	0,82	3,70	45	4,50	350	81
- жидкая	154	0,88	5,70	65	6,50	550	87

5. Из овсяных хлопьев «Геркулес»							
- вязкая	222	0,82	3,70	45	4,50	350	81
- жидкая	154	0,88	5,70	65	6,50	550	87
6. Перловая и ячневая							
- рассыпчатая	333	0,80	2,40	30	3,00	200	72
- вязкая	222	0,82	3,70	45	4,50	350	81
7. Пшенная							
- рассыпчатая	400	0,72	1,80	25	2,50	150	66
- вязкая	250	0,80	3,20	40	4,00	300	79
- жидкая	200	0,84	4,20	50	5,00	400	83
8. Кукурузная							
- рассыпчатая	333	0,80	2,40	30	3,00	200	72
- вязкая	285	0,77	2,70	35	3,50	250	76
- жидкая	200	0,84	4,20	50	5,00	400	83

Каши рассыпчатые

Рассыпчатые каши варят на воде из всех видов круп, кроме манной, овсяной, хлопьев овсяных «Геркулес». В готовой рассыпчатой каше зерна должны быть полностью набухшими, хорошо проваренными, в основном сохранившими форму и легко отделяющимися друг от друга.

Подготовленную для варки крупу всыпают в подсоленную кипящую жидкость. При этом всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения, помешивая.

Масло можно добавлять во время варки или использовать его, поливая кашу при отпуске. Когда каша сделается густой, перемешивание прекращают, закрывают котел крышкой и дают каше упреть; за это время она приобретает своеобразный приятный запах и цвет.

Для упревания рассыпчатых каш требуется: гречневой (из ядрицы, вырабатываемой из непропаренного зерна) — около 4,5 ч; из поджаренной крупы — 1,5–2 ч; из ядрицы быстроразваривающейся — 1–1,5 ч; перловой, ячневой, пшенной, пшеничной — 1,5–2 ч; рисовой — около 1 ч.

Рассыпчатые каши из рисовой крупы и пшена можно готовить в большом количестве воды (откидным способом). Для этого подготовленную крупу засыпают в подсоленный кипяток (6 л воды и 60 г соли на 1 кг крупы) и варят: рисовую крупу — до готовности, пшено — 5–10 мин. Готовый рис откидывают и промывают горячей кипяченой водой, кладут в посуду, добавляют растопленное масло, перемешивают и прогревают в жарочном шкафу или на плите с умеренным нагревом.

С проваренного пшена сливают воду, добавляют масло, перемешивают и доводят до готовности обычным способом.

При варке в наплитной посуде кашу для упревания следует поставить в жарочный шкаф. При варке в пищеварочном котле после набухания крупы уменьшают нагрев, закрывают котел крышкой и доводят кашу до готовности.

При отпуске горячую рассыпчатую кашу кладут на тарелку и поливают растопленным маслом или посыпают сахаром.

Каши рассыпчатые с наполнителями (репчатым луком, яйцом и др.) готовят из всех видов круп, кроме кукурузной.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 237

Наименование блюда: **Каша гречневая рассыпчатая**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа гречневая	460	460						
Вода	680	680						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	45	45						
ИТОГО:			57,0	0,2	52,3	15,2	247,2	1687

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1,38	0,0	0,27	4,1	95	1351	902	30,3

Выход: 1000

Технология приготовления: Гречу перебирают, засыпают в кипящую подсоленную воду, всплывшие пустые зерна удаляют (ситечком) и варят до загустения помешивая. Когда каша сделается густой, перемешивание прекращают, закрывают крышкой и доводят до готовности на пару или на водяной бане (температура 100 °С) или в жарочном шкафу при температуре 140–160 °С в течение 1–1,5 часа. Затем вливают растопленное сливочное масло, взрыхляют поварской вилкой, уваривают еще 3–4 мин.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 238

Наименование блюда: **Каша гречневая рассыпчатая с луком**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа гречневая	400	400						
Вода	600	600						
Масса каши	-	830						
Масло растительное	55	55						
Лук репчатый	240	190						
Масса пассерованного лука	-	105						
Масло сливочное	55	55						
ИТОГО:			52,3	0,3	114,0	61,2	229,7	2154

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1,27	7,1	0,32	28,3	143	1287	810	27,9

Выход: 1000

Технология приготовления: Крупу перебирают и варят гречневую рассыпчатую кашу по рецептуре «Каша гречневая рассыпчатая». Репчатый лук мелко рубят, бланшируют и пассеруют с растительным маслом. Готовую гречневую рассыпчатую кашу смешивают с пассерованным луком, взрыхляя поварской вилкой.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Зерна крупы набухшие, мягкие, частично деформированные, хорошо отделяются друг от друга. Лук распределен равномерно.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 239

Наименование блюда: **Каша гречневая рассыпчатая с яйцом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа гречневая	400	400						
Вода	600	600						
Масса каши	-	830						
Масло сливочное	55	55						
Яйца	3 ¼ шт.	130						
ИТОГО:			65,8	16,6	73,5	13,2	216,0	1788

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1,27	0,0	0,64	154,9	155	1424	779	29,5

Выход: 1000

Технология приготовления: Крупу перебирают и варят гречневую рассыпчатую кашу по рецептуре «Каша гречневая рассыпчатая». При приготовлении каши с яйцами в кашу за 5 мин до готовности добавляют мелкорубленые вареные яйца, растопленное сливочное масло и уваривают на водяной бане при температуре 100 °С 5–7 мин или в жарочном шкафу при температуре 140 °С 5 мин при закрытой крышке.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Зерна крупы набухшие, мягкие, частично деформированные, хорошо отделяются друг от друга. Рубленые яйца распределены равномерно.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 240

Наименование блюда: **Каша рисовая рассыпчатая**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа рисовая	357	357						
Вода	750	750						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	45	45						
ИТОГО:			24,7	0,2	40,7	3,5	248.7	1460

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,20	0,0	0,27	1,9	33	533	175	3,6

Выход: 1000

Технология приготовления: Рис перебирают, промывают, засыпают в кипящую подсоленную воду, всплывшие пустые зерна удаляют (ситечком) и варят до загустения помешивая. Когда каша сделается густой, перемешивание прекращают, закрывают крышкой и доводят до готовности на пару или на водяной бане (температура 100 °С) или в жарочном шкафу при температуре 140–160 °С в течение 1–1,5 часа. Затем вливают растопленное сливочное масло, взрыхляют поварской вилкой, уваривают еще 3–4 мин.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 241

Наименование блюда: **Каша пшенная рассыпчатая**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа пшенная	390	390						
Вода	690	690						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	50	50						
ИТОГО:			44,2	0,2	54,1	12,7	244,2	1640

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1,15	0,0	0,30	1,7	110	890	317	10,4

Выход: 1000

Технология приготовления: После переборки пшено промывают теплой водой (40–50 °С) несколько раз, а в последний раз - более горячей (60–70 °С). Промытое пшено засыпают в кипящую воду, бланшируют 1 мин, воду сливают и засыпают пшено в большое количество кипящей подсоленной воды (согласно расчета минус 15% от массы крупы) и варят, помешивая, при слабом кипении до загустения. Добавляют половину растопленного масла, перемешивают, закрывают крышкой и уваривают до готовности на водяной бане при температуре 100 °С или в жарочном шкафу при температуре 140 °С, затем взрыхляют, добавляют растопленное сливочное масло, проваривают еще 5 мин.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Каша выложена на тарелку горкой, сохраняет форму. Крупинки легко отделяются друг от друга, полностью проварены, но не деформированы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 242

Наименование блюда: **Каша перловая рассыпчатая**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа перловая	333	333						
Вода	800	800						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	50	50						
ИТОГО:			30,6	0,2	44,9	3,6	209,8	1395

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,28	0,0	0,29	4,2	130	1063	130	6,0

Выход: 1000

Технология приготовления: Подготовленную перловую крупу засыпают в кипящую воду, варят 30 мин, после чего воду сливают, добавляют кипящую воду по рецептуре и варят до загустения при слабом кипении. Добавляют половину растопленного масла, перемешивают, закрывают крышкой и уваривают до готовности на водяной бане при температуре 100 °С или в жарочном шкафу при температуре 140 °С, затем взрыхляют, добавляют растопленное сливочное масло, проваривают еще 5 мин.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Каша выложена на тарелку горкой, сохраняет форму. Крупинки легко отделяются друг от друга, полностью проварены, но не деформированы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 243

Наименование блюда: **Каша пшеничная рассыпчатая**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа пшеничная	400	400						
Вода	720	720						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	50	50						
ИТОГО:			43,3	0,2	46,4	5,1	256,8	1618

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,84	0,0	0,33	7,3	163	1062	235	17,9

Выход: 1000

Технология приготовления: Крупу перебирают, 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 растопленное сливочное масло, хорошо перемешивают и еще уваривают на водяной бане или в жарочном шкафу.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Каша выложена на тарелку горкой, сохраняет форму. Крупинки легко отделяются друг от друга, полностью проварены, но не деформированы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 244

Наименование блюда: **Каша ячневая рассыпчатая**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа ячневая	333	333						
Вода	800	800						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	50	50						
ИТОГО:			32,9	0,2	45,6	4,3	205,1	1362

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,63	0,0	0,29	5,5	267	1129	139	6,0

Выход: 1000

Технология приготовления: Крупу перебирают, 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 и вместе с растопленным горячим сливочным маслом, хорошо перемешивают и еще уваривают на водяной бане или в жарочном шкафу.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Каша выложена на тарелку горкой, сохраняет форму. Крупинки легко отделяются друг от друга, полностью проварены, но не деформированы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 245

Наименование блюда: **Каша ячневая рассыпчатая с луком**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа ячневая	250	250						
Вода	600	600						
Масса каши	-	750						
Масло растительное	50	50						
Лук репчатый	360	300						
Масса пассерованного лука	-	150						
Масло сливочное	100	100						
ИТОГО:			29,5	0,5	139,2	54,6	166,9	2038

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,57	15,0	0,59	27,3	299	1030	164	7,0

Выход: 1000

Технология приготовления: Крупу перебирают, 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.
Лук репчатый нарезают мелким кубиком, бланшируют, затем слегка пассеруют на растительном масле. За 5 мин до готовности кашу взрыхляют и вместе с растопленным горячим сливочным маслом вводят репчатый лук, хорошо перемешивают и еще уваривают на водяной бане или в жарочном шкафу.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Зерна крупы набухшие, мягкие, частично деформированные, хорошо отделяются друг от друга, лук распределен равномерно на всей поверхности каши.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 246

Наименование блюда: **Каша кукурузная рассыпчатая**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа кукурузная	333	333						
Вода	800	800						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	50	50						
ИТОГО:			27,3	0,2	45,2	3,9	222,6	1406

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,30	0,0	0,30	2,8	71	365	98	8,9

Выход: 1000

Технология приготовления: Крупу перебирают, 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 растопленное сливочное масло, хорошо перемешивают и еще уваривают на водяной бане или в жарочном шкафу.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Каша выложена на тарелку горкой, сохраняет форму. Крупинки легко отделяются друг от друга, полностью проварены, но не деформированы.

Каши вязкие

Вязкие каши готовят на воде, молоке и молоке с добавлением воды.

В готовой вязкой каше зерна крупы должны быть полностью набухшими и хорошо разваренными.

Вязкая каша представляет собой густую массу. При температуре 60–70 °С она держится на тарелке горкой, не расплываясь. Из 1 кг крупы получается от 4 до 5 кг готовой каши.

При варке необходимо учитывать, что различные виды круп неодинаково быстро набухают и развариваются. Например, рисовая, перловая, овсяная, пшеничная, кукурузная крупы и пшено в молоке с добавлением воды развариваются медленнее, чем в воде. Поэтому сначала эти крупы варят 20–30 мин в кипящей воде (пшено — не более 10 мин), после чего лишнюю воду сливают, добавляют горячее молоко и варят кашу до готовности.

Значительно лучше и быстрее развариваются хлопья овсяные «Геркулес», манная и дробленые крупы: овсяная, рисовая, ячневая и пшеничная.

Ячневую крупу или хлопья овсяные «Геркулес» засыпают в кипящее молоко с водой и варят до готовности.

Манная крупа в воде или молоке с водой при 90–95 °С почти полностью набухает и быстро разваривается. Поэтому ее следует всыпать в горячую жидкость при непрерывном помешивании и варить 20 мин.

Гречневую крупу засыпают в кипящую жидкость (молоко с водой или воду), добавляют соль, сахар и варят, периодически помешивая до тех пор, пока каша не загустеет. Посуду плотно закрывают крышкой и оставляют на плите с умеренным нагревом для упревания каши до готовности.

Молочные вязкие каши отпускают в горячем виде с растопленным маслом или посыпают сахаром. Масло сливочное можно положить кусочком.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 247

Наименование блюда: **Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" вязкая**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа "Геркулес"	220	220						
Молоко	550	550						
Вода	270	270						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	50	50						
ИТОГО:			42,8	16,0	70,6	13,6	157,6	1437

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,90	7,1	0,40	4,0	773	1208	355	8,5

Выход: 1000

Технология приготовления: Крупу «Геркулес» просеивают, перебирают и засыпают в подсоленную кипящую воду, варят при слабом кипении, помешивая периодически до тех пор, пока не загустеет, плотно закрывают крышкой и уваривают на пару или на водяной бане при температуре 100 °С или в жарочном шкафу при температуре 140 °С до готовности. Готовую кашу заправляют растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция густая. Зерна полностью набухшие и разваренные. Не допускается запах и вкус пригоревшей каши.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 248

Наименование блюда: **Каша гречневая вязкая**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа гречневая	250	250						
Молоко	500	500						
Вода	250	250						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	50	50						
ИТОГО:			45,8	15,3	64,4	8,2	163,0	1415

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,94	6,8	0,39	2,5	679	1186	561	17,2

Выход: 1000

Технология приготовления: В кипящую смесь воды и молока добавляют йодированную соль, всыпают крупу гречневую продел, варят до тех пор, пока каша не загустеет. Кашу доводят до готовности на водяной бане, плотно закрыв посуду крышкой. Перед отпуском добавляют растопленное сливочное масло.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция тягучая, однородная, крупа мягкая. Цвет белый с серо-кремовым оттенком. Не допускаются посторонние привкусы и запахи.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 249

Наименование блюда: **Каша пуховая гречневая на молоке с яйцами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч.жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа гречневая	250	250						
Яйца	1 ¼ шт.	50						
Молоко	500	500						
Масло сливочное	25	25						
Масса протертой каши	-	750						
Соус молочный сладкий	-	250						
Молоко	187,5	187,5						
Масло сливочное	10	10						
Мука пшеничная	10	10						
Вода	62,5	62,5						
Ванилин	0,025	0,025						
ИТОГО:			57,6	25,8	62,3	8,3	173	1483

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1,04	6,7	0,46	2,8	890	1438	586	18,5

Выход: 1000

Технология приготовления: Подготовленную гречневую крупу перемешивают с яйцами, высушивают на листе в жарочном шкафу при температуре 60–70 °С. В горячее молоко добавляют сливочное масло, йодированную соль, ванилин, всыпают подсушенную крупу, варят кашу. Готовую кашу протирают, затем проваривают снова 1–2 мин. При отпуске укладывают на тарелку и подливают соус молочный сладкий.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Каша уложена аккуратно горкой, соус подлит рядом. Цвет светло-коричневый, консистенция однородная, пышная. Вкус в меру соленый. Не допускается привкус подгоревшего молока и каши.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 250

Наименование блюда: **Каша манная вязкая**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа манная	222	222						
Молоко	550	550						
Вода	270	270						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	50	50						
ИТОГО:			38,7	16,0	59,1	2,2	177,7	1397

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,42	7,1	0,40	3,8	703	682	115	2,8

Выход: 1000

Технология приготовления: Манную крупу всыпают быстро тонкой струей в кипящую смесь воды, молока и йодированной соли при активном помешивании сверху вниз, и варят 20 мин при непрерывном помешивании.
При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Каша на тарелке держится горкой, однородная, зерна крупы полностью набухшие. Цвет белый. Не допускаются посторонние привкусы и запахи, в том числе и пригорелых молока и каши.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 251

Наименование блюда: **Каша манная вязкая с тыквой**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж.		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа манная	222	222						
Тыква	805	565						
Молоко	280	280						
Вода	140	140						
Сахар	20	20						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	50	50						
ИТОГО:			37,1	9,43	57,5	7,3	211,7	1513

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,59	28,1	0,35	6,1	523	582	157	4,9

Выход: 1000

Технология приготовления: Тыкву, очищенную от кожицы и семян, нарезают мелкими кубиками, припускают с небольшим количеством воды, затем, когда вода выкипит, добавляют горячее молоко и сливочное масло. В кипящую массу постепенно всыпают манную крупу, добавляют сахар и варят до готовности. Отпускают со сливочным маслом.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Каша на тарелке держится горкой, однородная, зерна крупы полностью набухшие. Цвет желтый. Не допускаются посторонние привкусы и запахи, в том числе и пригорелых молока и каши.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 252

Наименование блюда: **Каша перловая вязкая**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа перловая	222	222						
Молоко	550	550						
Вода	270	270						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	50	50						
ИТОГО:			36,5	16,0	59,4	2,4	170,0	1361

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,36	7,1	0,40	2,9	745	1209	164	4,6

Выход: 1000

Технология приготовления: Подготовленную перловую крупу засыпают в кипящую воду, варят 30 мин, после чего воду сливают, добавляют кипящую воду из расчета по рецептуре и варят до загустения 1 час при слабом кипении. Затем добавляют кипящее молоко, уваривают до загустения, после ставят на водяную баню и упаривают до готовности крупы. Общая продолжительность варки каши 2,0–2,5 часа.
При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Каша держится горкой на тарелке. Цвет сероватый. Зерна набухшие, мягкие. Консистенция вязкая однородная. Не допускаются посторонние привкусы и запахи.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 253

Наименование блюда: **Каша рисовая вязкая**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа рисовая	222	222						
Молоко	550	550						
Вода	270	270						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	50	50						
ИТОГО:			31,4	16,0	59,1	2,2	185,0	1397

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,30	7,1	0,40	1,4	655	847	186	2,8

Выход: 1000

Технология приготовления: Рис, перебранный и промытый, закладывают в кипящую воду, согласно рецептуре, и варят до загустения, влинают кипящее молоко, вводят йодированную соль, доводят до кипения и варят при слабом кипении до загустения. Кашу доводят до готовности, упаривая на водяной бане или в пароварочном шкафу при закрытой крышке.
При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Каша держится горкой на тарелке, однородная, крупа мягкая. Консистенция вязкая однородная. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 254

Наименование блюда: **Каша рисовая вязкая с морковью**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа рисовая	195	195						
Молоко	360	360						
Вода	360	360						
Сахар	25	25						
Морковь	190	150						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	50	50						
ИТОГО:			26,0	11,1	53,6	2,1	191,2	1351

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,29	12,2	0,36	1,9	490	701	203	3,5

Выход: 1000

Технология приготовления: Очищенную морковь нарезают мелкими кубиками 2×2 мм, припускают, добавив воды в количестве 1/4 объема моркови, до размягчения. Рис, перебранный и промытый, закладывают в кипящую воду, согласно рецептуре, и варят до загустения, затем добавляют припущенную морковь, вливают кипящее молоко, вводят йодированную соль, сахар доводят до кипения и варят при слабом кипении до загустения. Кашу доводят до готовности, упаривая на водяной бане или в пароварочном шкафу при закрытой крышке.
При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Каша держится горкой на тарелке, розового цвета, однородная, морковь может быть деформирована, крупа и морковь мягкие. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 255

Наименование блюда: **Каша ячневая вязкая**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж.		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа ячневая	222	222						
Молоко	550	550						
Вода	270	270						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	50	50						
ИТОГО:			32,0	13,3	57,0	2,5	178,8	1356

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,61	7,1	0,40	3,8	835	1253	186	4,6

Выход: 1000

Технология приготовления: Подготовленную ячневую крупу всыпают в кипящую воду, добавляют йодированную 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.
При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Цвет каши белый со слабым сероватым оттенком. Консистенция вязкая однородная, каша держится на тарелке горкой, зерна мягкие, без посторонних привкусов и запахов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 256

Наименование блюда: **Каша пшеничная вязкая**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа пшеничная	250	250						
Молоко	530	530						
Вода	270	270						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	50	50						
ИТОГО:			43,3	15,5	59,5	3,1	190,2	1469

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,71	6,9	0,42	1,2	718	1093	250	11,9

Выход: 1000

Технология приготовления: Крупу перебирают, промывают сначала теплой водой (40–50 °С), затем горячей водой (60–70 °С), пшено после промывания ошпаривают. При этом необходимо учитывать, что в крупе при промывании остается вода (20–30% от массы крупы). В кипящую воду с молоком, добавляют йодированную соль и доводят до кипения, затем всыпают подготовленную крупу и варят кашу до готовности при слабом кипении.
При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Зерна крупы хорошо набухшие, консистенция мягкая однородная. Цвет от кремового до желтоватого, запах соответствует виду крупы. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 257

Наименование блюда: **Каша пшеничная вязкая с тыквой**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа пшеничная	220	220						
Тыква	500	350						
Молоко	300	300						
Вода	200	200						
Сахар	15	15						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	25	25						
ИТОГО:			36,7	8,7	32,3	3,1	191,9	1205

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,70	15,2	0,23	5,4	534	943	221	11,7

Выход: 1000

Технология приготовления: Крупу перебирают, промывают сначала теплой водой (40–50 °С), затем горячей водой (60–70 °С), пшено после промывания ошпаривают. При этом необходимо учитывать, что в крупе при промывании остается вода (20–30% от массы крупы). Тыкву очищают от кожицы, удаляют семена, нарезают мелкими кубиками или тонкими ломтиками, кладут в кипящую воду с молоком, добавляют йодированную соль, сахар и доводят до кипения. Затем всыпают подготовленную крупу и варят кашу до готовности при слабом кипении.
При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Зерна крупы хорошо набухшие, консистенция мягкая однородная. Цвет от кремового до желтого, запах соответствует виду крупы и тыквы. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 258

Наименование блюда: **Каша пшенная вязкая**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа пшенная	250	250						
Молоко	520	520						
Вода	260	260						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	50	50						
ИТОГО:			43,6	15,2	64,3	8,2	185,6	1495

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,93	6,8	0,42	1,2	690	1049	277	7,3

Выход: 1000

Технология приготовления: Крупу перебирают, промывают сначала теплой водой (40–50 °С), затем горячей водой (60–70 °С), пшено после промывания ошпаривают. При этом необходимо учитывать, что в крупе при промывании остается вода (20–30% от массы крупы). В кипящую воду с молоком, добавляют йодированную соль и доводят до кипения, затем всыпают подготовленную крупу и варят кашу до готовности при слабом кипении.
При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Зерна крупы хорошо набухшие, консистенция мягкая однородная. Цвет от кремового до желтоватого, запах соответствует виду крупы. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 259

Наименование блюда: **Каша пшенная вязкая с тыквой**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа пшенная	215	215						
Тыква	500	350						
Молоко	335	335						
Вода	165	165						
Сахар	15	15						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	25	25						
ИТОГО:			38,0	9,7	37,6	7,4	186,6	1237

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,89	16,4	0,23	2,3	545	885	275	7,7

Выход: 1000

Технология приготовления: Крупу перебирают, промывают сначала теплой водой (40–50 °С), затем горячей водой (60–70 °С), пшено после промывания ошпаривают. При этом необходимо учитывать, что в крупе при промывании остается вода (20–30% от массы крупы). Тыкву очищают от кожицы, удаляют семена, нарезают мелкими кубиками или тонкими ломтиками, кладут в кипящую воду с молоком, добавляют йодированную соль, сахар и доводят до кипения. Затем всыпают подготовленную крупу и варят кашу до готовности при слабом кипении.
При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Зерна крупы хорошо набухшие, консистенция мягкая однородная. Цвет от кремового до желтого, запах соответствует виду крупы и тыквы. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

Каши жидкие

Жидкие каши готовят из всех видов круп, кроме гречневой, ячневой и саго, на молоке, на смеси молока и воды (60% молока и 40% воды) и на воде. Жидкими считаются каши, выход которых составляет 5–6,5 кг из 1 кг крупы. Готовят жидкие каши так же, как вязкие, но с большим количеством жидкости. Отпускают каши в горячем виде с растопленным маслом или с сахаром в количествах, указанных в рецептуре, а также с вареньем, джемом, повидлом, медом (25–30 г на порцию).

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 260

Наименование блюда: **Каша «Дружба»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа рисовая	75	75						
Крупа пшенная	55	55						
Молоко	510	510						
Вода	350	350						
Сахар	25	25						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	50	50						
ИТОГО:			26,3	14,9	58,3	2,6	125,3	1131

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,40	6,6	0,40	1,0	633	702	153	2,8

Выход: 1000

Технология приготовления: Крупу перебирают, промывают водой несколько раз, пшено ошпаривают. Крупы сначала варят отдельно, закладывая в кипящую воду. Пшено отваривают 15 минут, воду сливают. Рис отваривают до полуготовности. Крупу соединяют, заливают теплым молоком, добавляют сахар, йодированную соль, доводят до кипения, варят при слабом кипении до поглощения жидкости над поверхностью крупы, затем емкость ставят на водяную баню или в пароварочный шкаф и доводят до готовности. При потребности 40, 60, 90 кг каши ее лучше готовить в пищеварочном котле, который имеет такие же полезные объемы, при этом пригорание полностью исключается.
При подаче каша заправляется растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция растекающаяся, однородная, зерна полностью набухшие, мягкие. Не допускаются посторонние запахи привкусы, в том числе и пригорелой каши. Цвет белый с кремовым оттенком.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 261

Наименование блюда: **Каша боярская (пшенная с изюмом)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч.жив	Всего	в т.ч. раст		
Крупа пшенная	190	190						
Молоко	610	610						
Сахар	40	40						
Изюм	14	13,5						
Яйца	1 ¼ шт.	50						
Масло сливочное	135	135						
ИТОГО:			46,0	24,0	140,8	6,3	199,1	2248

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,81	7,8	1,06	2,3	830	1119	252	8,4

Выход: 1000

Технология приготовления: Пшенную крупу перебирают, многократно промывают в холодной, затем теплой воде, пока вода не будет прозрачной. Заливают кипящей водой на 1 мин, затем воду сливают, снова заливают кипящей водой, доводят до кипения, варят 2–5 мин, воду сливают. Кладут в сотейник, заливают горячим молоком, добавляют йодированную соль, сахар, перебранный, промытый, ошпаренный, обсушенный изюм, перемешивают и ставят в жарочный шкаф, закрыв крышкой. За 10–15 мин до готовности добавляют растопленное сливочное масло, взбитые яйца, перемешивают и снова ставят в жарочный шкаф.

При подаче кашу укладывают горкой.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Каша уложена горкой, изюм равномерно распределен, цвет желтый. Вкус в меру сладкий, без посторонних привкусов и запахов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 262

Наименование блюда: **Каша манная молочная жидкая**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа манная	154	154						
Молоко	530	530						
Вода	350	350						
Сахар	25	25						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	25	25						
ИТОГО:			31,0	15,3	37,3	1,5	154,3	1077

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,39	6,9	0,26	2,6	664	606	101	2,2

Выход: 1000

Технология приготовления: Молоко доводят до кипения, добавляют кипящую воду, йодированную 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 лучше вдвоем. Один работник всыпает крупу, другой - веселкой активно перемешивает жидкость с крупой.

При подаче кашу заправляют растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция жидкой каши однородная растекающаяся по тарелке. Зерна крупы полностью набухшие. Без посторонних привкусов и запахов. Не допускается пригорание каши. Цвет белый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 263

Наименование блюда: **Каша манная молочная жидкая с изюмом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа манная	135	135						
Молоко	530	530						
Вода	350	350						
Сахар	25	25						
Изюм	127,5	125						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	50	50						
ИТОГО:			32,1	15,5	58,3	2,0	221,0	1537

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,53	6,9	0,40	3,1	762	755	149	5,7

Выход: 1000

Технология приготовления: В горячую смесь воды и молока (90–95 °С) добавляют йодированную соль, сахар, перебранный, промытый несколько раз горячей водой изюм, доводят до кипения. Всыпают, в соответствии с рецептурой, манную крупу и варят при непрерывном помешивании до готовности (15–20 мин). При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция жидкой каши однородная растекающаяся по тарелке, изюм мягкий, равномерно распределен в каше. Зерна крупы полностью набухшие. Без посторонних привкусов и запахов, не допускается пригорание каши. Цвет белый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 264

Наименование блюда: **Каша молочная пшеничная жидкая**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа пшеничная	200	200						
Вода	340	340						
Молоко	500	500						
Сахар	25	25						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	25	25						
ИТОГО:			37,0	15,0	37,4	2,5	182,5	1215

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,72	6,7	0,29	4,0	681	1009	194	9,6

Выход: 1000

Технология приготовления: Крупу засыпают в кипящую воду и варят 20 -30 мин, после чего лишнюю воду сливают, добавляют кипящее молоко, йодированную соль, сахар и варят кашу до загустения, затем упаривают на водяной бане при закрытой крышке. При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом. Необходимость вливать кипящее молоко вызвана тем, что нельзя прерывать процесс варки, иначе время его значительно возрастет.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция текучая, однородная, зерен - мягкая. Цвет соответствует виду крупы. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 265

Наименование блюда: **Каша молочная кукурузная жидкая**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа кукурузная	200	200						
Вода	340	340						
Молоко	500	500						
Сахар	25	25						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	25	25						
ИТОГО:			31,0	14,5	37,3	2,4	185,0	1200

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,41	6,5	0,25	1,6	637	666	129	6,0

Выход: 1000

Технология приготовления: Крупу засыпают в кипящую воду и варят 20–30 мин, после чего лишнюю воду сливают, добавляют кипящее молоко, йодированную соль, сахар и варят кашу до загустения, затем упаривают на водяной бане при закрытой крышке. При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом. Необходимость вливать кипящее молоко вызвана тем, что нельзя прерывать процесс варки, иначе время его значительно возрастет.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция текучая, однородная, зерен - мягкая. Цвет соответствует виду крупы. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 266

Наименование блюда: **Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа «Геркулес»	154	154						
Вода	290	290						
Молоко	590	590						
Сахар	25	25						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	25	25						
ИТОГО:			35,8	17,1	47,0	9,6	144,0	1142

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,84	7,7	0,27	2,7	784	1030	278	6,2

Выход: 1000

Технология приготовления: В кипящую смесь молока и воды кладут сахар, йодированную соль, всыпают овсяные хлопья, при активном помешивании сверху вниз, и варят при непрерывном помешивании 20 минут.
При отпуске кашу заправляют растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Каша растекается на тарелке, цвет белый с сероватым оттенком, консистенция однородная, хлопья мягкие. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 267

Наименование блюда: **Каша пшенная молочная жидкая**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа пшенная	200	200						
Вода	280	280						
Молоко	560	560						
Сахар	25	25						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	25	25						
ИТОГО:			39,0	16,2	47,3	6,6	179,0	1418

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,95	7,3	0,28	0,8	723	965	215	6,0

Выход: 1000

Технология приготовления: Пшенную крупу перебирают, многократно промывают в холодной, затем теплой воде, пока вода не будет прозрачной. Заливают кипящей водой на 1 мин, затем воду сливают, снова заливают кипящей водой, доводят до кипения, варят 2–5 мин, воду сливают. Заливают кипящей водой по расчету рецептуры, уменьшив ее на 15%, варят до загустения. Добавляют кипящее молоко, йодированную соль, сахар, продолжают варить до загустения, затем упаривают на водяной бане при закрытой крышке. Процесс оупаривания и слива воды необходим для удаления прогоркло жира крупы, чтобы каша не имела горьковатого вкуса.
При подаче кашу заправляют растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция текучая, однородная, зерна упарены, мягкие. Цвет белый с кремовым оттенком. Не допускается горьковатый привкус и посторонние запахи.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 268

Наименование блюда: **Каша рисовая молочная жидкая**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа рисовая	154	154						
Вода	290	290						
Молоко	590	590						
Сахар	25	25						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	25	25						
ИТОГО:			27,7	17,1	43,1	1,5	162,0	1147

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,32	7,7	0,27	0,9	717	759	158	2,2

Выход: 1000

Технология приготовления: В кипящую воду кладут йодированную соль, сахар, всыпают перебранный и промытый рис и варят, слегка помешивая, около 20 минут при слабом кипении, до размягчения. Добавляют горячее молоко и продолжают варить кашу при слабом кипении до загустения, затем упаривают при закрытой крышке на водяной бане. Непосредственно перед отпуском заправляют растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция текучая, жидкая, однородная, крупа мягкая. Цвет белый. Не допускаются посторонние привкусы и запахи.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 269

Наименование блюда: **Каша «Янтарная» (из пшена с яблоками)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				У	Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж			
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа пшено	200	200						
Молоко	600	600						
Масса каши	-	780						
Для сиропа:								
Сахар-песок	24	24						
Вода	120	120						
Масса сиропа	-	120						
Яблоки свежие	176	100						
Масса яблок, припущенных с сиропом	-	220						
Масло сливочное	40	40						
Сметана	40	40						
Масса полуфабриката	-	1080						
ИТОГО:			41,7	18,4	63,2	7,1	194,0	1512

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,93	14,8	0,42	1,4	827	1031	262	8,9

Выход: 1000

Технология приготовления: Крупу пшено перебирают, промывают сначала теплой, затем горячей водой, дают стечь. Подготовленную крупу пшено заливают горячим молоком и варят. Яблоки свежие очищают от кожицы, удаляют семенные гнезда, нарезают кубиками, заливают сиропом (для приготовления сиропа сахар-песок растворяют в горячей воде, проваривают при слабом кипении в течение 10–12 мин, процеживают) и припускают. В кашу вязкую добавляют припущенные яблоки в сиропе, растопленное масло сливочное, сметану. Массу тщательно перемешивают, кладут в горшочек и доводят в течение 20–35 мин до готовности в жарочном шкафу.

Температура подачи: не ниже 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Зерна крупы хорошо набухшие, консистенция мягкая однородная. Цвет от кремового до желтого, запах соответствует виду крупы и яблокам. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

6.2. Изделия из каш
Пловы

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 270

Наименование блюда: **Плов бухарский**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				У	Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж			
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа рисовая	52	52						
Морковь	53	44						
Лук репчатый	27	23						
Масло растительное	19	19						
Изюм	20	19						
Зелень	6	4						
ИТОГО:			5,0	0,0	19,7	19,7	53,5	411

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	6,0	0,00	8,9	46	138	54	1,6

Выход: 200

Технология приготовления: Рис перебрать, вымыть, замочить на 1,5–2 часа в подсоленной воде комнатной температуры. Лук репчатый нарезать соломкой, ошпарить и слегка спассеровать с морковью на растительном масле, залить овощи горячей водой, равной по весу замоченному рису, довести до кипения, добавить рис, варить при слабом кипении до загустения. В конце варки ввести подготовленный изюм. Плов упаривают на водяной бане, на краю плиты при закрытой крышке или в пароварочном шкафу.

При отпуске плов взрыхляют, кладут горкой на тарелку, посыпают зеленью.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция рассыпчатая, овощи и изюм равномерно распределены. Крупа и овощи мягкие. Цвет белый со слабым оранжевым оттенком. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 271

Наименование блюда: **Плов вегетарианский с сухофруктами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				У	Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж			
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа рисовая	66	66						
Масса вареного риса	-	140						
Изюм	17	16						
Масса вареного изюма	-	26						
Курага	16,5	16						
Масса вареной кураги	-	28						
Сахар	6,5	6,5						
Масло сливочное	5	5						
ИТОГО:			5,6	0,0	4,9	0,8	71,8	354

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,7	0,03	0,4	40	145	55	1,6

Выход: 200

Технология приготовления: Рис отваривают в большом количестве подсоленной жидкости (1 : 6) до полуготовности и откидывают на дуршлаг. Изюм перебирают, промывают, обсушивают, отваривают 5 мин. Курагу перебирают, промывают, обсушивают, нарезают кубиком 0,5×0,5 см и припускают в воде. В отваренный рис добавляют сахар, изюм и курагу, масло, перемешивают и помещают в сотейник. Доводят до готовности на слабом огне, затем на водяной бане или в жарочном шкафу при температуре 160 °С. Готовый плов взрыхляют. Отпускают в тарелке, укладывая горкой. Лучше готовить рис способом припускания, воды при этом берут в 2,2 раза больше, чем риса.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Плов рассыпчатый, с равномерно распределенным рисом, курагой, изюмом. Цвет белый с кремовым оттенком. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 272

Наименование блюда: **Плов из риса с черносливом и изюмом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа рисовая	28	28						
Вода	62	62						
Соль	0,25	0,25						
Масса каши рассыпчатой	-	80						
Масло сливочное	4	4						
Сахар-песок	4	4						
Чернослив	5,6	6						
Изюм	4,4	6						
ИТОГО:			2,3	0,0	3,6	0,3	30,2	162

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	0,2	0,02	10,8	11	56	21	0,6

Выход: 100

Технология приготовления: Чернослив и изюм промывают, из чернослива вынимают косточки, сушеные фрукты распаривают в небольшом количестве воды. Чернослив после размачивания крупно нарезают. Крупу рисовую перебирают, промывают в теплой, затем горячей воде, после стекания воды рис засыпают в кипящую воду и варят до полуготовности, затем рис соединяют с черносливом и изюмом, добавляют сахар-песок, масло сливочное, соль, перемешивают, накрывают крышкой и ставят в духовой шкаф на противень с водой для упревания на один час.

Температура подачи: не ниже 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Плов рассыпчатый, с равномерно распределенным рисом, черносливом, изюмом. Цвет белый с кремовым оттенком. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 273

Наименование блюда: **Плов из риса с курагой**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа рисовая	28	28						
Вода	60	60						
Соль	0,25	0,25						
Масса каши рассыпчатой	-	78						
Масло сливочное	4	4						
Сахар-песок	4	4						
Курага	8	8						
Масса кураги размоченной	-	14,4						
ИТОГО:			2,2	0,0	3,6	0,3	28,0	166

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,01	0,3	0,02	0,2	8	51	18	0,5

Выход: 100

Технология приготовления: Курагу промывают и распаривают в небольшом количестве воды. Крупу рисовую перебирают, промывают в теплой, затем горячей воде, после стекания воды рис засыпают в кипящую воду и варят до полуготовности, затем рис соединяют с курагой, добавляют сахар-песок, масло сливочное, соль, перемешивают, накрывают крышкой и ставят в духовой шкаф на противень с водой для упревания на один час.

Температура подачи: не ниже 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Плов рассыпчатый, с равномерно распределенным рисом и курагой. Цвет белый с кремовым оттенком. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

Запеканки готовят из различных круп сладкими, с творогом, тыквой, плодами, изюмом, цукатами. Для запеканок варят вязкую или рассыпчатую кашу, в которую добавляют масло, яйца, сахар. В кашу для сладких запеканок кладут ванилин. Пудинги, как правило, готовят в формах. Отпускают запеканки и пудинги в горячем виде с маслом, сметаной, с молочным или сладким соусом. Запеканка из гречневой или пшеничной (полтавской) крупы с творогом называется крупеником.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 274

Наименование блюда: **Запеканка манная с изюмом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа манная	46	46						
Молоко	100	100						
Вода	68	68						
Сахар	8	8						
Изюм	10,2	10						
Яйца	1/6 шт.	7						
Масло растительное (для смазки противня)	4	4						
Сухари пшеничные	4	4						
Сметана	4	4						
Масса полуфабриката	-	224						
Масса готовой запеканки	-	200						
ИТОГО:			8,8	3,7	4,7	0,6	51,0	286

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,09	0,6	0,02	0,9	143	157	28	0,6

Выход: 200

Технология приготовления: Готовую вязкую кашу охлаждают до 60–70 °С, добавляют в нее сырые яйца, промытый изюм и перемешивают. Подготовленную массу выкладывают на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень слоем 2,5–3 см, поверхность смазывают смесью яйца со сметаной и запекают в жарочном шкафу при температуре 240–260 °С 15–20 мин до образования золотистой корочки.

Отпускают запеканку поливая растопленным сливочным маслом, сладкими соусами или молоком сгущенным.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Аккуратно нарезанные куски в виде ромба или квадрата, политы маслом, соусом или молоком сгущенным. Консистенция рыхлая, сочная, мягкая. Цвет корочки - румяно-золотистый, на разрезе, свойственный используемой крупе. Вкус умеренно сладкий; запах, свойственный используемой крупе.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 275

Наименование блюда: **Запеканка рисовая с изюмом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа рисовая	46	46						
Вода	168	168						
Сахар	8	8						
Изюм	10,2	10						
Яйца	1/6 шт.	7						
Масло растительное (для смазки противня)	4	4						
Сухари пшеничные	4	4						
Сметана	4	4						
Масса полуфабриката	-	224						
Масса готовой запеканки	-	200						
ИТОГО:			4,6	0,8	1,8	0,6	49,0	236

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	0,0	0,02	0,4	20	97	29	1,0

Выход: 200

Технология приготовления: Готовую вязкую кашу охлаждают до 60–70 °С, добавляют в нее сырые яйца, промытый изюм и перемешивают. Подготовленную массу выкладывают на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень слоем 2,5–3 см, поверхность смазывают смесью яйца со сметаной и запекают в жарочном шкафу при температуре 240–260 °С 15–20 мин до образования золотистой корочки.
Отпускают запеканку поливая растопленным сливочным маслом, сладкими соусами или молоком сгущенным.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Аккуратно нарезанные куски в виде ромба или квадрата. политы маслом, соусом или молоком сгущенным; консистенция рыхлая, сочная, мягкая. Цвет корочки - румяно-золотистый, на разрезе, свойственный используемой крупе. Вкус умеренно сладкий; запах, свойственный используемой крупе.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 276

Наименование блюда: **Запеканка манная**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа манная	46	46						
Вода	168	168						
Сахар	8	8						
Яйца	1/6 шт.	7						
Масло растительное (для смазки противня)	4	4						
Сухари пшеничные	4	4						
Сметана	4	4						
Масса полуфабриката	-	224						
Масса готовой запеканки	-	200						
ИТОГО:			5,9	0,8	1,8	0,5	41,0	209

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	0,0	0,02	0,8	17	55	11	0,7

Выход: 200

Технология приготовления: Готовую вязкую кашу охлаждают до 60–70 °С, добавляют в нее сырые яйца и перемешивают. Подготовленную массу выкладывают на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень слоем 2,5–3 см, поверхность смазывают смесью яйца со сметаной и запекают в жарочном шкафу при температуре 240–260 °С 15–20 мин до образования золотистой корочки.
Отпускают запеканку поливая растопленным сливочным маслом, сладкими соусами или молоком сгущенным.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Аккуратно нарезанные куски в виде ромба или квадрата, политы маслом, соусом или молоком сгущенным; консистенция рыхлая, сочная, мягкая. Цвет корочки - румяно-золотистый, на разрезе, свойственный используемой крупе. Вкус умеренно сладкий; запах, свойственный используемой крупе.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 277

Наименование блюда: **Запеканка пшенная**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа пшено	52	52						
Вода	168	168						
Сахар	8	8						
Яйца	1/6 шт.	7						
Масло растительное (для смазки противня)	4	4						
Сухари пшеничные	4	4						
Сметана	4	4						
Масса полуфабриката	-	224						
Масса готовой запеканки	-	200						
ИТОГО:			7,0	0,8	3,0	1,8	43,2	228

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,17	0,0	0,03	0,3	22	135	44	1,7

Выход: 200

Технология приготовления: Готовую вязкую кашу охлаждают до 60–70 °С, добавляют в нее сырые яйца и перемешивают. Подготовленную массу выкладывают на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень слоем 2,5–3 см, поверхность смазывают смесью яйца со сметаной и запекают в жарочном шкафу при температуре 240–260 °С 15–20 мин до образования золотистой корочки.
Отпускают запеканку поливая растопленным сливочным маслом, сладкими соусами или молоком сгущенным.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Аккуратно нарезанные куски в виде ромба или квадрата, политы маслом, соусом или молоком сгущенным; консистенция рыхлая, сочная, мягкая. Цвет корочки - румяно-золотистый, на разрезе, свойственный используемой крупе. Вкус умеренно сладкий; запах, свойственный используемой крупе.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 278

Наименование блюда: **Запеканка пшеничная**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа пшеничная	52	52						
Вода	168	168						
Сахар	8	8						
Яйца	1/6 шт.	7						
Масло растительное (для смазки противня)	4	4						
Сухари пшеничные	4	4						
Сметана	4	4						
Масса полуфабриката	-	224						
Масса готовой запеканки	-	200						
ИТОГО:			6,8	0,8	1,9	0,7	43,3	217

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,13	0,0	0,03	1,0	29	153	33	2,6

Выход: 200

Технология приготовления: Готовую вязкую кашу охлаждают до 60–70 °С, добавляют в нее сырые яйца и перемешивают. Подготовленную массу выкладывают на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень слоем 2,5–3 см, поверхность смазывают смесью яйца со сметаной и запекают в жарочном шкафу при температуре 240–260 °С 15–20 мин до образования золотистой корочки.
Отпускают запеканку поливая растопленным сливочным маслом, сладкими соусами или молоком сгущенным.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Аккуратно нарезанные куски в виде ромба или квадрата, политы маслом, соусом или молоком сгущенным; консистенция рыхлая, сочная, мягкая. Цвет корочки - румяно-золотистый, на разрезе, свойственный используемой крупе. Вкус умеренно сладкий; запах, свойственный используемой крупе.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 279

Наименование блюда: **Запеканка рисовая**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Крупа рисовая	48	48						
Вода	112	112						
Сахар	8	8						
Яйца	1/6 шт.	7						
Масло растительное (для смазки противня)	4	4						
Сухари пшеничные	4	4						
Сметана	4	4						
Масса полуфабриката	-	224						
Масса готовой запеканки	-	200						
ИТОГО:			4,5	0,8	1,8	0,5	44,1	217

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	0,0	0,02	0,3	12	87	26	0,8

Выход: 200

Технология приготовления: Крупу перебирают, промывают сначала теплой водой (40–50 °С). Затем горячей водой (60–70 °С), рис после промывания ошпаривают. Затем всыпают подготовленную крупу и варят кашу до готовности при слабом кипении. Готовую вязкую кашу охлаждают до 60–70° С, кладут в нее яйца, взбитые с сахаром, и перемешивают. Подготовленную массу выкладывают на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень слоем 2,5–3 см, поверхность смазывают смесью яйца со сметаной и запекают в жарочном шкафу при температуре 240–260 °С 15–20 мин до образования золотистой корочки.
Отпускают запеканку поливая растопленным сливочным маслом, сладкими соусами или молоком сгущенным.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Аккуратно нарезанные куски в виде ромба или квадрата, политы маслом, соусом или молоком сгущенным. Консистенция рыхлая, сочная, мягкая. Цвет корочки - румяно-золотистый, на разрезе - желтый. Вкус умеренно сладкий. Запах, свойственный используемой крупе.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 280

Наименование блюда: **Запеканка манная со свежими плодами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа манная	40	40						
Молоко	80	80						
Вода на кашу манную	68	68						
Сахар	8	8						
Сухари пшеничные	3,2	3,2						
Масло сливочное	4	4						
Яблоки свежие	46	32						
или груши свежие	44	35						
или абрикосы свежие	38	32						
или сливы свежие	35	32						
Сметана	2,4	2,4						
Яйца	1/6 шт.	6,5						
Масса полуфабриката	-	224						
Масса готовой запеканки	-	200						
ИТОГО:			7,7	3,2	7,2	0,6	44,0	272

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	2,1	0,06	0,8	115	126	23	1,5

Выход: 200

Технология приготовления: Варят вязкую манную кашу, охлаждают до 55–60 °С, добавляют яйца, сахар. Противень смазывают маслом и посыпают сухарями. Половину каши укладывают ровным слоем в 1,5 см, на нее кладут нарезанные мелким кубиком 1×1 см очищенные яблоки и груши без кожицы и семенных гнезд, сливы и абрикосы – без косточек. Сверху раскладывают второй слой каши в 1,5 см, поверхность смазывают смесью сырых яиц со сметаной и запекают в жарочном шкафу при температуре 240–260 °С 15–20 мин до образования золотистой корочки.
Отпускают запеканку, поливая сладким соусом или растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид - порции аккуратно нарезаны, соус частично заливает запеканку, слои на разрезе ровные, цвет белый или желтый, цвет корочки - золотистый. Консистенция вязкой каши. Аромат каши и входящих в рецептуру фруктов. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 281

Наименование блюда: **Запеканка рисовая со свежими плодами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Крупа рисовая	40	40						
Молоко	80	80						
Вода на кашу рисовую	68	68						
Сахар	8	8						
Сухари пшеничные	3,2	3,2						
Масло сливочное	4	4						
Яблоки свежие	46	32						
или груши свежие	44	35						
или абрикосы свежие	38	32						
или сливы свежие	35	32						
Сметана	2,4	2,4						
Яйца	1/6 шт.	6,5						
Масса полуфабриката	-	224						
Масса готовой запеканки	-	200						
ИТОГО			6,4	3,2	6,1	0,6	44,7	259

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	2,1	0,06	0,4	111	151	36	1,5

Выход: 200

Технология приготовления: Варят вязкую рисовую кашу, охлаждают до 55–60 °С, добавляют яйца, сахар. Противень смазывают маслом и посыпают сухарями. Половину каши укладывают ровным слоем в 1,5 см, на нее кладут нарезанные мелким кубиком 1×1см очищенные яблоки и груши без кожицы и семенных гнезд, сливы и абрикосы - без косточек. Сверху раскладывают второй слой каши в 1,5 см, поверхность смазывают смесью сырых яиц со сметаной и запекают в жарочном шкафу при температуре 240–260 °С 15–20 мин до образования золотистой корочки.
Отпускают запеканку, поливая сладким соусом или растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид - порции аккуратно нарезаны, соус частично заливает запеканку, слои на разрезе ровные, цвет белый или желтый, цвет корочки - золотистый. Консистенция вязкой каши. Аромат каши и входящих в рецептуру фруктов. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 282

Наименование блюда: **Запеканка пшенная со свежими плодами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа пшено	45	45						
Молоко	80	80						
Вода на кашу пшенную	68	68						
Сахар	8	8						
Сухари пшеничные	3,2	3,2						
Масло сливочное	4	4						
Яблоки свежие	46	32						
или груши свежие	44	35						
или абрикосы свежие	38	32						
или сливы свежие	35	32						
Сметана	2,4	24						
Яйца	1/6 шт.	6,5						
Масса полуфабриката	-	224						
Масса готовой запеканки	-	200						
ИТОГО			8,7	2,7	8,3	1,6	45,0	289

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,18	2,1	0,06	0,3	118	192	52	2,2

Выход: 200

Технология приготовления: Варят вязкую пшенную кашу, охлаждают до 55–60 °С, добавляют яйца, сахар. Противень смазывают маслом и посыпают сухарями. Половину каши укладывают ровным слоем в 1,5 см, на нее кладут нарезанные мелким кубиком 1×1см очищенные яблоки и груши без кожицы и семенных гнезд, сливы и абрикосы - без косточек.Сверху раскладывают второй слой каши в 1,5 см, поверхность смазывают смесью сырых яиц со сметаной и запекают в жарочном шкафу при температуре 240–260 °С 15–20 мин до образования золотистой корочки.
Отпускают запеканку, поливая сладким соусом или растопленным сливочным маслом.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид - порции аккуратно нарезаны, соус частично заливает запеканку, слои на разрезе ровные, цвет белый или желтый, цвет корочки - золотистый. Консистенция вязкой каши. Аромат каши и входящих в рецептуру фруктов. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 283

Наименование блюда: **Пудинг рисовый**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа рисовая	50	50						
Молоко	50	50						
Вода	172	172						
Яйца	1/2 шт.	20						
Сахар	16	16						
Масло сливочное	4	4						
Масло растительное (для смазки противня)	4	4						
Сухари пшеничные	4	4						
Сметана	4	4						
Масса полуфабриката	-	240						
Масса готовой запеканки	-	200						
ИТОГО:			7,8	4,0	8,1	0,5	55,6	327

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,3	0,09	0,4	78	160	35	1,2

Выход: 200

Технология приготовления: Готовую вязкую кашу охлаждают до 60–70 °С, добавляют в нее растертые с сахаром желтки, масло сливочное и перемешивают. Подготовленную массу выкладывают на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень слоем 3–4 см, поверхность смазывают смесью яйца со сметаной и запекают в жарочном шкафу при температуре 240–260 °С 15–20 мин до образования золотистой корочки.
Отпускают как запеканку, поливая растопленным сливочным маслом, сладкими соусами или молоком сгущенным.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Аккуратно нарезанные куски в виде ромба или квадрата, политы маслом, или соусом, или молоком сгущенным, или вареньем. Консистенция рыхлая, сочная, мягкая. Цвет корочки - румяно-золотистый, на разрезе – белый или кремовый. Вкус умеренно сладкий; запах, свойственный используемой крупе.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 284

Наименование блюда: **Пудинг манный**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа манная	50	50						
Молоко	50	50						
Вода	172	172						
Яйца	1/2 шт.	20						
Сахар	16	16						
Масло сливочное	4	4						
Масло растительное (для смазки противня)	4	4						
Сухари пшеничные	4	4						
Сметана	4	4						
Масса полуфабриката	-	240						
Масса готовой запеканки	-	200						
ИТОГО:			9,2	4,0	8,1	0,5	54,2	326

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	0,3	0,09	1,0	84	129	20	1,2

Выход: 200

Технология приготовления: Готовую вязкую кашу охлаждают до 60–70 °С, добавляют в нее растертые с сахаром желтки, масло сливочное и перемешивают. Подготовленную массу выкладывают на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень слоем 3–4 см, поверхность смазывают смесью яйца со сметаной и запекают в жарочном шкафу при температуре 240–260 °С 15–20 мин до образования золотистой корочки.
Отпускают как запеканку, поливая растопленным сливочным маслом, сладкими соусами или молоком сгущенным.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Аккуратно нарезанные куски в виде ромба или квадрата, политы маслом, или соусом, или молоком сгущенным, или вареньем. Консистенция рыхлая, сочная, мягкая. Цвет корочки - румяно-золотистый, на разрезе – белый или кремовый. Вкус умеренно сладкий; запах, свойственный используемой крупе.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 285

Наименование блюда: **Пудинг пшенный**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Крупа пшено	58	58						
Молоко	50	50						
Вода	166	166						
Яйца	1/2 шт.	20						
Сахар	16	16						
Масло сливочное	4	4						
Масло растительное (для смазки противня)	4	4						
Сухари пшеничные	4	4						
Сметана	4	4						
Масса полуфабриката	-	240						
Масса готовой запеканки	-	200						
ИТОГО:			10,5	4,0	9,5	2,0	54,5	345

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,21	0,3	0,09	0,4	91	219	57	2,2

Выход: 200

Технология приготовления: Готовую вязкую кашу охлаждают до 60–70 °С, добавляют в нее растертые с сахаром желтки, масло сливочное и перемешивают. Подготовленную массу выкладывают на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень слоем 3–4 см, поверхность смазывают смесью яйца со сметаной и запекают в жарочном шкафу при температуре 240–260 °С 15–20 мин до образования золотистой корочки.
Отпускают как запеканку, поливая растопленным сливочным маслом, сладкими соусами или молоком сгущенным.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Аккуратно нарезанные куски в виде ромба или квадрата, политы маслом, или соусом, или молоком сгущенным, или вареньем. Консистенция рыхлая, сочная, мягкая. Цвет корочки - румяно-золотистый, на разрезе – белый или кремовый. Вкус умеренно сладкий; запах, свойственный используемой крупе.

Котлеты и биточки

Котлеты и биточки готовят из пшена, рисовой, манной, пшеничной и других круп. Для этого варят густую вязкую кашу на смеси воды с молоком или на воде.

Для биточков и котлет, отпускаемых со сладким соусом, в большинстве случаев кашу варят с сахаром; для ароматизации в готовую кашу можно добавить ванилин (из расчета 0,01 г на порцию готовых биточков).

Отпускают котлеты и биточки преимущественно в горячем виде со сладким, молочным соусом. Со сметаной, вареньем, джемом и повидлом эти изделия могут быть поданы в горячем и холодном виде.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 286

Наименование блюда: **Биточки или котлеты пшенные**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа пшенная	62	62						
Молоко	50	50						
Вода	125	125						
Сахар	8	8						
Яйца	1/5 шт.	8						
Сухари пшеничные	8	8						
Масса полуфабриката	-	227						
Масло сливочное	8	8						
Масса готовых изделий	-	200						
ИТОГО:			10,0	2,4	9,8	1,9	51,8	345

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,20	0,5	0,09	0,5	84	212	63	2,2

Выход: 200

Технология приготовления: Из смеси воды и молока варят густую вязкую кашу с выходом из 1 кг крупы 3,5 кг каши, охлаждают до 60–70 °С, добавляют сырые яйца и перемешивают. Подготовленную массу порционируют, придают изделиям круглую (биточки) или овальную форму с одним заостренным концом (котлеты), по 2 шт. на порцию, панируют в сухарях. Жарят основным способом до легкого золотистого цвета, доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 180 °С в течение 5 мин.
При подаче поливают соусом абрикосовым, клюквенным или растопленным маслом.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид - корочка нежная, золотистого цвета, политы маслом. Соусом поливают биточки, к котлетам соус подливают сбоку. Вкус и запах слегка сладкий, с ароматом, свойственным виду крупы, без привкуса подгорелой каши. На разрезе цвет желтый, консистенция рыхлая, однородная.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 287

Наименование блюда: **Биточки или котлеты пшеничные**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа пшеничная	62	62						
Молоко	50	50						
Вода	125	125						
Сахар	8	8						
Яйца	1/5 шт.	8						
Сухари пшеничные	8	8						
Масса полуфабриката	-	227						
Масло сливочное	8	8						
Масса готовых изделий	-	200						
ИТОГО:			9,4	2,3	8,7	0,8	48,8	320

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,16	0,5	0,09	1,3	92	233	48	3,3

Выход: 200

Технология приготовления: Из смеси воды и молока варят густую вязкую кашу с выходом из 1 кг крупы 3,5 кг каши, охлаждают до 60–70 °С, добавляют сырые яйца и перемешивают. Подготовленную массу порционируют, придают изделиям круглую (биточки) или овальную форму с одним заостренным концом (котлеты), по 2 шт. на порцию, панируют в сухарях. Жарят основным способом до легкого золотистого цвета, доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 180 °С в течение 5 мин.
При подаче поливают соусом абрикосовым, клюквенным или растопленным маслом.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид - корочка нежная, золотистого цвета, политы маслом. Соусом поливают биточки, к котлетам соус подливают сбоку. Вкус и запах слегка сладкий, с ароматом, свойственным виду крупы, без привкуса подгорелой каши. На разрезе цвет желтый, консистенция рыхлая, однородная.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 288

Наименование блюда: **Биточки или котлеты перловые**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа перловая	62	62						
Молоко	50	50						
Вода	125	125						
Сахар	8	8						
Яйца	1/5 шт.	8						
Сухари пшеничные	8	8						
Масса полуфабриката	-	227						
Масло сливочное	8	8						
Масса готовых изделий	-	200						
ИТОГО:			8,3	2,3	8,6	0,7	48,2	303

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	0,5	0,08	1,0	91	267	36	1,6

Выход: 200

Технология приготовления: Из смеси воды и молока варят густую вязкую кашу с выходом из 1 кг крупы 3,5 кг каши, охлаждают до 60–70 °С, добавляют сырые яйца и перемешивают. Подготовленную массу порционируют, придают изделиям круглую (биточки) или овальную форму с одним заостренным концом (котлеты), по 2 шт. на порцию, панируют в сухарях. Жарят основным способом до легкого золотистого цвета, доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 180 °С в течение 5 мин.
При подаче поливают соусом абрикосовым, клюквенным или растопленным маслом.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид - корочка нежная, золотистого цвета, политы маслом. Соусом поливают биточки, к котлетам соус подливают сбоку. Вкус и запах слегка сладкий, с ароматом, свойственным виду крупы, без привкуса подгорелой каши. На разрезе цвет желтый, консистенция рыхлая, однородная.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 289

Наименование блюда: **Биточки или котлеты рисовые**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа рисовая	53	53						
Молоко	50	50						
Вода	100	100						
Сахар	8	8						
Яйца	1/5 шт.	8						
Сухари пшеничные	8	8						
Масса полуфабриката	-	222						
Масло сливочное	8	8						
Масса готовых изделий	-	200						
ИТОГО:			6,5	2,3	8,4	0,6	46,3	295

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,5	0,08	0,5	72	148	38	1,1

Выход: 200

Технология приготовления: Из смеси воды и молока варят густую вязкую кашу с выходом из 1 кг крупы 3,5 кг каши, охлаждают до 60–70 °С, добавляют сырые яйца и перемешивают. Подготовленную массу порционируют, придают изделиям круглую (биточки) или овальную форму с одним заостренным концом (котлеты), по 2 шт. на порцию, панируют в сухарях. Жарят основным способом до легкого золотистого цвета, доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 180 °С в течение 5 мин.
При подаче поливают соусом абрикосовым, клюквенным или растопленным маслом.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид - корочка нежная, золотистого цвета, политы маслом. Соусом поливают биточки, к котлетам соус подливают сбоку. Вкус и запах слегка сладкий, с ароматом, свойственным виду крупы, без привкуса подгорелой каши. На разрезе цвет желтый, консистенция рыхлая, однородная.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 290

Наименование блюда: **Биточки или котлеты манные**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа манная	53	53						
Молоко	50	50						
Вода	100	100						
Сахар	8	8						
Яйца	1/5 шт.	8						
Сухари пшеничные	8	8						
Масса полуфабриката	-	222						
Масло сливочное	8	8						
Масса готовых изделий	-	200						
ИТОГО:			8,1	2,2	8,4	0,7	44,8	287

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	0,5	0,08	1,1	78	115	21	1,1

Выход: 200

Технология приготовления: Из смеси воды и молока варят густую вязкую кашу с выходом из 1 кг крупы 3,5 кг каши, охлаждают до 60–70 °С, добавляют сырые яйца и перемешивают. Подготовленную массу порционируют, придают изделиям круглую (биточки) или овальную форму с одним заостренным концом (котлеты), по 2 шт. на порцию, панируют в сухарях. Жарят основным способом до легкого золотистого цвета, доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 180 °С в течение 5 мин.
При подаче поливают соусом абрикосовым, клюквенным или растопленным маслом.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид - корочка нежная, золотистого цвета, политы маслом. Соусом поливают биточки, к котлетам соус подливают сбоку. Вкус и запах слегка сладкий, с ароматом, свойственным виду крупы, без привкуса подгорелой каши. На разрезе цвет желтый, консистенция рыхлая, однородная.

7. Блюда из макаронных изделий

Макаронные изделия (макароны, лапшу, вермишель и др.) варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 50 г соли). Макароны варят 20–30 мин, лапшу — 20–25 мин, вермишель — 10–12 мин. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывая воду, в результате чего масса их увеличивается примерно в 3 раза, в зависимости от сорта.

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

Для приготовления запеченных блюд макаронные изделия варят, не откидывая, в небольшом количестве воды (на 1 кг макаронных изделий 2,2–3,0 л воды, 30 г соли).

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 291

Наименование блюда: **Макаронные изделия отварные**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Макаронные изделия	340	340						
Масса отварных макаронных изделий	-	960						
Масло сливочное	45	45						
ИТОГО:			37,7	0,0	4,5	4,5	193,6	966

Витамины, мг				Минер. в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,38	0,1	0,00	5,3	38	238	54	5,2

Выход: 1000

Технология приготовления: Длинные макароны разламывают на мелкие части. Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 50 г йодированной соли). Варят макароны 20–30 минут, лапшу – 20–25 минут, вермишель – 10–12 минут. Проверяют на готовность — на разрезе не должно быть прослойки непроваренной муки. Готовые макаронные изделия откидывают, дают стечь отвару, выкладывают на противень слоем 3–4 см, заправляют растопленным сливочным маслом и прогревают в жарочном шкафу при температуре 140–160 °С 5 мин.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Макаронные изделия должны сохранить форму, увеличение в объеме в 3 раза, должны хорошо отделяться друг от друга. Не допускается переваривание макаронных изделий, недоваривание и посторонние запахи.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 292

Наименование блюда: **Макаронник (макаронная запеканка)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Макаронные изделия	60	60						
Вода	120	120						
Молоко	80	80						
Сахар	8	8						
Яйца	2/5 шт.	16						
Сухари пшеничные	4	4						
Масло сливочное	4	4						
Масса полуфабриката	-	240						
Масса готового лапшевника	-	200						
ИТОГО:			10,9	4,2	7,7	0,8	52,8	324

Витамины, мг				Минер. в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,12	1,0	0,05	1,1	116	156	24	1,6

Выход: 200

Технология приготовления: Макароны варят в смеси молока с водой, не откидывая, охлаждают до 60 °С, добавляют сырые яйца с сахаром и йодированной солью, перемешивают. Выкладывают массу слоем в 3–4 см на противень, смазанный маслом, посыпанный сухарями, смазывают поверхность яйцом, сбрызгивают маслом и запекают при температуре 220 °С 15–20 мин. Готовый макаронник охлаждают до 80 °С, разрезают на порции. При подаче поливают горячим молочным сладким, фруктовым соусом или растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Корочка не грубая, золотистая. Цвет макаронных изделий белый, макароны мягкие.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 293

Наименование блюда: **Макаронник с мясом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина (котлетное мясо)	129	95						
Масло растительное	4	4						
Масса готового мяса	-	60						
Макароны	35	100,1						
Лук репчатый	12	10						
Масло растительное	2	2						
Масса пассерованного лука	-	5						
Яйца	1/8 шт.	5						
Масло сливочное	2	2						
Сухари	3	3						
Масса полуфабриката	-	164						
Масса запеченного блюда	-	140						
ИТОГО:			21,8	17,4	24,4	7,3	21,6	393

Витамины, мг				Минер. в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,09	0,6	0,02	3,7	16	197	27	2,8

Выход: 140

Технология приготовления: Макароны варят в подсоленной воде, охлаждают до 75 °С. Мясо припускают. Готовое мясо пропускают через мясорубку, добавляют пассерованный репчатый лук. Подготовленные макароны делят на две равные части. Одну часть кладут на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень ровным слоем 1,5 см, сверху кладут фарш слоем не более 1 см, а на него оставшуюся часть отварных макарон слоем не более 1,5 см. После разравнивания изделие посыпают сухарями и запекают в жарочном шкафу при температуре 250 °С в течение 35–40 мин.

При отпуске макаронник нарезают по одному куску на порцию, поливают растопленным сливочным маслом или соусом сметанным (30 г на порцию).

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Макаронник аккуратно нарезан в виде ромба или квадрата, полит маслом. Консистенция мягкая, сочная, рыхлая. Цвет корочки - румяно-золотистый, на разрезе - от светло-коричневого до коричневого. Вкус, свойственный запеченным макаронам, фарша - мясу, умеренно соленый. Запах запеченных макарон, мяса.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 294

Наименование блюда: **Макароны отварные с овощами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Макаронные изделия	49	49						
Масса отварных макарон	-	140						
Морковь	35	28						
Масло сливочное	12	12						
Томат-пюре	12	12						
Горошек зеленый консерв.	15,8	11						
Зелень свежая (укроп)	1,5	1						
Масса готовых овощей	-	60						
ИТОГО:			4,0	0,1	10,4	0,7	30,7	232

Витамины, мг				Минер. в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	2,3	0,08	1,1	14	60	26	1,2

Выход: 200

Технология приготовления: Морковь нарезают соломкой и пассеруют с добавлением овощного отвара и сливочного масла, затем добавляют томат-пюре и продолжают пассеровать 5–7 минут. Консервированный зеленый горошек доводят до кипения в собственном отваре и откидывают. Макароны отваривают в большом количестве воды (1:6), откидывают, добавляют к ним зеленый горошек, подготовленную морковь с томатным пюре, перемешивают и прогревают в жарочном шкафу при температуре 160 °С 5–7 минут до температуры 90 °С.
При отпуске макароны посыпают зеленью.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Макаронные изделия легко отделяются друг от друга, сохранили свою форму. Цвет кремовый, вкус отварных макарон, овощей, пассерованного томата, без запаха затхлости.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 295

Наименование блюда: **Макаронные изделия отварные с сыром**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Масса отварных макарон	-	175						
Масло сливочное	5	5						
Сыр	22	20						
ИТОГО:			12,1	5,3	10,1	0,6	34,0	275

Витамины, мг				Минер. в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	0,1	0,07	1,0	207	168	20	1,1

Выход: 200

Технология приготовления: Макароны отваривают, заправляют прокипяченным сливочным маслом, посыпают тертым сыром непосредственно перед подачей.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Макароны уложены горкой, сохраняют форму, легко отделяются друг от друга, посыпаны тертым сыром. Консистенция мягкая, упругая, в меру плотная. Цвет белый с кремовым оттенком. Вкус, свойственный отварным макаронам, солоноватый от сыра. Запах отварных макарон с ароматом сыра.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 296

Наименование блюда: **Макаронные изделия, запеченные с сыром**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Масса отварных макарон	-	216						
Сыр	6,6	6						
Масло сливочное	3	3						
Масса полуфабриката	-	222						
Масса запеченных макарон	-	200						
Масло сливочное	5	5						
ИТОГО:			9,2	1,5	7,2	0,9	39,0	258

Витамины, мг				Минер. в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	0,03	0,04	1,2	65	86	14	1,1

Выход: 205

Технология приготовления: Отварные макароны заправляют маслом, перемешивают. Массу выкладывают на смазанный маслом противень. Сверху посыпают тертым сыром и запекают до образования на поверхности макарон поджаристой корочки. При подаче нарезают на порции.
При отпуске поливают прокипяченным сливочным маслом.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Аккуратно нарезанные куски в виде ромбов или квадратов, политы сливочным маслом. Консистенция рыхлая, сочная. Цвет корочки — румяно-золотистый, на разрезе — белый с кремовым оттенком. Вкус, свойственный запеченным макаронам, солоноватый от сыра. Запах запеченных макарон с ароматом сыра.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 297

Наименование блюда: **Макароны, запеченные с яйцом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Масса отварных макарон	-	162						
Масло сливочное	3	3						
Яйца	3/5 шт.	24						
Молоко	33	33						
Масло растительное (для смазки противня)	3	3						
Масса полуфабриката	-	222						
Масса запеченных макарон	-	200						
Масло сливочное	5	5						
ИТОГО:			9,1	3,4	11,9	0,6	30,2	264

Витамины, мг				Минер. в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,0	0,12	2,4	39	78	13	1,4

Выход: 205

Технология приготовления: Обработанные яйца смешивают с холодным молоком, солят и перемешивают. Смесь соединяют с отварными, заправленными маслом макаронными изделиями, перемешивают, выкладывают на смазанный маслом противень и запекают до образования на поверхности макарон поджаристой корочки. При подаче нарезают на порции.
При отпуске поливают прокипяченным сливочным маслом.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Аккуратно нарезанные куски в виде ромбов или квадратов, политы сливочным маслом. Консистенция рыхлая, сочная, мягкая. Цвет корочки — румяно-золотистый, на разрезе — от светло-кремового до кремового. Вкус умеренно солесный, свойственный макаронам и яйцам. Запах запеченных макаронных изделий и яиц.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 298

Наименование блюда: **Запеканка из макарон с яблоками**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Масса отварных макарон	-	126						
Яблоки	151	106						
Сахар	8	8						
Масло сливочное	3	3						
Масса полуфабриката	-	240						
Масса готовой запеканки	-	200						
Масло сливочное	5	5						
ИТОГО:			5,0	0,1	7,4	0,9	39,8	246

Витамины, мг				Минер. в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	3,2	0,05	0,9	22	41	16	2,9

Выход: 205

Технология приготовления: Макароны отваривают в слегка подсоленной воде, откидывают на дуршлаг. Яблоки запекают в духовке, приготавливают из них пюре, добавляют сахар, перемешивают. Противень смазывают сливочным маслом и укладывают слоями макароны и яблочное пюре. Сверху сбрызгивают маслом и запекают в духовке 20 минут. Вместо пюре можно использовать сырые, мелко нарезанные, без семенного гнезда яблоки. При отпуске запеканку поливают прокипяченным сливочным маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Аккуратно нарезанные куски в виде ромбов или квадратов. Консистенция рыхлая, сочная, мягкая. Цвет корочки - румяно-золотистый, на разрезе – от светло-кремового до кремового. Вкус, свойственный макаронам и яблокам, умеренно соленый. Запах запеченных макаронных изделий и яблок.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 299

Наименование блюда: **Запеканка из макарон с творогом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Масса отварных макарон	-	116						
Молоко	53	53						
Яйца	1/5 шт.	8						
Творог	40,4	40						
Сахар	8	8						
Масло растительное (для смазки противня)	3	3						
Сухари	4	4						
Масса полуфабриката	-	229						
Масса готовой запеканки	-	200						
Масло сливочное	5	5						
ИТОГО:			13,5	9,0	12,1	0,5	34,4	301

Витамины, мг				Минер. в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,11	0,3	0,07	2,2	136	179	25	1,1

Выход: 205

Технология приготовления: Макароны отваривают в большом количестве воды, откидывают на дуршлаг. Протертый творог смешивают с сырыми яйцами, солью, сахаром, молоком. Массу перемешивают, выкладывают на противень, смазанный маслом и посыпанный сухарями. Поверхность изделия выравнивают и запекают. Готовую запеканку нарезают на порции. При отпуске поливают прокипяченным сливочным маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Аккуратно нарезанные куски в виде ромбов или квадратов. Консистенция рыхлая, сочная, мягкая. Цвет корочки – румяно-золотистый, на разрезе – от светло-кремового до кремового. Вкус, свойственный макаронам и творогу, умеренно соленый. Запах запеченных макаронных изделий и творога.

8. Блюда из яиц

Для приготовления блюд из яиц используют свежие куриные яйца (диетические и столовые) по ГОСТ Р 52121–2003 «Яйца куриные пищевые. Технические условия». Использование утиных, гусиных яиц в соответствии с СанПиН 2.3.6.1079–01 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям общественного питания, изготовлению и оборотоспособности в них пищевых продуктов и продовольственного сырья» (п. 7.8) запрещается.

Масса и качество куриных яиц должны отвечать требованиям действующей технической документации.

Перед употреблением яйца обрабатывают в соответствии с СанПиН 2.3.6.1079–01 (п.8.19) в следующей последовательности: теплым 1–2%-ным раствором кальцинированной соды, 0,5%-ным раствором хлорамина, после чего ополаскивают холодной водой. После промывки яйца выкладывают на лотки или в другую чистую посуду.

Рецептуры сборника составлены из расчета использования куриных яиц средней массой 46 г с отходом на скорлупу, стек и потери 12,5 %, т. е. масса нетто 40 г при соотношении белка и желтка 61% и 39% соответственно.

При использовании яиц массой больше или меньше указанной необходимо произвести перерасчет по таблице 4. Так, например, выход готового омлета при использовании яиц массой брутто более или менее 46 г пересчитывается по формуле:

$$Масса\ нетто\ яиц = Масса\ яиц\ брутто \times К;$$

$$Масса\ готового\ блюда = \frac{(масса\ нетто\ яиц + масло + молоко) \times 88*}{100}$$

* При тепловой обработке омлетной смеси размер потерь составляет 9%.

Таблица 4

Перерасчет блюд из яиц различной массы

Средняя масса 1 яйца	Отход на скорлупу, стек и потери	Коэффициент пересчета (К)
от 48 и выше	12,0	0,88
от 43 до 48	12,5	0,875
до 43	13,0	0,87

Омлеты приготовляют из яиц, разведенных молоком или водой (натуральные) или с добавлением овощей, свежей зелени, мясных и других продуктов. Добавляемые продукты предварительно варят или жарят, за исключением тех, которые не требуют тепловой обработки (сыр, зеленый лук, зелень), а затем смешивают с омлетной смесью (смешанные омлеты) и жарят.

Натуральные и смешанные омлеты при массовом приготовлении запекают в жарочном шкафу. На смазанный маслом противень или порционную сковороду выливают омлетную смесь слоем 2,5–3 см и ставят в жарочный шкаф (180–200 °С) на 8–10 мин. Готовый омлет имеет упругую консистенцию. При запекании смешанных омлетов гарнир предварительно обжаривают на противне и заливают смесью или вводят в омлетную смесь.

При отпуске омлеты поливают маслом. Рекомендуется посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки, укропа или зеленым луком.

Соль в омлеты кладут из расчета 0,5 г на 1 яйцо.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 300

Наименование блюда: **Яйца вареные**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Яйца (в шт.)	1 шт.	40						
ИТОГО:			5,1	5,1	4,6	0,0	0,3	63

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	0,0	0,10	0,2	22	77	5	1,0

Выход: 40

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

Температура подачи: 20 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента варки.

Требования к качеству: Круглo-овальной формы, без трещин на поверхности. Консистенция умеренно плотная. Цвет белка – белый, желтка – желтый. Вкус свежего вареного яйца, приятный; запах слабовыраженный сероводорода.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 301

Наименование блюда: **Омлет натуральный**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Яйца	1 шт.	40						
Молоко	25	25						
Масса омлетной смеси	-	65						
Масло сливочное	2,5	2,5						
Масса готового омлета	-	63						
Масло сливочное	2,5	2,5						
ИТОГО:			5,6	5,6	8,7	0,0	1,5	106

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	0,2	0,13	0,3	53	100	8	1,0

Выход: 65

Технология приготовления: Подготовленные в соответствии с санитарными правилами яйца разбивают, добавляют в яичную смесь молоко, йодированную соль, перемешивают и слегка взбивают до образования пены. Затем выливают в разогретую смазанную маслом сковороду или на противень слоем 2,5–3,0 см и запекают в жарочном шкафу при температуре 180–200 °С 8–10 мин 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 сливочным маслом, посыпают мелко нарезанной зеленью петрушки. Омлет можно варить на пару в пароварочном аппарате.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более 30 мин с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция омлета нежная, пористая, поверхность слегка зарумянена.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 302

Наименование блюда: **Омлет с зеленым горошком**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Яйца	3/4 шт.	30						
Молоко	30	30						
Масло сливочное	2,5	2,5						
Горошек зеленый	22,5	14,5						
ИТОГО:			5,0	4,5	5,9	0,0	2,7	84

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	0,9	0,09	0,2	56	94	11	0,9

Выход: 75

Технология приготовления: Подготовленные в соответствии с санитарными правилами яйца разбивают, в яичную смесь добавляют молоко, йодированную соль, размешивают и слегка взбивают до образования пены. Зеленый горошек консервированный доводят до кипения в отваре при открытой крышке, отвар сливают, горошек охлаждают и вводят в омлетную смесь. Затем выливают в разогретую посуду, смазанную маслом, слоем 2,5–3,0 см и запекают в жарочном шкафу при температуре 180–200 °С 8–10 мин 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, посыпают мелко нарезанной зеленью. Омлет можно варить на пару в пароварочном аппарате.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более 30 мин с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция омлета нежная, пористая, зеленый горошек распределен равномерно, цвет его сохранился.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 303

Наименование блюда: **Омлет с рисовой кашей**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Яйца	1 шт.	40						
Молоко	15	15						
Масса омлетной смеси	-	55						
Каша рассыпчатая:								
Рис	10	10						
Вода	22	22						
Масса готовой каши	-	29,5						
Масло сливочное	2,5	2,5						
Масса готового омлета	-	75						
Масло сливочное	2,5	2,5						
ИТОГО:			6,0	5,3	8,5	0,01	8,0	132

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	0,1	0,13	0,3	41	106	12	1,1

Выход: 77,5

Технология приготовления: Рассыпчатую рисовую кашу смешивают с омлетной массой, приготовленной из яиц (предварительно обработанных в соответствии с санитарными правилами), молока и йодированной соли. Массу выливают на смазанный маслом разогретый противень слоем 2,5–3,0 см и выпекают в жарочном шкафу при температуре 180–200 °С 8–10 мин. Рис рассыпчатый готовят способом припускания. После поглощения воды с поверхности риса, кастрюлю ставят на водяную баню и упаривают при закрытой крышке. При расчете воды следует учесть, что при промывании риса в крупе остается вода - 15% от массы крупы. Яйца необходимо разбивать в отдельную посуду по 2–3 шт. и соединять с общей массой. Омлет при отпуске нарезают на порции, поливают растопленным маслом. Омлет можно варить на пару в пароварочном аппарате.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более 30 мин с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция омлета нежная с крупинками каши равномерно расположенными. Крупа мягкая. Цвет поверхности - бледно-золотистый, на разрезе белый с кремовым оттенком. Вкус и запах, свойственные входящим в рецептуру продуктам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 304

Наименование блюда: **Омлет с пшенной кашей**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Яйца	1 шт.	40						
Молоко	15	15						
Масса омлетной смеси	-	55						
Каша рассыпчатая:								
Пшено	12	12						
Вода	21	21						
Масса готовой каши		29,5						
Масло сливочное	2,5	2,5						
Масса готового омлета	-	75						
Масло сливочное	2,5	2,5						
ИТОГО:			6,6	5,3	8,8	0,4	8,4	139

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,1	0,13	0,3	44	119	15	1,3

Выход: 77,5

Технология приготовления: Рассыпчатую пшенную кашу смешивают с омлетной массой, приготовленной из яиц (предварительно обработанных в соответствии с санитарными правилами), молока и йодированной соли. Массу выливают на смазанный маслом разогретый противень слоем 2,5–3,0 см и выпекают в жарочном шкафу при температуре 180–200 °С 8–10 мин. Пшено рассыпчатое готовят способом припускания. После поглощения воды с поверхности пшена, кастрюлю ставят на водяную баню и упаривают при закрытой крышке. При расчете воды следует учесть, что при промывании пшена в крупе остается вода – 15% от массы крупы. Пшено перед использованием следует хорошо промыть и дважды ошпарить для удаления горечи. Яйца необходимо разбивать в отдельную посуду по 2–3 шт. и соединять с общей массой. Омлет при отпуске нарезают на порции, поливают растопленным маслом. Омлет можно варить на пару в пароварочном аппарате.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более 30 мин с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция омлета нежная с крупинками каши равномерно расположенными. Крупа мягкая. Цвет поверхности – бледно-золотистый, на разрезе белый с кремовым оттенком. Вкус и запах, свойственные входящим в рецептуру продуктам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 305

Наименование блюда: **Омлет с колбасой**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Яйца	1 шт.	40						
Молоко	25	25						
Масса омлетной смеси	-	65						
Масло сливочное	3	3						
Колбаса вареная	16,5	16						
Масло сливочное	1	1						
Масса готовой колбасы	-	15						
Масса готового омлета	-	80						
Масло сливочное	5	5						
ИТОГО:			7,4	7,4	15,1	0,0	1,5	171

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	0,2	0,15	0,6	58	126	11	1,3

Выход: 85

Технология приготовления: Очищенную колбасу нарезают мелкими кубиками или ломтиками, слегка обжаривают, затем добавляют масло сливочное для жарки омлета, заливают омлетной смесью, перемешивают. Затем выливают в разогретую посуду, смазанную маслом, слоем 2,5–3 см и запекают в жарочном шкафу при температуре 180–200 °С 10 мин до образования легкой румяной корочки. Перед подачей нарезают на порции, кладут на тарелку, поливают растопленным сливочным маслом. Омлет можно варить на пару в пароварочном аппарате.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более 30 мин с момента приготовления.

Требования к качеству: Поверхность омлета зарумянена, но без подгорелых мест. Консистенция однородная, сочная с вкраплениями ломтиков или кубиков обжаренной колбасы или сосисок. Цвет золотисто-желтоватый. Вкус и запах, свойственные входящим в рецептуру продуктам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 306

Наименование блюда: **Омлет с сосисками**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Яйца	1 шт.	40						
Молоко	25	25						
Масса омлетной смеси	-	65						
Масло сливочное	3	3						
Сосиски	16,5	16						
Масло сливочное	1	1						
Масса сосисок	-	15						
Масса готового омлета	-	80						
Масло сливочное	5	5						
ИТОГО:			7,4	7,4	15,1	0,0	1,6	172

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,2	0,15	0,6	59	126	11	1,3

Выход: 85

Технология приготовления: Очищенные сосиски нарезают мелкими кубиками или ломтиками, слегка обжаривают, затем добавляют масло сливочное для жарки омлета, заливают омлетной смесью, перемешивают. Затем выливают в разогретую посуду, смазанную маслом, слоем 2,5–3 см и запекают в жарочном шкафу при температуре 180–200 °С 10 мин до образования легкой румяной корочки. Перед подачей нарезают на порции, кладут на тарелку, поливают растопленным сливочным маслом. Омлет можно варить на пару в пароварочном аппарате.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более 30 мин с момента приготовления.

Требования к качеству: Поверхность омлета зарумянена, но без подгорелых мест. Консистенция однородная, сочная с вкраплениями ломтиков или кубиков обжаренной колбасы или сосисок. Цвет золотисто-желтоватый. Вкус и запах, свойственные входящим в рецептуру продуктам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 307

Наименование блюда: **Омлет с морковью**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Яйца	1 шт.	40						
Молоко	25	25						
Масса омлетной смеси	-	65						
Морковь	25	20						
Масса отварной протертой моркови	-	19						
Масло сливочное	2,5	2,5						
Масса готового омлета	-	75						
Масло сливочное	2,5	2,5						
ИТОГО:			5,9	5,6	8,7	0,0	2,9	113

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	0,6	0,13	0,4	58	112	16	1,2

Выход: 77,5

Технология приготовления: Очищенную отварную морковь протирают, смешивают с омлетной смесью (см. рецептуру «Омлет натуральный»), вливают в противень, смазанный маслом, слоем 2,5–3 см и запекают до образования легкой румяной корочки при температуре 180–200 °С 8–10 мин. Омлет можно варить на пару 25–30 минут. При отпуске нарезают на куски ромбовидной или квадратной формы, поливают растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более 30 мин с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция омлета нежная пористая, поверхность золотистого цвета, на разрезе - оранжевого. Вкус без посторонних привкусов и запахов, в меру соленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 308

Наименование блюда: **Омлет с мясом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Яйца	1 шт.	40						
Молоко	25	25						
Масса омлетной смеси	-	65						
Говядина (лопаточная часть)	33	24						
Масса отварного мяса	-	15						
Масло сливочное	1,5	1,5						
Масса готового омлета	-	72,5						
Масло сливочное	2,5	2,5						
ИТОГО:			9,8	9,8	10,6	0,0	1,5	141

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	0,2	0,12	0,4	57	132	13	1,4

Выход: 75

Технология приготовления: Говядину отваривают и измельчают на мясорубке, прогревают до 110 °С на смазанной сливочным маслом (1/2 от нормы) сковороде, охлаждают до 50 °С, соединяют с омлетной смесью (см. рецептуру «Омлет натуральный») и перемешивают. Массу выливают на противень, смазанный сливочным маслом, слоем 2,5–3,0 см и выпекают в жарочном шкафу при температуре 180–200 °С 10–15 мин до образования светло-золотистой корочки. Омлет можно варить на пару 30–35 минут. Яйца необходимо разбивать в отдельную посуду по 2–3 шт. и соединять с общей массой. При отпуске нарезают на ромбовидные куски и поливают растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более 30 мин с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция омлета нежная, пористая с равномерно расположенными кусочками мяса, в меру соленый, без посторонних привкусов и запахов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 309

Наименование блюда: **Омлет с сыром**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Яйца	1 шт.	40						
Молоко	25	25						
Масса омлетной смеси	-	65						
Сыр голландский	15,5	15,5						
Масло сливочное	2,5	2,5						
Масса готового омлета	-	65						
Масло сливочное	5	5						
ИТОГО:			9,5	9,5	14,3	0,0	1,5	173

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	0,2	0,17	0,4	200	193	16	1,2

Выход: 70

Технология приготовления: Обработанные по санитарным правилам яйца разбивают, к яичной смеси добавляют молоко и йодированную соль, тщательно размешивают, слегка взбивают до образования пены, добавляют тертый сыр и выливают в емкость с растопленным сливочным маслом слоем в 2,5–3,0 см и запекают в жарочном шкафу в течение 8–10 минут при температуре 180–200 °С. Омлет можно варить на пару. При отпуске нарезают на куски и поливают сливочным маслом. Яйца необходимо разбивать в отдельную посуду по 2–3 шт. и соединять с общей массой.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более 30 мин с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция нежная, пористая, с бледно-золотистой корочкой, без посторонних привкусов и запахов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 310

Наименование блюда: **Омлет с жареным картофелем**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Яйца	1 шт.	40						
Молоко или вода	15	15						
Картофель	74	55						
Масло растительное	5	5						
Масса готового омлета	-	85						
Масло сливочное	5	5						
ИТОГО: (по молоку)			6,4	5,3	13,2	4,8	9,8	184

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,09	6,9	0,13	2,5	47	122	19	1,5

Выход: 90

Технология приготовления: Картофель, нарезанный дольками или ломтиками, обжаривают, заливают омлетной массой и запекают на противне в жарочном шкафу до готовности. При отпуске поливают сливочным маслом.

Температура подачи: 60–65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид: поверхность золотистая; картофель, сохранившейся формы. Консистенция однородная, сочная с кусочками обжаренного картофеля. Цвет золотисто-желтоватый. Вкус свежих жареных яиц и картофеля. Запах свежих жареных яиц и картофеля.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 311

Наименование блюда: **Омлет с капустой цветной**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Яйца куриные	1 1/20 шт.	54						
Молоко	30	30						
Соль	0,25	0,25						
Масса омлетной смеси	-	84						
Капуста цветная	65	34						
Масса капусты цветной отварной рубленой	-	30						
Масло сливочное	2	2						
Масса полуфабриката	-	114						
Масса омлета готового	-	100						
Масло сливочное	3	3						
ИТОГО:			7,9	7,4	10,4	0,1	2,8	136

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	6,0	0,17	0,4	74	143	15	1,7

Выход: 100

Технология приготовления: К яйцам куриным добавляют молоко, соль поваренную и хорошо вымешивают. Капусту цветную отварную мелко рубят, смешивают с массой омлетной, маслом сливочным растопленным. Приготовленную массу выливают на противень, смазанный маслом сливочным, слоем толщиной не более 2,5–3 см и варят на пару в паровой коробке в течение 20–25 минут. Готовый омлет нарезают на порции, при отпуске поливают маслом сливочным и прокипяченным.

Температура подачи: не ниже 65 °С.

Срок реализации: не более 30 мин с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция омлета нежная пористая, поверхность золотистого цвета, на разрезе – светло-желтого. Вкус без посторонних привкусов и запахов, в меру соленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 312

Наименование блюда: **Драчена**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Яйца	2 шт.	80						
Молоко	26	26						
Мука пшеничная	6	6						
Сметана	10	10						
Масло сливочное	6	6						
ИТОГО:			11,4	10,7	15,1	0,1	6,4	207

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	0,2	0,26	0,7	86	187	15	2,1

Выход: 100

Технология приготовления: В омлетную смесь, приготовленную как для омлета натурального, добавляют муку и сметану, выливают на горячий смазанный маслом противень и запекают в жарочном шкафу.

Температура подачи: 60–65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид: поверхность зарумянена, но без подгорелых мест. Консистенция однородная, нежная. Цвет золотисто-желтоватый. Вкус свежих жареных яиц. Запах свежих жареных яиц.

9. Блюда из творога

Из творога и творожной массы приготовляют холодные и горячие блюда. В детском питании используют только горячие блюда (вареники, сырники, запеканки, пудинги). Для их приготовления рекомендуется использовать пастеризованный творог полужирный (9% жира, 73% влаги).

Для приготовления горячих блюд пропускают творог через протирочную машину; небольшое количество творога протирают через сито. При протирании образуются потери в размере 1–2%.

Вторые горячие блюда готовят отварными (вареники ленивые, пудинг, вареный на пару), жареными (сырники, творожные батончики) и запеченными (пудинги, запеканки).

Сырники готовят с сахаром или без сахара, а также с добавлением различных овощей (картофеля, моркови) или специй (тмин).

Пудинги отличаются от запеканок большим количеством компонентов (ванилин, изюм, цукаты), а также более нежной консистенцией, так как в них входят взбитые белки.

При приготовлении блюд на 1 кг творога кладут 10 г йодированной соли.

Вторые блюда отпускают с маслом, сметаной, сахаром или сладкими соусами. Можно отпускать и с различными плодами и ягодами.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 313

Наименование блюда: **Запеканка из творога**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Творог	141	139,5						
Крупа манная	9,7	9,7						
или мука пшеничная	12	12						
Вода или молоко для каши	36	36						
Яйца	1/10 шт.	4						
Сахар	9,7	9,7						
Ванилин	0,015	0,015						
Сметана	5,2	5,2						
Сухари	5,2	5,2						
Масло сливочное	5,2	5,2						
Масса готовой запеканки	-	150						
ИТОГО:			24,0	22,5	25,2	0,2	23,9	425

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	0,6	0,20	0,7	297	347	38	1,0

Выход: 150

Технология приготовления: В горячей воде растворяют ванилин и всыпают манную крупу, помешивая, проваривают 10 минут. Протертый творог смешивают с мукой или заваренной и охлажденной манной вязкой кашей. Добавляют сырые яйца, сахар, йодированную 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 образования корочки, затем в камере с температурой 180–200 °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 20 мл на выход, увеличив, соответственно, выход или уменьшив закладку творога.

Запеканку отпускают с вареньем, сладким молочным или фруктовым соусом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного – двух часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Поверхность ровная, без трещин, колер золотистый, равномерный, на разрезе запеканка белая, вкус сладковатый, с запахом входящих продуктов и ванилина.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 314

Наименование блюда: **Запеканка морковная с творогом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Морковь	117	94						
Масло сливочное	7,5	7,5						
Молоко	23	23						
Масса припущенной моркови	-	86						
Крупа манная	15	15						
Творог	57	56						
Яйца	3/20 шт.	6						
Сахар	6	6						
Сухари пшеничные	4	4						
Сметана	4	4						
Масса полуфабриката	-	175						
Масса готовой запеканки	-	150						
ИТОГО:			13,1	10,0	15,6	0,3	27,3	290

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,11	2,4	0,10	0,1	146	216	53	1,4

Выход: 150

Технология приготовления: Морковь нарезают соломкой, припускают со сливочным маслом (1/3 нормы) в молоке. В конце припускания всыпают постепенно манную крупу и варят при помешивании 10–15 мин, затем охлаждают до температуры 40–50 °С и вводят протертый творог, сырые яйца, сахар, соль. Смесь перемешивают и выкладывают на противень, смазанный маслом и посыпанный сухарями, слоем 3,0 см. Поверхность запеканки разравнивают, смазывают сметаной, наносят узор и запекают при температуре 250 °С до образования легкой корочки, затем в жарочном шкафу с температурой 160–180 °С 15–20 мин.
Отпускают с молочным или сметанным соусом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более двух часов с момента приготовления

Требования к качеству: Поверхность имеет не грубую золотистую корочку, цвет запеканки розовато-белый, морковь и творог мягкие. Не допускаются посторонние привкусы и запахи.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 315

Наименование блюда: **Запеканка пшенная с творогом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Крупа пшенная	47	47						
Вода	84	84						
Творог	38	37						
Яйца	1/5 шт.	8						
Сахар	7	7						
Масло сливочное	7	7						
Масса полуфабриката	-	169						
Масса готовой запеканки	-	150						
ИТОГО:			11,7	6,7	12,5	0,9	25,4	261

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,13	0,1	0,10	0,3	65	157	30	1,2

Выход: 150

Технология приготовления: Пшено перебирают, промывают в теплой воде, ошпаривают кипятком, воду сливают. Закладывают в кипящую воду, варят 2 минуты, воду сливают (откидывают) и заливают кипящую воду в количестве меньшем на 15%, чем положено по рецептуре (столько воды остается в крупе после промывания). В готовую рассыпчатую кашу, охлажденную до 55 – 60 °С, добавляют протертый творог, взбитые с сахаром яйца, сливочное масло и перемешивают. Подготовленную массу раскладывают в смазанный маслом противень слоем 3,0 см, сбрызгивают маслом и запекают 8–10 минут при температуре 250 °С, затем 10–15 минут при температуре 180–200 °С.
Отпускают запеканку со сладким молочным или фруктовым соусом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления

Требования к качеству: Порции аккуратно нарезаны, поверхность без трещин, имеет ровную, золотистую окраску, на разрезе – цвет кремовато-белый, без посторонних привкусов и запахов. Крупа мягкая, без привкуса горечи и пригорелости.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 316

Наименование блюда: **Запеканка рисовая с творогом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Крупа рисовая	36	36						
Вода	75	75						
Творог	30,4	30						
Яйца	1/5 шт.	8						
Сахар	11	11						
Ванилин	0,01	0,01						
Масло сливочное	3,8	3,8						
Сухари пшеничные	3,8	3,8						
Сметана	2,3	2,3						
Масса полуфабриката	-	169						
Масса готовой запеканки	-	150						
ИТОГО:			8,6	5,7	8,4	0,2	37,7	261

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	0,1	0,10	0,4	53	133	25	0,8

Выход: 150

Технология приготовления: Рассыпчатую рисовую кашу с изюмом охлаждают до температуры 60 °С, добавляют протертый творог, взбитые с сахаром яйца, ванилин, растворенный в небольшом количестве воды, масло сливочное, перемешивают. Подготовленную массу выкладывают на смазанный растопленным маслом и посыпанный сухарями противень слоем 3,0 см, поверхность смазывают смесью яйца со сметаной и запекают при температуре 240 °С в течение 10 мин, а затем при температуре 180–200 °С 15 мин.
Отпускают запеканку, подливая сбоку сладкий фруктовый соус или поливая маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Порции аккуратно нарезаны, поверхность без трещин, имеет ровную, белую окраску, нежную, румяную корочку. На разрезе – цвет белый, запах риса, без посторонних привкусов и запахов. Крупа мягкая, без привкуса горечи и пригорелости.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 317

Наименование блюда: **Пудинг из творога паровой**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Творог	114	113						
Крупа манная	11	11						
Яйца	1/3 шт.	13						
Сахар	15	15						
Изюм	15,3	15						
Ванилин	0,01	0,01						
Масло сливочное для смазки	4	4						
Масса полуфабриката	-	167						
Масса готового пудинга	-	150						
ИТОГО:			20,9	19,5	16,3	0,2	33,0	362

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,09	0,3	0,10	0,6	183	284	32	1,4

Выход: 150

Технология приготовления: В протертый творог добавляют манную крупу, яичные желтки, растертые с сахаром, перебранный и промытый в теплой воде ошпаренный и обсушенный изюм, ванилин, йодированную соль перемешивают. Затем вводят в массу взбитые яичные белки, взбивая массу (сверху вниз), раскладывают в противень или формы, смазанные маслом, слоем 3–3,5 см и варят на пару 20–30 минут в пароварочном шкафу. Если творог сухой, в массу добавляют молоко (20 г на выход), соответственно увеличивая выход или уменьшая закладку творога.
Отпускают, поливая сладким молочным или фруктовым соусом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного – двух часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Поверхность пудинга белого цвета, без трещин; консистенция нежная, пышная, однородно промешанная. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 318

Наименование блюда: **Пудинг из творога с рисом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Творог	114	113						
Яйца	1/4 шт.	10						
Сахар	11	11						
Крупа рисовая	22	22						
Масло сливочное	5	5						
Сметана	5	5						
Масса полуфабриката	-	177						
Масса готового пудинга	-	150						
ИТОГО:			20,8	19,3	20,5	0,2	28,2	387

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	0,3	0,11	0,5	175	286	34	1,0

Выход: 150

Технология приготовления: В протертый творог добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, охлажденную рисовую вязкую кашу, часть сливочного размягченного масла, йодированную соль, все перемешивают и вводят взбитые белки. Массу выкладывают в формы, смазанные маслом, слоем 3–4 см, поверхность смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу 10 мин при температуре 250 °С, затем 15–20 минут при температуре 200 °С.
Подают с соусом молочным сладким или фруктовым.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного – двух часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Пудинг нарезан аккуратно на порции, полит соусом. Поверхность имеет слабо золотистую корочку. Консистенция пышная, нежная, на разрезе цвет белый. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 319

Наименование блюда: **Пудинг творожный запеченный**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Творог	114	112,5						
Крупа манная	11	11						
Яйца	1/4 шт.	10						
Сахар	11	11						
Изюм	15,4	15						
Ванилин	0,02	0,02						
Масло сливочное	4,5	4,5						
Сухари	3,7	3,7						
Сметана	3,7	3,7						
Масса готового пудинга	-	150						
ИТОГО:			20,7	18,9	19,7	0,2	31,7	387

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,10	0,3	0,10	0,7	229	281	33	1,4

Выход: 150

Технология приготовления: В протертый творог добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, манную крупу, растворенный в горячей воде ванилин 1:20, вымытый, ошпаренный и обсушенный изюм, все перемешивают. Белки взбивают и, осторожно помешивая сверху вниз, вводят в массу, выкладывают в противни или формы, смазанные маслом и посыпанные сухарями, слоем 3 см, поверхность смазывают сметаной с сахаром. Запекают в жарочном шкафу при температуре 250 °С в течение 15 мин, затем в камере с температурой 200 °С 15–20 мин. Готовность определяют по изменению плотности, консистенции. Если масса отделилась от стенок, значит температура внутри изделия больше 80 °С. Если творог сухой, в массу добавляют молоко (20 г на выход), соответственно увеличивая выход или уменьшая закладку творога.
Отпускают, поливая фруктовым или молочным сладким соусом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного - двух часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Порции имеют правильную, не деформированную форму. Консистенция пышная, нежная, вкус входящих в рецептуру продуктов с ароматом ванилина. Соус соответствует рецептуре.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 320

Наименование блюда: **Сырники из творога**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Творог	136	135						
Яйца	1/8 шт.	5						
Сахар	15	15						
Мука пшеничная	20	20						
Масса полуфабриката	-	170						
Масло сливочное	5	5						
Масса готовых сырников	-	150						
ИТОГО:			23,6	21,5	21,8	0,2	30,1	411

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	0,3	0,14	0,8	202	305	31	1,0

Выход: 150

Технология приготовления: В протертый творог добавляют 2/3 муки от указанной в рецептуре, сырые яйца, йодированную соль. Массу хорошо перемешивают, придают ей форму батончика толщиной 5–6 см, нарезают поперек, панируют в муке, придают форму круглых биточков толщиной 1,5 см по 3 шт. на порцию. Сырники обжаривают на плите с обеих сторон до слабой золотистой корочки, после чего ставят в жарочный шкаф на 5–7 минут при температуре 180 °С.
Отпускают по 3 шт. на порцию, поливая вареньем, или растопленным сливочным маслом, или сладким молочным соусом.

Температура подачи: 55 °С.

Срок реализации: не более двух часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Форма круглая, приплюснутая, без трещин. Соусом полита 1/3 часть сырника, консистенция нежная, без комочков не промешанной муки или творога. Вкус соответствует входящим продуктам. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 321

Наименование блюда: **Сырники из творога запеченные**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Творог	136	135						
Крупа манная	11	11						
Яйца	1/8 шт.	5						
Сахар	15	15						
Ванилин	0,02	0,02						
Мука пшеничная	10	10						
Сметана	5	5						
Масса полуфабриката	-	176						
Масло сливочное (для смазки)	2	2						
Масса готовых сырников	-	150						
ИТОГО:			24,0	21,9	18,5	0,2	31,0	386

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,09	0,4	0,09	0,8	205	308	32	1,0

Выход: 150

Технология приготовления: Рекомендуется готовить из обезжиренного творога. В протертый творог добавляют манную крупу, сырые яйца, сахар, йодированную соль. Массу хорошо перемешивают, придают ей форму батончика толщиной 5–6 см, 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 °С 10–20 мин, до образования корочки, затем в камере с температурой 180–200 °С 15–20 мин.
Подают, поливая соусом молочным, или молочным сладким, или сладким фруктовым.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного – двух часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Форма круглая, приплюснутая, без трещин, соусом полита на 1/3 высоты. Консистенция нежная, однородно промешанная. Без посторонних привкусов и запахов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 322

Наименование блюда: **Сырники из творога и картофеля**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Творог	91,5	90						
Картофель	84	64						
Масса вареного протертого картофеля	-	60						
Яйца	1/7 шт.	6						
Мука пшеничная	19	19						
Масса полуфабриката	-	170						
Масло сливочное	3,7	3,7						
Масса готовых сырников	-	150						
ИТОГО:			21,3	18,8	16,1	0,3	27,1	338

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,10	4,5	0,10	0,7	175	275	33	1,1

Выход: 150

Технология приготовления: Вареный картофель обсушивают и горячим быстро пропускают через протирочную машину, охлаждают до 50 °С, добавляют протертый творог, сырые яйца, 2/3 муки, йодированную соль, перемешивают. Полученную массу дозируют, формуют в виде биточков, панируют в оставшейся муке, жарят основным способом, доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 180–200 °С 7–10 мин.
Отпускают по 3 шт. на порцию, поливая молочным, молочным сладким или сметанным соусом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Форма сырника круглая, приплюснутая, без трещин, соусом полита 1/3 сырника. Консистенция нежная, однородно промешанная. Без посторонних привкусов и запахов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 323

Наименование блюда: **Сырники с морковью**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Творог	106,5	105						
Морковь	42	33						
Масло сливочное	2,2	2,2						
Крупа манная	3,7	3,7						
Яйца	1/7 шт.	6						
Сахар	11	11						
Мука пшеничная	19	19						
Масса полуфабриката	-	170						
Масло сливочное	5	5						
Масса готовых сырников	-	150						
ИТОГО:			18,8	15,9	16,0	0,4	26,8	318

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,11	3,8	0,12	0,8	154	256	36	1,2

Выход: 150

Технология приготовления: Очищенную сырую морковь нарезают тонкой короткой соломкой, припускают до размягчения в небольшом количестве воды (10% воды к массе нетто моркови) с добавлением сливочного масла. Затем всыпают манную крупу и, помешивая, проваривают 10–15 минут. После охлаждения массу смешивают с протертым творогом, с сырыми яйцами, сахаром и 2/3 частями муки. Полученную массу дозируют, формуют по 3 шт. на порцию, панируют в оставшейся муке, обжаривают основным способом и запекают в жарочном шкафу при температуре 250 °С в течение 5 мин. Или запекают при температуре 250 °С 10–15 мин, затем при температуре 200 °С 10–15 мин.
Отпускают по 3 шт. на порцию, поливая соусом молочным сладким или сметанным.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более двух часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Сырники круглые, приплюснутые, без трещин, розового цвета, сочные, рыхлые, с привкусом моркови, без комочков не промешанных продуктов. Не допускаются грубая корочка, посторонние привкусы и запахи.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 324

Наименование блюда: **Зразы творожные с изюмом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Творог	101	100						
Мука пшеничная	16	16						
Яйца	1/4 шт.	10						
Сахар	15	15						
Масса творожная	-	140						
Изюм	25,7	25						
Мука пшеничная	10	10						
Масса полуфабриката	-	170						
Масло сливочное	7	7						
Масса готовых зраз	-	150						
ИТОГО:			19,3	16,7	19,5	0,3	37,8	404

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,11	0,6	0,09	1,0	167	267	34	1,5

Выход: 150

Технология приготовления: Изюм тщательно перебирают, промывают в теплой воде, ошпаривают и обсушивают. В протертый творог вводят подсушенную без изменения цвета муку, йодированную соль, сырые яйца, растертые с сахаром, и тщательно перемешивают. Массу разделывают на лепешки толщиной 5 мм, на середину кладут изюм, края соединяют и формуют в виде кирпичика по 2 штуки на порцию, панируют в муке, обжаривают с обеих сторон на плите до образования золотистой корочки и доводят до готовности в жарочном шкафу 7–10 мин при температуре 200 °С.
Отпускают по 2 шт. на порцию со сладким яблочным соусом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более двух часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Зразы имеют форму кирпичиков с закругленными боковыми сторонами толщиной 2 см, без трещин. Корочка мягкая, золотистая, на разрезе - изюм в середине, цвет творога - белый. Не допускаются посторонние привкусы и запахи.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 325

Наименование блюда: **Вареники ленивые**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Творог	159	156						
Мука пшеничная	22	22						
Яйца	1/3 шт.	13						
Сахар	11	11						
Масса полуфабриката	-	190						
Масса вареных вареников	-	200						
Масло сливочное	10	10						
ИТОГО:			29,7	27,4	22,6	0,3	28,7	437

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,09	0,4	0,20	1,0	187	300	32	1,0

Выход: с маслом 210

Технология приготовления: В протертый творог вводят муку, йодированную соль, сахар, сырые яйца, замешивают тесто. Раскатывают пластом толщиной 10–12 мм, нарезают на полоски шириной 25 мм, а затем на кусочки прямоугольной или треугольной формы или ромбы, отваривают небольшими партиями в кипящей подсоленной воде 5 минут перед подачей. Соотношение вареников и воды 1 : 5.
Поливают растопленным маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более двух часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Вареники сохраняют форму, сочные, мягкие, белые, без посторонних привкусов и запахов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 326

Наименование блюда: **Котлеты овощные с творогом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Капуста	85	68						
Морковь	83	66						
Молоко	20	20						
Масло сливочное	5	5						
Крупа манная	15	15						
Сахар	2	2						
Яйцо	1/4 шт.	10						
Творог	30	29						
Мука пшеничная	5	5						
Масса полуфабриката	-	180						
Масло сливочное	10	10						
Масса жареных котлет	-	150						
ИТОГО:			10,3	6,3	16,4	0,3	20,4	270

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,10	16,3	0,14	0,9	121	160	46	1,4

Выход: 150

Технология приготовления: Овощи нарезают соломкой и припускают в молоке с маслом до полуготовности. Всыпают постепенно, при помешивании манную крупу, сахар и варят 10–15 мин. Готовую массу охлаждают до температуры 40–50 °С, добавляют сырые яйца, соль, протертый творог, перемешивают, формуют котлеты по 2 шт. на порцию, панируют, обжаривают с обеих сторон 7–10 мин, доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 160–180 °С 10 мин или запекают в жарочном шкафу сначала при температуре 250 °С 10–15 мин до образования корочки, затем до готовности - в камере с температурой 160–180 °С 10–15 мин.
Отпускают с соусом молочным или сметанным.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более двух часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Изделия (котлеты) правильной формы, не деформированы, сочные, мягкие, колер - золотистый. Не допускаются грубая корочка на поверхности, посторонние привкусы, запахи.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 327

Наименование блюда: **Котлеты свекольные с творогом и изюмом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Свекла	143	112 *						
Масло сливочное	5	5						
Крупа манная	15	15						
Творог	31	30						
Молоко	21	21						
Яйцо	1/5 шт.	8						
Мука	10	10						
Изюм	7	7						
Сахар	2	2						
Масса полуфабриката	-	180						
Масло сливочное	10	10						
Масса жареных котлет	-	150						
ИТОГО:			10,7	6,3	16,4	0,4	33,6	325

* Масса отварной очищенной свеклы.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,09	5,2	0,14	0,8	125	174	40	2,5

Выход: 150

Технология приготовления: Свеклу сварить целиком в кожуре, очистить, протереть, добавить молоко, масло, сахар, довести до кипения, всыпать постепенно манную крупу при помешивании и проварить до загустения. Готовую массу охладить до температуры 40-50 °С, ввести сырые яйца, подготовленный изюм (см. рецептуру «Зразы творожные с изюмом»), протертый творог, йодированную соль, все перемешать, сформовать котлеты по 2 шт. на порцию, запанировать в муке. Котлеты обжарить основным способом на плите, затем довести до готовности в жарочном шкафу при температуре 160–180 °С в течение 7 мин или запекать в жарочном шкафу сначала при температуре 250 °С 10 мин до образования корочки, затем в камере с температурой 160–180 °С 15–20 мин до готовности.
Отпускают с соусом молочным или сметанным.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более двух часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Котлеты 2 штуки на порцию, овально-вытянутой, заостренной с одной стороны формы. Цвет корочки темно-вишневый, на разрезе вишневый. Изюм, творог мягкие, консистенция рыхлая, но не рассыпчатая. Не допускаются посторонние привкусы и запахи.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 328

Наименование блюда: **Крупеник из гречневой крупы**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Крупа гречневая	60	60						
Молоко	57	57						
Вода	40	40						
Масса каши	-	150						
Творог	67	66						
Сахар-песок	8	8						
Масло сливочное	4	4						
Яйца	1/5 шт.	8						
Сухари пшеничные	4	4						
Сметана	4	4						
Масса полуфабриката	-	240						
Масса готового крупеника	-	200						
Масло сливочное	5	5						
ИТОГО:			20,6	12,5	20,2	2,2	45,6	447

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,30	0,5	0,12	0,9	179	376	130	4,7

Выход: с маслом 205

Технология приготовления: Готовую рассыпчатую гречневую кашу охлаждают до 55–60 °С и добавляют протертый творог, сахар, сливочное масло, взбитые с сахаром яйца и перемешивают. Массу выкладывают в смазанный сливочным маслом и посыпанный сухарями противень слоем 3,0 см, поверхность смазывают смесью яйца со сметаной. Выпекают 10 минут при температуре 250 °С, затем 15 минут при температуре 200 °С. Готовность определяют по изменению плотности, консистенции. Если масса отделилась от стенок, значит температура внутри изделия больше 80 °С.
Разрезают на порции, отпускают, поливая растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более двух часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Крупа мягкая, структура зерна сохранена. Цвет на поверхности коричневый, на разрезе светло-коричневый, творог равномерно распределен. Не допускаются посторонние привкусы и запахи.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 329

Наименование блюда: **Оладьи из творога**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Творог	51	50						
Мука пшеничная	18	18						
Сахар	4	4						
Яйца	1/5 шт.	8						
Сода пищевая	0,5	0,5						
Молоко	20	20						
Масло растительное	5	5						
Масса готовых оладий	-	100						
ИТОГО:			11,2	9,4	12,7	4,9	17,5	229

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,2	0,11	2,7	102	149	16	0,6

Выход: 100

Технология приготовления: Творог протирают, соединяют с молоком, добавляют муку, сахар, яйца, соду и все тщательно перемешивают. Выпекают оладьи на смазанной растительным маслом и разогретой сковороде с двух сторон.
Отпускают оладьи по 3-4 шт. на порцию с вареньем.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более двух часов с момента приготовления.

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 330

Наименование блюда: **Яблоки, запеченные с творогом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Яблоки свежие	142	125						
Фарш:								
Творог	30	30						
Изюм	15	15						
Сахар	15	15						
Масса фарша	-	60						
Масса запеченных яблок	-	150						
Сироп:								
Мед	35	35						
Вода	12	12						
Орехи грецкие	11,5	5/2,5 *						
ИТОГО:			6,4	4,8	6,6	2,7	60,8	328

* В числителе - масса очищенных орехов, в знаменателе - масса подсушенных орехов.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	6,4	0,02	0,6	81	111	26	3,7

Выход: 200

Технология приготовления: Из яблок, не очищая их от кожицы, удаляют семенные гнезда. Изюм хорошо промывают, несколько раз меняя воду, в последний раз ошпаривают кипятком. Творог растирают с сахаром, добавляют обсушенный изюм. Образовавшиеся отверстия в яблоках заполняют подготовленным творожным фаршем. Яблоки укладывают на противень, подливают немного воды и запекают в жарочном шкафу 15–20 мин (в зависимости от сорта яблок) при температуре 200 °С. Для сиропа в горячую воду добавляют мед, доводят до кипения и, помешивая, варят 5–7 мин.
При отпуске яблоки поливают сиропом и посыпают подсушенными измельченными орехами.
Отпускают яблоки горячими (65 °С) или холодными (14 °С).

Срок реализации: не более двух часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Яблоки мягкие, сохранили форму, фарш не вытекает. Цвет на разрезе яблок белый, с серовatым оттенком, цвет фарша белый. Кожица яблок от светло-кремовой до темно-кремовой. Без посторонних привкусов и запахов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 331

Наименование блюда: **Яблоки, фаршированные творогом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Яблоки свежие	136	120						
Творог	41	40						
Яйца	1/5 шт.	8						
Сахар	15	15						
Масса полуфабриката	-	180						
Масса фаршированных яблок	-	145						
Пудра рафинадная	5	5						
ИТОГО:			7,8	7,3	6,5	0,5	30,0	210

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	6,1	0,05	0,4	80	110	19	3,0

Выход: 150

Технология приготовления: Из яблок, не очищая их от кожицы, удаляют семенные гнезда, образовавшиеся отверстия заполняют фаршем. Творог протирают, добавляют сырые яйца, сахар и хорошо перемешивают. Подготовленные яблоки укладывают на противень, подливают немного воды и запекают в жарочном шкафу 15–20 мин (в зависимости от сорта яблок) при температуре 200 °С.
Отпускают яблоки горячими (65 °С) или холодными (14 °С), посыпают рафинадной пудрой.

Срок реализации: не более двух часов с момента приготовления

Требования к качеству: Яблоки мягкие, сохранили форму, фарш не вытекает. Цвет на разрезе яблок белый, с серовatым оттенком, цвет фарша белый. Кожица яблок от светло-кремовой до темно-кремовой. Без посторонних привкусов и запахов.

10. Блюда из рыбы

Рыбу приготовляют отварной, припущенной, тушеной и запеченной.

В рецептурах раздела указаны наименования наиболее распространенных рыб.

Во введениях к подразделам или в рецептурах к блюдам указываются принятые виды разделки рыбы, от которых зависят нормы отходов на холодную обработку.

В рецептурах технологических карт закладка сырья и выход готовой рыбы приводятся на рыбу хек, минтай, треску потрошеные обезглавленные. Для установления нормы закладки и выхода блюд из рыб, не указанных в рецептурах, следует руководствоваться данными, приведенными в таблице № 5.

Лучше всего рыба сочетается по вкусу с гарниром из картофеля. Дополнительно ко всем рыбным блюдам можно подать огурцы, помидоры свежие или соленые.

При тепловой обработке рыбы используют специи из следующего расчета на порцию: соли - 3 г, перца черного - 0,01 г, лаврового листа - 0,01 г. Норма кореньев приведена в рецептурах.

При отпуске рыбные блюда посыпают измельченной зеленью петрушки, сельдерея или укропа.

Рыба вареная. Для варки пригодны все виды рыб. Однако такие рыбы, как хек серебристый, сельдь, карась, омуль, навага, лещ, вобла, в вареном виде менее вкусны, чем в жареном. Подготовленную рыбу (некрупные экземпляры) нарезают на порционные куски, не пластуя, вместе с позвоночником, рыбу массой 1,0–1,5 кг следует предварительно пластовать вдоль позвоночника. Рыбу варят в рыбных котлах, снабженных решетками. Бульон, полученный при варке рыбы, используется для приготовления супов и соусов. При отпуске рыбу кладут на порционное блюдо или тарелку, гарнируют, соус подают отдельно или поливают им рыбу.

Рыба припущенная. Припускание - разновидность варки, но в отличие от последней оно производится в небольшом количестве жидкости. Припущенная рыба вкуснее, чем отварная, так как при этом способе тепловой обработки в ней полнее сохраняются питательные вещества.

Рыбу припускают целиком, звеньями и порционными кусками (рыбу семейства осетровых); порционными кусками, нарезанными из непластованной рыбы - камбалу, палтус, хек серебристый, ледяную рыбу, минтай. Большинство других рыб припускают порционными кусками, нарезанными из филе.

Целую рыбу и порционные куски целесообразнее припускать с кожей. Звенья рыб семейства осетровых предварительно ошпаривают для удаления костных жучек. Порционные куски рыбы, нарезанные из обработанного звена с кожей без хрящей, а для некоторых блюд и без кожи, перед припусканием ошпаривают для того, чтобы уменьшить выделение из них белков во время припускания.

Рыбу припускают в рыбных котлах, снабженных решетками, при закрытой крышке. Подготовленную для припускания рыбу кладут в посуду в один ряд (звенья - кожей вниз), подливают бульон или воду (0,3 л жидкости на 1 кг рыбы) так, чтобы жидкость покрыла рыбу на 1/4 объема.

Отпускают припущенную рыбу под различными соусами. Можно посыпать измельченной зеленью петрушки или укропа.

На гарнир подают отварной картофель, овощи отварные, картофельное пюре. В дополнение к указанным гарнирам можно давать огурцы, помидоры свежие или соленые.

Рыба запеченная. Рыбу запекают сырой, припущенной или обжаренной с двух сторон с картофелем, рассыпчатой гречневой кашей, капустой тушеной под соусом (сметанным, молочным и др.). Изделия запекают в порционных сковородах и в них же подают к столу. Запекают рыбу целой или нарезанной на порционные куски без костей, с кожей или без нее. Подготовленную рыбу кладут на смазанные жиром и политые соусом сковороды, укладывают соответствующий гарнир, заливают соусом, посыпают тертым сыром или сухарями, сбрызгивают жиром и запекают в жарочном шкафу при температуре 250–280 °С до образования румяной корочки.

В рецептурах указана рыба, разделанная на филе с кожей без костей, нарезанная на куски от непластованной рыбы, мелкая рыба - целиком.

При запекании потери составляют 10% от общей массы блюда.

Блюда из котлетной массы. Для приготовления котлетной массы используют свежую или хорошо вымоченную соленую рыбу, разделанную на филе без кожи и костей или на филе с кожей без костей. В котлетную массу из нежирной рыбы для увеличения рыхлости можно положить пропущенную через мясорубку охлажденную вареную рыбу в количестве 25–30% к массе мякоти сырой рыбы.

При приготовлении котлетной массы из трески, окуня морского, сквамы, кабан-рыбы и других рыб, имеющих недостаточное количество связывающих клеидающих веществ, можно добавлять яйца из расчета 1/10 или 1/20 шт. на порцию.

Рыбные котлеты не рекомендуется готовить из жирных рыб (палтуса и др.) или обладающих резким специфическим запахом (сардинопс, сардинелла и др.).

К котлетной массе можно добавлять молоку от свежей рыбы, но не более 6% от массы нетто, за счет уменьшения закладки рыбы.

Из котлетной массы приготовляют котлеты, биточки, рулет, зразы, тефтели и другие изделия.

Таблица 5

Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из рыб с костным скелетом

Наименование рыб, способы промышленной и кулинарной разделки и тепловой обработки	Рыба (сырье)								Промышленный полуфабрикат		Масса сырья (полуфабриката) нетто, г	Потери при тепловой обработке, % к массе сырья нетто или полуфабриката	Выход готового изделия, г
	Крупная		Средняя			Мелкая							
	Масса сырья брутто, г	Отходы и потери при холодной обработке, % к массе сырья брутто	Масса сырья брутто, г	Отходы и потери при холодной обработке, % к массе сырья брутто		Масса сырья брутто, г	Отходы и потери при холодной обработке, % к массе сырья брутто		Масса сырья брутто, г	Отходы и потери при холодной обработке, % к массе сырья брутто			
1	2	3	4	5		6	7		8	9	10	11	12
Ледяная рыба обезглавленная потрошеная													
непластованная кусками													
- отварная	-	-	106	14		-	-		-	-	91	18	75
- припущенная	-	-	138	14		-	-		-	-	119	16	100
- припущенная	-	-	103	14		-	-		-	-	89	16	75
- жареная	-	-	98	14		-	-		-	-	84/89[1]	16	75
Ледяная рыба неразделанная													
непластованная кусками													
- припущенная	-	-	209	43		-	-		-	-	119	16	100
филе с кожей без костей													
- отварное	-	-	260	52		-	-		152	18	125	20	100
- припущенное	-	-	260	52		-	-		152	18	125	20	100
- жареное	-	-	242	52		-	-		141	18	116/122	18	100
филе без кожи и костей													
- отварное	-	-	278	55		-	-		158	21	125	20	100
- припущенное	-	-	278	55		-	-		158	21	125	20	100
- жареное	-	-	258	55		-	-		147	21	116/122	18	100
Минтай неразделанный													
непластованный кусками													
- отварной	-	-	203	40		-	-		-	-	122	18	100
- припущенный	-	-	203	40		-	-		-	-	122	18	100
- жареный	-	-	193	40		-	-		-	-	116/122	18	100
филе с кожей без костей													
- отварное	-	-	246	50		-	-		-	-	123	19	100
- припущенное	-	-	246	50		-	-		-	-	123	19	100
- жареное	-	-	226	50		-	-		-	-	113/119	16	100
филе без кожи и костей													
- припущенное	-	-	267	54		-	-		-	-	123	19	100
- жареное	-	-	246	54		-	-		-	-	113/119	16	100

Окунь морской потрошеный с головой											
непластованный кусками											
- припущенный	191	36[2]	-	-	200	39[2]	-	-	122	18	100
- жареный	186	36[2]	-	-	195	39[2]	-	-	119/125	20	100
филе с кожей и реберными костями											
- отварное	223	44	-	-	-	-	144	13[3]	125	20	100
- припущенное	218	44	-	-	-	-	140	13[3]	122	18	100
- жареное	213	44	-	-	-	-	137	13[3]	119/125	20	100
филе с кожей, без костей											
- припущенное	230	47	-	-	-	-	144	15[3]	22	18	100
- жареное	225	47	-	-	-	-	140	15[3]	119/125	20	100
- запеченное	225	47	-	-	-	-	140	15[3]	119/125	20	100
филе без кожи и костей											
- припущенное	249	51	-	-	-	-	151	19[3]	122	18	100
- жареное и запеченное	243	51	-	-	-	-	147	19[3]	119/125	20	100
Окунь морской потрошеный обезглавленный											
непластованный кусками											
- отварной	151	17[2]	-	-	152	18[2]	-	-	125	20	100
- припущенный	147	17[2]	-	-	149	18[2]	-	-	122	18	100
- жареный	143	17[2]	-	-	145	18[2]	-	-	119/125	20	100
филе с кожей без костей											
- припущенное	174	30	-	-	144	15[3]	-	-	122	18	100
- жареное	170	30	-	-	140	15[3]	-	-	119/125	20	100
филе без кожи и костей											
- припущенное	185	34	-	-	151	19[3]	-	-	122	18	100
- жареное	180	34	-	-	147	19[3]	-	-	119/125	20	100
Судак неразделанный											
непластованный кусками											
- отварной	192	35	-	-	187	33	-	-	125	20	100
- припущенный	188	35	-	-	182	33	-	-	122	18	100
- жареный	178	35	-	-	173	33	-	-	116/122	18	100
филе с кожей и реберными костями											
- отварное	227	45	-	-	219	43	149	16[4]	125	20	100
- припущенное	222	45	-	-	214	43	145	16[4]	122	18	100
- жареное	211	45	-	-	204	43	138	16[4]	116/122	18	100
филе с кожей без костей											
- припущенное	239	49	-	-	235	48	158	23[4]	122	18	100
- жареное	227	49	-	-	223	48	151	23[4]	116/122	18	100
филе без кожи и костей											
- припущенное	254	52	-	-	249	51	169	28[4]	122	18	100
- жареное и запеченное	242	52	-	-	237	51	161	28[4]	116/122	18	100

Треска неразделанная											
непластованная кусками											
- отварная	-	-	-	-	214	43	-	-	122	18	100
- припущенная	-	-	-	-	214	43	-	-	122	18	100
- жареная	-	-	-	-	209	43	-	-	119/125	20	100
филе с кожей и реберными костями											
- отварное	-	-	-	-	254	52	139	12	122	18	100
- припущенное	-	-	-	-	254	52	139	12	122	18	100
- жареное	-	-	-	-	248	52	135	12	119/125	20	100
филе с кожей без костей											
- припущенное	-	-	-	-	265	54	140	13	122	18	100
- жареное	-	-	-	-	259	54	137	13	119/125	20	100
филе без кожи и костей											
- припущенное	-	-	-	-	290	58	144	15	122	18	100
- жареное	-	-	-	-	283	58	140	15	119/125	20	100
Треска потрошеная обезглавленная											
непластованная кусками											
- отварная	140	13	-	-	144	15	-	-	122	18	100
- припущенная	140	13	-	-	144	15	-	-	122	18	100
- жареная	137	13	-	-	140	15	-	-	119/125	20	100
филе с кожей и реберными костями											
- отварное	158	23	-	-	163	25	139	12	122	18	100
- припущенное	158	23	-	-	163	25	139	12	122	18	100
- жареное	155	23	-	-	159	25	135	12	119/125	20	100
филе с кожей без костей											
- припущенное	161	24	-	-	167	27	140	13	122	18	100
- жареное	157	24	-	-	163	27	137	13	119/125	20	100
филе без кожи и костей											
- припущенное	167	27	-	-	177	31	144	15	122	18	100
- жареное	163	27	-	-	172	31	140	15	119/125	20	100
Хек тихоокеанский потрошеный обезглавленный											
непластованный кусками											
- отварной и припущенный	-	-	142	14	-	-	-	-	122	18	100
- жареный	-	-	138	14	-	-	-	-	119/125	20	100
филе с кожей и реберными костями											
- отварное и припущенное	-	-	161	24	-	-	-	-	122	18	100
- жареное	-	-	157	24	-	-	-	-	119/125	20	100
филе с кожей без костей											
- припущенное	-	-	165	26	-	-	-	-	122	18	100
- жареное	-	-	161	26	-	-	-	-	119/125	20	100

филе без кожи и костей											
- припущенное	-	-	172	29	-	-	-	-	122	18	100
- жареное	-	-	168	29	-	-	-	-	119/125	20	100
Хек тихоокеанский неразделанный											
неразделанный кусками											
- отварной и припущенный	-	-	207	41	-	-	-	-	122	18	100
- жареный	-	-	202	41	-	-	-	-	119/125	20	100
филе с кожей и реберными костями											
- отварное и припущенное	-	-	244	50	-	-	-	-	122	18	100
- жареное	-	-	238	50	-	-	-	-	119/125	20	100
филе с кожей без костей											
- припущенное	-	-	254	52	-	-	-	-	122	18	100
- жареное	-	-	248	52	-	-	-	-	119/125	20	100
филе без кожи и костей											
- припущенное	-	-	277	56	-	-	-	-	122	18	100
- жареное	-	-	270	56	-	-	-	-	119/125	20	100

[1] – здесь и далее числитель – масса сырья нетто, знаменатель масса полуфабриката

[2] – при разделке с плечевой костью нормы отходов и потерь уменьшаются на 7%

[3] – при поступлении полуфабриката с плечевой костью нормы отходов и потерь увеличиваются на 7%

[4] – при поступлении полуфабриката с плечевой костью нормы отходов и потерь увеличиваются на 5%

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 332

Наименование блюда: **Рыба (филе) отварная**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Треска *	167	122						
или окунь морской *	172	122						
или минтай *	164	122						
Лук репчатый	3,3	2,9						
Морковь	4,3	2,9						
Масса отварной рыбы	-	100						
ИТОГО: по треске			17,8	17,8	0,7	0,0	0,4	79

* Нормы закладки даны на треску мелкую, окунь морской, минтай потрошеные обезглавленные.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,6	0,01	1,1	23	182	24	0,4

Выход: 100

Технология приготовления: Рыбу, разделанную на филе с кожей без реберных костей, нарезают порционными кусками под углом 90°. Чтобы при варке куски рыбы не деформировались, на поверхности кожи каждого куска делают два-три надреза. Затем их укладывают в один ряд в посуду кожей вверх, заливают горячей водой, уровень которой должен быть на 1 см выше поверхности рыбы, добавляют дольки репчатого лука, моркови, йодированную соль, за 5 минут до готовности лавровый лист. Когда жидкость закипит, удаляют пену и варят рыбу до готовности при слабом кипении в течение 5–7 мин., считая с момента закипания воды. Хранят отварную рыбу в горячем бульоне не более 30–40 минут, при температуре 65–70 °С.

При отпуске рыбу гарнируют и поливают сливочным маслом или соусом.

Гарниры: картофель отварной, картофельное пюре.

Соусы: сметанный, томатный, польский, приготовленные на рыбном бульоне.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Один кусок на порцию. Рыба проварена, сохранила свою форму. Цвет, вкус и запах соответствуют виду рыбы, кореньям, специям. Соусом полита рыба, гарнир уложен горкой сбоку. На картофельное пюре нанесен рисунок.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 333

Наименование блюда: **Рыба жареная**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Камбала дальневосточная	183	119						
Камбала азово-черноморская	188	120						
Камбала прочая	182	120						
или скумбрия	135	119						
Мука пшеничная	7	7						
Масло растительное	7	7						
Масса жареной рыбы	-	100						
ИТОГО: по камбале			18,2	17,5	9,5	6,3	4,6	157

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,14	0,8	0,02	4,4	49	197	37	0,8

Выход: 100

Технология приготовления: Порционные куски рыбы, нарезанные на филе с кожей и реберными костями, посыпают йодированной солью, панируют в муке, кладут на разогретый с маслом противень или сковороду, жарят с двух сторон до образования румяной корочки сначала на плите, а затем доводят до готовности в жарочном шкафу. Продолжительность жарки рыбы 15–20 мин.

Гарниры: картофель отварной, картофельное пюре.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Один кусок на порцию. Рыба прожарена, сохранила свою форму, корочка золотистого цвета не толстая. Цвет, вкус и запах соответствуют виду рыбы. Гарнир уложен горкой сбоку. На картофельное пюре нанесен рисунок.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 334

Наименование блюда: **Кнели рыбные припущенные**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Горбуша нераздел.	146,67	80						
или горбуша потр. с гол.	120	80						
или хек нераздел.	181	80						
или хек потр. с гол.	113	80						
или треска потр. без гол.	109	80						
или минтай нераздел.	176	81						
Молоко	30	30						
Яйца	1/14 шт	2,7						
Хлеб пшеничный	9	9						
ИТОГО: по треске			13,6	13,0	1,4	0,1	5,5	89

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,4	0,02	0,8	49	168	24	0,5

Выход: 100

Технология приготовления: Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски, измельчают на мясорубке, второй раз пропускают через мясорубку вместе с замоченным в молоке и отжатым черствым пшеничным хлебом высшего сорта, добавляют подированную соль, сырые яйца, все тщательно перемешивают. Из рыбной котлетной массы формуют кнели массой 15–20 г, укладывают в сотейник, добавляют процеженный рыбный бульон или воду и припускают до готовности 20–25 минут при закрытой крышке или варят на пару. Для бульона используют пищевые отходы от обработки рыбы.
Гарниры: каши вязкие, овощные пюре, капуста тушеная.
Соусы: сметанный, молочный, томатный.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид: изделие имеет круглую форму, без трещин. Соус подлит, гарнир уложен горкой, кнели сбоку приподняты на гарнир. Консистенция однородная, рыхлая, сочная. Цвет белый с сероватым оттенком. Не допускаются посторонние привкусы, запах и привкус кислого хлеба.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 335

Наименование блюда: **Суфле рыбное**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Горбуша нераздел.	164	91						
или горбуша потр. с гол.	136	91						
или хек нераздел.	200	88						
или хек потр. с гол.	124	88						
или треска потр. без гол.	120	88						
или минтай нераздел.	194	90						
Масса отварной рыбы	-	72						
Молоко	35	35						
Мука пшеничная	4	4						
Масло сливочное	4	4						
Соус молочный	-	35						
Яйца	1/2 шт	20						
Масса полуфабриката	-	115						
Масло слив. на смазку	2	2						
ИТОГО: по треске			16,0	15,6	4,8	0,0	2,6	118

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	0,4	0,06	1,0	57	203	26	0,7

Выход: 100

Технология приготовления: Подготовленное филе рыбное без костей и кожи дважды измельчают на мясорубке. В полученную массу добавляют густой молочный соус и желтки яиц, затем вводят взбитые яичные белки. Полученную массу раскладывают в смазанную маслом емкость и запекают 15–20 мин при температуре 220 °С.
Гарниры: каши вязкие, овощные пюре, капуста тушеная.
При отпуске суфле поливают прокипяченным маслом сливочным или соусом.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Суфле хорошо сохраняет форму. Консистенция однородная, нежная, цвет - светло-серый. Вкус в меру соленый, запах рыбы, молока и яиц.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 336

Наименование блюда: **Рыба, припущенная в молоке**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Треска *	124	90						
или минтай *	124	90						
Лук репчатый	23	20						
Молоко	32	32						
Масло растительное	7	7						
Масса припущенной рыбы	-	74						
Масса рыбы с луком и молоком	-	100						
ИТОГО: по треске			13,4	13,2	7,2	6,0	3,1	129

* Нормы закладки даны на треску, минтай потрошеные обезглавленные.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	1,2	0,02	3,9	46	145	22	0,5

Выход: 100

Технология приготовления: Рыбу разделывают на филе с кожей без костей, нарезают на порционные куски массой 85 г под углом 30°, укладывают в смазанный маслом сотейник кожей вниз на бланшированный репчатый лук, заливают горячим молоком, так, чтобы жидкость покрыла рыбу на 1/3 часть высоты, добавляют соль, закрывают крышкой и припускают при слабом кипении 20–25 мин.
Отпускают с гарниром. Кусок рыбы укладывают сбоку на гарнир, поливают рыбу молоком, в котором она припускалась.
Гарниры: картофельное пюре, картофель отварной (крупный кубик).
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Рыба подана одним куском с кожей без костей, проварена, сохранила форму. Цвет, вкус и запах соответствуют виду рыбы, молока, лука. Гарнир уложен аккуратно, рыба полита молоком с луком.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 337

Наименование блюда: **Рыба, запеченная в омлете**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Треска *	122	88						
или минтай *	120	88						
Мука пшеничная	5	5						
Масло растительное	7	7						
Масса жареной рыбы	-	74						
Яйца	0,65 шт.	26						
Молоко	10	10						
Мука пшеничная	2,6	2,6						
Масса омлета	-	34						
Масса полуфабриката	-	105						
ИТОГО: по треске			15,9	15,4	7,8	4,8	3,2	147

* Нормы расхода даны на треску, минтай потрошеные обезглавленные.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,09	0,5	0,06	4,1	40	203	25	1,0

Выход: 100

Технология приготовления: Рыбу разделывают на филе с кожей без костей, нарезают по 1 куску на порцию под углом 30° или 40°, панируют в муке с солью, жарят основным способом. Жареную рыбу укладывают на противень, разогретый с маслом, пересыпают пассерованным луком и заливают смесью яиц и молока с подсушенной мукой, запекают при температуре 250 °С 10–15 мин. Можно приготовить без репчатого лука, соответственно уменьшив выход.
Отпускают с гарниром, можно посыпать мелко нарезанной зеленью (2–3 г нетто на порцию).
Гарниры: картофель отварной, картофельное пюре.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: На поверхности изделия не грубая, золотистая корочка, на разрезе рыба белого цвета, яичная смесь - желтого. Рыба мягкая сочная. Вкус, свойственный входящим в рецептуру продуктам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 338

Наименование блюда: **Рыба, запеченная в сметанном соусе**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Треска *	120	88						
или минтай	118	88						
Мука пшеничная	4,7	4,7						
Масло растительное	7,5	7,5						
Масса готовой рыбы	-	70						
Гарнир:								
Пюре картофельное	-	130						
или картофель отварной	-	130						
или макароны отварные	-	130						
Масло сливочное	5	5						
Соус сметанный	50	50						
Сыр	5,8	5,8						
Масса полуфабриката	-	255						
ИТОГО: по треске и картофельному пюре			18,4	15,5	15,5	10,1	18,7	288

* Нормы закладки даны на треску, минтай потрошеные обезглавленные.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,17	2,2	0,05	4,5	124	300	50	1,7

Выход: 215

Технология приготовления: Рыбу разделывают на филе с кожей без костей на порционные куски массой 88 г под углом 45°. Рыбу панируют в муке, обжаривают с двух сторон до слабой золотистой корочки. На сковороду наливают немного соуса сметанного (1/5 часть), укладывают куски рыбы, на них из кондитерского мешка выпускают картофельное пюре, или укладывают кружочки отварного картофеля, или отварные макаронные изделия, заливают сметанным соусом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают растопленным маслом и запекают при температуре 250 °С 25–30 мин.
Рыбу отпускают с гарниром и соусом.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: На поверхности блюда легко подрумяненная корочка, соус загустел, но не высох. Блюдо сочное, рыба и гарнир - не подгоревшие, не присохшие к посуде.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 339

Наименование блюда: **Рыба, запеченная под молочным соусом с гарниром**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Треска *	117	85						
или минтай *	115	87						
Масса припущенной рыбы	-	70						
Гарнир:								
Пюре картофельное	-	130						
или макаронные изделия	-	130						
или картофель отварной	-	130						
Масло сливочное	6,5	6,5						
Соус молочный для запекания	50	50						
Масса полуфабриката	-	256						
ИТОГО: по треске и картофельному пюре			16,7	13,8	11,9	0,9	17,5	158

* Нормы закладки даны на треску и минтай потрошеные обезглавленные.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,17	2,2	0,15	1,1	73	231	48	1,4

Выход: 230

Технология приготовления: Рыбу разделывают на филе с кожей без костей, нарезают по одному куску на порцию под углом в 30°, укладывают на смазанное дно сотейника кожей вниз, добавляют йодированную соль, подливают (1/3 высоты) немного горячего рыбного бульона, плотно закрывают крышкой, доводят до кипения и припускают при слабом кипении 15 минут. На сковороду наливают 1/5 часть соуса, укладывают припущенную рыбу. На рыбу – кружочки отварного картофеля или отварные макаронные изделия, заливают соусом, сбрызгивают маслом и запекают при температуре 250 °С в течение 15 мин.
Если в качестве гарнира используется картофельное пюре, то его выпускают вокруг припущенного куска из кондитерского мешочка или выкладывают на противень ровным слоем, делают углубления, в них кладут припущенную рыбу и заливают молочным соусом средней густоты, сбрызгивают маслом и запекают.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: На поверхности – легкая корочка, соус загустел, но не высох. Блюдо сочное, рыба и гарнир – не подгоревшие, не присохшие к посуде. Не допускаются посторонние привкусы и запахи

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 340

Наименование блюда: **Рыба, запеченная с картофелем по-русски**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Треска *	98	85						
или минтай *	97	85						
Масса готовой рыбы	-	70						
Картофель	161	117 **						
Масло сливочное	6,5	6,5						
Соус белый на рыбном бульоне	80	80						
Сухари	3	3						
ИТОГО: по треске			16,0	13,2	8,9	0,5	22,7	235

* Нормы закладки даны на треску и минтай потрошеные обезглавленные.

** Масса отварного очищенного картофеля.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,17	8,8	0,05	1,0	44	376	50	1,6

Выход: 240

Технология приготовления: Порционные куски сырой рыбы, нарезанные под углом в 30° из филе с кожей без костей, посыпают йодированной солью, кладут кожей вниз в смазанную маслом (2 г от нормы) сковороду, сверху кладут ломтики отварного картофеля, заливают белым (на рыбном бульоне из пищевых отходов рыбы или воде) соусом, поливают сливочным маслом, посыпают сухарями и запекают в жарочном шкафу при температуре 240–250 °С в течение 30–40 мин.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: На поверхности изделия - слегка подрумяненная корочка, соус загустел, но не высох. Блюдо сочное, рыба и гарнир - белого цвета, не пригоревшие, не присохшие к посуде. Вкус и запах соответствуют виду рыбы. Не допустимы посторонние запахи и привкусы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 341

Наименование блюда: **Рыба, запеченная с яйцом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Треска *	119	87						
или минтай *	118	87						
Мука пшеничная	5	5						
Масло растительное	5	5						
Масса жареной рыбы	-	74						
Мука пшеничная	3,2	3,2						
Яйца	1/4 шт.	10						
Лук репчатый	10,5	8,8						
Масло растительное	5	5						
Масса пассерованного лука	-	42						
Масса полуфабриката	-	126						
ИТОГО: по треске			14,4	13,3	9,1	8,1	9,1	175

* Нормы закладки даны на треску, минтай потрошеные обезглавленные.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,09	19,6	0,02	5,5	34	185	26	1,0

Выход: 100

Технология приготовления: Рыбу разделывают на филе с кожей без костей, нарезают по 1 куску на порцию под углом 30° или 40°, панируют в муке с йодированной солью, жарят основным способом. Лук мелко нарезают, бланшируют, пассеруют на растительном масле. Жареную рыбу укладывают на противень, разогретый с маслом, пересыпают пассерованным луком и заливают смесью яиц с подсушенной мукой, запекают при температуре 250 °С 10–15 мин. Можно приготовить без репчатого лука, соответственно уменьшив выход.
Отпускают с гарниром, сверху можно посыпать мелко нарезанной зеленью (2–3 г нетто на порцию).
Гарниры: картофель отварной, картофельное пюре.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: На поверхности изделия не грубая, золотистая корочка, на разрезе рыба белого цвета, яичная смесь - желтого. Рыба мягкая сочная. Вкус, свойственный входящим в рецептуру продуктам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 342

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

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Треска *	167	121						
или минтай *	164	121						
Лук репчатый	24	20						
Морковь	46	34						
Растительное масло	9	9						
Соус сметанный	57	57						
Масса тушеной рыбы	-	100						
Масса готовой рыбы с овощами и соусом	-	200						
ИТОГО: по треске			19,4	18,7	10,4	8,1	5,8	194

* Нормы закладки даны на треску, минтай потрошеные обезглавленные.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,13	3,2	0,03	5,3	63	289	49	1,0

Выход: 200

Технология приготовления: Рыбу разделывают на филе с кожей без костей, нарезают порционными кусками под углом 90° весом 121 г, укладывают в лоток или противень, смазанный растительным маслом, на слой шинкованных овощей, добавляют горячий рыбный бульон 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.
Отпускают с гарниром или без гарнира, сверху можно посыпать мелко нарезанной зеленью (2–3 г нетто на порцию).
Гарниры: отварной картофель, картофельное пюре, отварные макаронные изделия, рассыпчатые каши.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Рыба проварена, на разрезе - цвет белый, один кусок на порцию, полит соусом. Вкус и запах соответствуют виду рыбы и входящим в рецептуру блюда продуктам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 343

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

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Треска *	112	85						
или минтай *	113	87						
Вода или бульон	25	25						
Морковь	32	25						
Петрушка (корень)	5	4						
Лук репчатый	17	14						
Томат-пюре	9	9						
Масло растительное	7,5	7,5						
Сахар	2,5	2,5						
Масса тушеной рыбы	-	70						
Масса готовой рыбы с тушеными овощами и соусом	-	140						
ИТОГО: по треске			13,3	12,2	7,2	6,7	6,3	143

* Нормы даны на треску, минтай потрошеные обезглавленные.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,09	4,7	0,01	4,2	35	203	39	0,8

Выход: 140

Технология приготовления: Рыбу разделывают 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 нарезаны соломкой. Заливают водой или бульоном, сваренным из рыбных отходов, доводят до кипения, добавляют пассерованные томат-пюре, сахар, йодированную соль, закрывают крышкой и тушат до готовности – 45–50 мин. За 5 мин до готовности вводят специи.
Рыбу отпускают с гарниром и соусом, в котором рыба тушилась.
Гарниры: картофель отварной (крупный кубик), пюре картофельное, рассыпчатые каши.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Рыба хорошо очищена, куски целые, сохранившие форму, консистенция мягкая. Рыба залита соусом с овощами. Цвет рыбы на поверхности светло-оранжевый, на разрезе - белый. Аромат, свойственный виду рыбы, овощей, томата-пюре.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 344

Наименование блюда: **Зразы рыбные рубленые**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Треска *	96	60						
или минтай *	99	60						
Хлеб пшеничный	16	16						
Молоко или вода	17	17						
Яйца	1/10 шт.	4						
Масса рыбной котлетной массы	-	94						
Фарш:								
Морковь	13	10						
Зелень	2	1,3						
Масло сливочное	2	2						
Лук репчатый	24	20						
Масло сливочное	3	3						
Масса фарша	-	20						
Масса полуфабриката	-	114						
ИТОГО: по треске и молоку			11,4	9,8	3,4	6,6	10,6	119

* Нормы расхода даны на треску, минтай потрошеные обезглавленные.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	0,9	0,03	0,9	26	169	23	0,6

Выход: 100

Технология приготовления: Рыбу разделывают на филе без кожи и костей. Измельчают на мясорубке. Рыбную котлетную массу хорошо перемешивают, взбивают и дозируют, формуют изделия в виде лепешек толщиной 10 мм. На середину кладут фарш, края лепешек соединяют. Сформованные зразы варят на пару 20–25 минут. Фарш: морковь нарезают мелким кубиком или соломкой и припускают с добавлением масла до готовности. Лук пассеруют на сливочном масле с добавлением овощного отвара и смешивают с зеленью и морковью.
Отпускают зразы с гарниром, сливочным маслом или соусом, которые подливают к зразам.
Гарниры: каши вязкие, картофель в молоке, овощи, припущенные с маслом, пюре овощные.
Соусы: томатный, молочный с морковью.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид - зразы в форме кирпичика с закругленными боками, гарнир уложен горкой, зразы сбоку, соуса на зразах нет (подливают рядом). Цвет изделия светло-серый, на разрезе - фарш в центре, хорошо видна нарезка овощей фарша. Котлетная масса рыхлая, сочная, мягкая, овощи мягкие. Вкус и аромат, свойственные входящим в состав продуктам, соль в норме. Не допускаются трещины на поверхности.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 345

Наименование блюда: **Котлеты или биточки рыбные**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Треска *	127	80						
или минтай *	131	80						
или скумбрия *	144	80						
Хлеб пшеничный	19	19						
Молоко или вода	14	14						
Яйца	0,15 шт.	6						
Масса полуфабриката	-	119						
Масло сливочное	2	2						
Масса готовых котлет	-	100						
ИТОГО: по треске			13,9	12,6	2,1	0,1	9,6	113

* Нормы расхода даны на треску, минтай потрошеные обезглавленные, скумбрию неразделанную.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	0,4	0,02	1,0	35	160	23	0,6

Выход: 100

Технология приготовления: Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски, измельчают на мясорубке, второй раз пропускают через мясорубку вместе с замоченным в воде и отжатым черствым пшеничным хлебом высшего сорта, добавляют йодированную соль, сливочное масло, сырые яйца, оставшуюся воду, все тщательно перемешивают, выбивают. Из рыбной котлетной массы формуют котлеты. Изделия укладывают в сотейник, смазанный маслом, в один ряд, добавляют процеженный рыбный бульон или воду и припускают до готовности 20–25 минут при закрытой крышке или варят на пару. Для бульона используют пищевые отходы от обработки рыбы.
Гарниры: каши вязкие, овощные пюре, капуста тушеная.
Соусы: сметанный, молочный, томатный.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид - изделие имеет круглую или яйцевидную приплюснутую форму, заостренную с одной стороны, без трещин. Соус подлит, гарнир уложен горкой, котлета сбоку приподнята на гарнир (маслом поливают котлету). Консистенция однородная, рыхлая, сочная. Цвет белый с сероватым оттенком. Не допускаются посторонние привкусы, запах и привкус кислого хлеба.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 346

Наименование блюда: **Котлеты рыбные любительские**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Треска *	107	67						
или минтай *	110	67						
или скумбрия *	121	67						
Морковь	26	20 **						
Хлеб пшеничный	8	8						
Лук репчатый	10	8						
Яйца	1/3 шт	13						
Молоко	10	10						
Масса полуфабриката	-	120						
Масло сливочное	3	3						
Масса готовых котлет	-	100						
ИТОГО: по треске			12,2	11,3	3,6	0,1	6,2	106

* Нормы расхода даны на треску, минтай потрошеные обезглавленные, скумбрию неразделанную.

** Масса вареной моркови.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0.07	1.0	0,05	1.0	37	152	26	0,8

Выход: 100

Технология приготовления: Филе без кожи и костей нарезают кусками и дважды пропускают через мясорубку, второй раз пропускают вместе с белым черствым хлебом, замоченным в молоке, вареной морковью и бланшированным репчатым луком. В массу добавляют сырое яйцо, йодированную соль, все хорошо перемешивают и формуют котлеты. Изделия кладут в сотейник, смазанный сливочным или растительным маслом, в один ряд, добавляют немного горячего рыбного бульона и припускают при слабом кипении и закрытой крышке 25 мин. Рыбный бульон готовят из пищевых отходов рыбы (кожа, позвоночник и реберные кости).

Отпускают с гарниром и соусом.

Гарниры: картофельное пюре.

Соусы: молочный, молочный с морковью.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид - изделие имеет круглую или яйцевидную приплюснутую форму, заостренную с одной стороны, без трещин. Соус подлит, гарнир уложен горкой, котлета сбоку приподнята на гарнир (маслом поливают котлету). Консистенция однородная, рыхлая, сочная. Цвет белый с сероватым оттенком. Не допускаются посторонние привкусы, запах и привкус кислого хлеба.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 347

Наименование блюда: **Фрикадельки рыбные**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Минтай *	109	80						
или треска *	106	80						
Хлеб пшеничный	14	14						
Молоко или вода	20	20						
Яйца	1/4 шт.	10						
Масса полуфабриката	-	117						
Масса готовых фрикаделек	-	100						
ИТОГО: по треске			14,7	13,7	2,1	0.1	7,6	108

* Нормы даны на треску, минтай потрошеные обезглавленные.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0.08	0,3	0,03	0.5	50	169	27	0.8

Выход: 100

Технология приготовления: Филе без кожи и костей нарезают на куски, измельчают на мясорубке, второй раз пропускают на мясорубке вместе с бланшированным репчатым луком и замоченным в воде или молоке пшеничным хлебом, добавляют яйца, йодированную соль, хорошо вымешивают, массу выбивают и разделывают на шарики массой по 19–21 г, по 5 штук на порцию. Шарики опускают в кипящий рыбный бульон и варят 10–15 мин, не допуская сильного кипения. В котлетную массу из нежирной рыбы для увеличения рыхлости можно положить пропущенную через мясорубку охлажденную вареную рыбу в количестве 25–30% к массе мякоти сырой рыбы. При приготовлении котлетной массы из рыбы, имеющей недостаточное количество клейдающих веществ, можно добавить яйца из расчета 1/10 (4 г) на порцию.

Гарниры: овощные пюре, овощи отварные или припущенные, макаронные изделия, каши вязкие.

Соусы: белый или томатный, приготовленные на рыбном бульоне.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Изделия должны сохранить свою форму, без трещин, масса хорошо взбита, однородная. Цвет на разрезе белый с сероватым оттенком. Фрикадельки мягкие, сочные, рыхлые. Не допустимы посторонние привкусы и запахи.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 348

Наименование блюда: **Рыбные хлебцы (паровые)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Треска *	120	83						
или минтай *	119	84						
Хлеб пшеничный	13	13						
Яйца	1/4 шт.	10						
Молоко	21	21						
Масло сливочное	4	4						
Масса полуфабриката	-	125						
Масса готового изделия	-	100						
ИТОГО: по треске			14,1	13,2	4,3	0,1	5,9	119

* Нормы закладки даны на треску и минтай потрошеные обезглавленные.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0.07	0,3	0,04	1,0	39	157	22	0,6

Выход: 100

Технология приготовления: Филе без кожи и костей нарезают кусками и два раза пропускают через мясорубку, сначала без хлеба, затем вместе с белым черствым хлебом, замоченным в молоке. В массу добавляют яичные желтки, йодированную соль, размягченное сливочное масло, все тщательно выбивают, затем осторожно добавляют взбитые в пышную пену белки. Из готовой массы формуют изделия в виде хлебцев прямоугольной формы по 125 г, стараясь сильно не разминать. Изделия выкладывают в емкость, смазанную маслом, и варят на пару или припускают в посуде при закрытой крышке, с добавлением горячего бульона в течение 30–40 мин.
Гарниры: картофельное пюре, картофель в молоке, овощи отварные, пюре из кабачков, капуста, тушенная в сметанном соусе.
Соусы: молочный, молочный с морковью, томатный, сметанный, паровой.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Изделия без трещин и пустот, на разрезе цвет белый с сероватым оттенком. Консистенция - хлебец мягкий, рыхлый, сочный. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 349

Наименование блюда: **Тефтели рыбные**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Минтай *	63	45						
Хлеб пшеничный	9,3	9,3						
Вода	14	14						
Лук репчатый	11	9,3						
Яйца	1/10 шт.	4						
Мука пшеничная	5,6	5,6						
Масса полуфабриката	-	83						
Масло растительное	5	5						
Соус белый	-	30						
Масса тушеных тефтелей с соусом	-	100						
ИТОГО:			8.7	7,3	5,3	4,1	9,6	121

* Нормы даны на минтай потрошеный обезглавленный.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0.07	0,7	0,01	2,6	29	125	25	0,7

Выход: с соусом 100

Технология приготовления: Филе без кожи и костей нарезают на куски, измельчают на мясорубке первый раз без хлеба, второй раз вместе с бланшированным репчатым луком и замоченным в воде или молоке пшеничным хлебом, добавляют яйца. Массу хорошо вымешивают, выбивают и формуют шарики по 3–4 штуки на порцию, панируют в муке, слегка обжаривают на масле, заливают соусом, добавляя воду (10% от массы соуса) и тушат 10–15 минут. Для приготовления «ежиков» вместо хлеба в массу можно добавлять рис припущенный охлажденный (5 г на 100 г выхода).
При отпуске тефтели поливают соусом, в котором они тушились.
Гарниры: овощные пюре, овощи отварные или припущенные, отварные макароны.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Изделия хорошо сохранили форму, без трещин. Цвет на разрезе белый с сероватым оттенком. Консистенция - изделия рыхлые, мягкие, сочные. Не допускается излишнее количество муки, посторонние запахи и привкусы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 350

Наименование блюда: **Рулет из рыбы**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Треска*	79	60						
или судак	130	60						
или окунь морской	86	60						
или минтай	80	60						
Хлеб пшеничный	18	18						
Молоко	24	24						
Масса рыбная котлетная	-	100						
Фарш:								
Лук репчатый	24	20						
Масло сливочное	3	3						
Яйца	1/2 шт	20						
Масса фарша	-	30						
Сухари пшеничные	3	3						
Масса полуфабриката	-	130						
Масло растительное	3	3						
Масса готового рулета	-	100						
ИТОГО: по треске			13,5	11,7	7,2	2,5	10,0	159

* Нормы закладки даны на треску, окуня морского потрошеных обезглавленных.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	1,4	0,07	2,3	56	189	26	1,0

Выход: 100

Технология приготовления: Подготовленную котлетную массу раскладывают на мокрую полотняную салфетку ровным слоем, толщиной 1,5–2 см, на середину вдоль края кладут фарш. Соединяют края массы так, чтобы один край котлетной массы слегка находил на другой, сформированный рулет перекладывают на смазанный жиром противень, швом вниз. Поверхность рулета выравнивают, смазывают яйцом, посыпают сухарями, сбрызгивают маслом, прокалывают вилкой в нескольких местах и запекают в жарочном шкафу при температуре 250–270 °С в течение 20–30 мин. Приготовление фарша: лук репчатый шинкуют и пассеруют, затем вареные яйца нарезают, соединяют с пассерованным луком, добавляют соль и перемешивают. При отпуске рулет нарезают на порции (по 1–2 куска), гарнируют. Соус подливают к рулету.
Соусы: сметанный, сметанный с луком.
Гарниры: картофель отварной, картофель жареный (из отварного), картофель жареный (из сырого).
Температура подачи: 60–65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид: поверхность рулета без трещин, порционные куски политы соусом. Консистенция сочная, рыхлая. Цвет корочки – золотистый, на разрезе – светло-серый с вкраплениями яйца, лука пассерованного. Вкус жареной рыбной котлетной массы, умеренно соленый. Запах приятный, рыбы и соуса.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 351

Наименование блюда: **Сельдь по-деревенски**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Сельдь	104	50						
Маринад	50	50						
ИТОГО:			9,6	9,6	10,2	0,0	4,3	147

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	0,1	0,04	2,6	50	151	22	1,0

Выход: 100

Технология приготовления: Сельдь вымачивают, разделывают на филе (мякоть), нарезают тонкими кусочками (5–6 кусочков на порцию). Заливают горячим маринадом и охлаждают.
Для бульона: обработанные головы, кости, плавники рыб заливают холодной водой и быстро доводят до кипения, снимают пену и жир, добавляют овощи, уменьшают нагрев и варят 50–60 мин при медленном кипении. Готовый бульон процеживают.
Для маринада: морковь и репчатый лук нарезают соломкой, пассеруют на растительном масле. Затем заливают бульоном и кипятят 15–20 мин, в конце варки добавляют соль, сахар.
Отпускают с гарниром.
Гарниры: картофельное пюре.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция сельди мягкая, но не разваливающаяся. Цвет соответствует натуральным продуктам. Запах без посторонних привкусов и запахов. Не допускается «загар» и запах окислившегося жира в сельди. Содержание соли в сельди не выше 4%.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 352

Наименование блюда: **Сельдь с картофелем и маслом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Сельдь	208	100						
Картофель	216	160						
Масса вареного картофеля	-	150						
Масло растительное	20	20						
ИТОГО:			20,7	17,7	27,8	20,4	20,0	413

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,17	22,3	0,05	9,7	82	334	64	2,2

Выход: 270

Технология приготовления: Филе сельди (мякоть) нарезают тонкими кусочками. Картофель к сельди подают горячим, политым растительным маслом или с кусочком сливочного масла
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Картофель аккуратно нарезан, не деформирован. Консистенция картофеля и сельди мягкая, но не разваливающаяся. Цвет соответствует натуральным продуктам. Запах без посторонних привкусов и запахов. Не допускается «загар» и запах окислившегося жира в сельди. Содержание соли в сельди не выше 4% . Сельдь и картофель политы маслом.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 353

Наименование блюда: **Сельдь с луком**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Сельдь	104	50						
Лук репчатый	48	40						
или лук зеленый	50	40						
Заправка для салатов	-	20						
ИТОГО: по репчатому луку			9,6	9,0	20,3	16,0	3,8	236

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	3,1	0,02	0,5	48	161	23	0,9

Выход: 100

Технология приготовления: Филе сельди (мякоть) нарезают тонкими кусочками, сверху посыпают репчатым луком, нарезанным тонкими кольцами или шинкованным зеленым луком. Блюдо поливают заправкой для салатов. К блюду можно отпускать отварной картофель (30–50 г).
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция сельди мягкая, но не разваливающаяся. Цвет соответствует натуральным продуктам. Запах без посторонних привкусов и запахов. Не допускается «загар» и запах окислившегося жира в сельди. Содержание соли в сельди не выше 4%.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 354

Наименование блюда: **Сельдь с яблоками**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Сельдь	70	35						
Лук репчатый	16	13						
Яблоки	25	17						
Соус томатный	33	33						
Петрушка	5	4						
ИТОГО:			7,0	6,6	4,0	0,1	4,5	82

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	5,0	0,02	0,9	38	122	18	0,9

Выход: 100

Технология приготовления: Филе сельди (мякоть) нарезают тонкими кусочками, гарнируют репчатым луком, нарезанным кольцами и нарезанными яблоками, очищенными от кожицы и с удаленными семенными гнездами.
При отпуске сельдь и гарнир поливают томатным соусом, украшают зеленью петрушки.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция, цвет, вкус и запах соответствуют натуральным продуктам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 355

Наименование блюда: **Килька с луком и маслом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Килька *	78	60						
Лук репчатый	43	37						
или зеленый	45	37						
Масло растительное	5	5						
Лимонная кислота	0,15	0,15						
ИТОГО: по репчатому луку			9,9	9,4	10,0	5,1	3,0	142

* Без головы и внутренностей.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	3,3	0,02	2,5	54	186	31	1,1

Выход: 100

Технология приготовления: Кильку раскладывают на порции и посыпают нарезанным кольцами репчатым луком или шинкованным зеленым луком. Отпуская, поливают лимонной кислотой и растительным маслом.
Гарниры: картофель отварной, картофельное пюре.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству:
Консистенция кильки мягкая, но не разваливающаяся. Цвет соответствует натуральным продуктам. Не допускается «загар» и запах окислившегося жира. Содержание соли в кильке не выше 4%.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 356

Наименование блюда: **Килька с яйцом и луком**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Килька *	95	53						
Яйца	1/2 шт	20						
Лук репчатый	20	20						
или лук зеленый	20	20						
Масло растительное	5	5						
ИТОГО: по репчатому луку			11,1	10,4	11,7	5,0	1,8	157

* Без головы и внутренностей.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	1,8	0,07	2,6	55	196	28	1,4

Выход: 100

Технология приготовления: Кильку порционируют, рядом кладут кружочки яйца, посыпают шинкованным луком и поливают маслом или заправкой салатной. Блюдо можно отпускать и без яйца, соответственно уменьшив выход блюда.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид - рыба целая, не разваливающаяся. Не допускается «загар» и запах окислившегося жира. Яйцо без запаха сероводорода. Цвет соответствует натуральным продуктам.

11. Блюда из мяса и мясопродуктов

Из мяса и мясных продуктов приготавливают разнообразный ассортимент отварных, припущенных, тушеных и запеченных вторых блюд.

В отварном виде приготавливают говядину (мякоть грудинки, лопаточная и подлопаточная части, покромка от туш I категории, можно использовать боковой и наружный куски тазобедренной части), телятину (грудинка и мякоть лопаточной части каждого вида мяса). Кроме того, для варки используют субпродукты (языки, печень), а также колбасные изделия (сосиски, колбаса).

Все виды мяса, предназначенные для варки, нарезают кусками массой не более 2 кг. У телячьей грудинки с внутренней стороны вдоль ребер подрезают пленки для облегчения удаления костей после варки. Мякоть лопаточной части и покромку свертывают рулетом и перевязывают.

Подготовленное мясо закладывают в горячую воду (на 1 кг мяса 1–1,5 л воды) и варят при слабом кипении. Куски мяса должны быть полностью покрыты водой. Для улучшения вкуса и аромата вареного мяса в бульон при варке добавляют коренья и репчатый лук. Соль и специи кладут в бульон за 15–20 мин до готовности мяса, лавровый лист - за 5 мин. Готовность мяса определяют поварской иглой. В сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

После варки из телячьей грудинки немедленно удаляют реберные кости. Готовое мясо нарезают поперек волокон по 1–2 куска на порцию, заливают небольшим количеством бульона, доводят до кипения и хранят до отпуска в этом же бульоне при температуре 50–60 °С в закрытой посуде.

Отварные мясные продукты отпускают с различными соусами, для приготовления которых используют бульон, полученный при их варке.

На гарнир к отварным мясопродуктам рекомендуется подавать отварные или припущенные овощи, картофельное пюре, тушеную капусту, а также припущенный рис и другие рассыпчатые каши.

В тушеном виде приготавливают говядину (верхний, внутренний, боковой и наружный куски тазобедренной части, мякоть лопаточной части, покромку от туш I категории и подлопаточную часть), а также некоторые субпродукты. Мясо тушат крупными (массой до 2 кг), порционными и мелкими кусками.

Иногда в процессе тушения мяса кладут пассерованное томатное пюре.

Тушат мясо при слабом кипении под крышкой. Бурное кипение вызывает потерю аромата и сильное выкипание. Крупные куски мяса в процессе тушения несколько раз переворачивают.

Бульон, полученный при тушении мяса, используют для приготовления соуса. Его процеживают, соединяют с пассерованной без жира мукой, кипятят 25–30 мин, протирают в него разварившиеся при тушении овощи и доводят до кипения. Если для тушения мяса используют готовый соус, в него добавляют жидкость в размере 15–20% с учетом выкипания.

Гарниры тушат вместе с мясом или приготавливают отдельно.

Для этого нарезанный картофель и другие овощи предварительно обжаривают. Если гарнир тушат вместе с мясом, блюдо получается более ароматным и сочным.

Тушеное мясо отпускают с гарниром и соусом, в котором производилось тушение. Если гарнир приготовлен отдельно, его укладывают рядом, а мясо поливают соусом. При отпуске блюдо посыпают зеленью петрушки или укропа.

Из рубленого мяса, получаемого путем измельчения говядины, телятины на мясорубке, приготавливают натуральные рубленые изделия без добавления хлеба (бифштексы, шницели, котлеты и др.) и с добавлением хлеба (котлеты, биточки, зразы, тефтели и др.).

Все куски мякоти должны быть зачищены от сухожилий и грубой соединительной ткани. Такое мясо называется котлетным. Для улучшения вкуса и сочности готовых изделий в состав нежирного котлетного мяса включают жир-сырец (5–10%). В котлетном мясе из говядины и телятины содержание как жировой, так и соединительной ткани не должно превышать 10%.

Для приготовления натуральных рубленых изделий нарезанное на куски котлетное мясо соединяют с жиром-сырцом, измельчают на мясорубке, добавляют воду (или молоко), соль, перец, перемешивают, после чего формуют полуфабрикаты.

Для приготовления изделий с добавлением хлеба измельченное на мясорубке мясо соединяют с черствым пшеничным хлебом 1-го или высшего сорта, предварительно замоченным в молоке или воде, добавляют соль (иногда репчатый лук) и перемешивают. После повторного пропускания через мясорубку котлетную массу еще раз перемешивают.

В процессе приготовления рубленых полуфабрикатов необходимо принимать меры, снижающие бактериальную обсемененность сырья и готовых полуфабрикатов (котлетное мясо промывают холодной проточной водой; измельченное мясо и котлетную массу охлаждают, добавляя холодную воду или пищевой лед).

Сформованные полуфабрикаты сразу направляют в тепловую обработку или помещают в холодильник для охлаждения до +6 °С.

На гарнир отпускают картофель отварной, картофельное пюре, овощи отварные или тушеные, макаронные изделия отварные, каши рассыпчатые и др.

Мясо и мясные продукты запекают с картофелем, овощами, кашами и другими гарнирами вместе с соусом или без него. Мясо и мясные продукты для приготовления запеченных блюд предварительно варят, припускают. Подготовленные полуфабрикаты запекают на порционных сковородах или противнях в жарочном шкафу при температуре 220–280 °С.

Все компоненты блюд в процессе запекания должны быть прогреты до температуры не ниже 80 °С. Для этого полуфабрикаты, подготовленные для запекания в сковородах на 1–5 порций, помещают в жарочный шкаф, разогретый до температуры 250–280 °С на 10–30 мин. Полуфабрикаты, подготовленные для запекания в противнях, запекают при более низкой температуре (220–250 °С), но более продолжительное время (около часа).

Внешним признаком готовности запеченных блюд является образование поджаристой корочки, чему способствует наличие на их поверхности сметаны, тертого сыра, сухарей и пр. Готовность запеченных блюд в производственных условиях определяется органолептически.

Длительное хранение готовых запеченных блюд не рекомендуется, так как их внешний вид и вкусовые качества быстро ухудшаются.

Для приготовления вторых горячих блюд используют мясные консервы («Мясо тушеное», «Говядина отварная» и др.).

Перед использованием банки обмывают теплой водой, открывают, слегка подогревают, выкладывают содержимое банки в другую посуду и прогревают до кипения. Разогретые консервы отпускают вместе с бульоном и гарниром или с гарниром и соусом. В последнем случае полученные из консервов жир и бульон используются для приготовления соуса.

Норма расхода соли, специй, а также зелени на оформление блюда в рецептурах не указана. На каждое блюдо следует предусматривать соли - 4 г, зелени (лук, петрушка, укроп) - 4 г нетто, а кроме того, по мере надобности - перца - 0,05 г и лаврового листа - 0,02 г.

В рецептурах указаны соусы и гарниры, лучше всего сочетающиеся по вкусу с данным блюдом. Допускается, однако, использование соусов и гарниров, не указанных в данной рецептуре, но входящих в соответствующие разделы сборника.

Температура вторых мясных блюд в момент подачи должна составлять 60–65 °С.

Таблица 6

Расчет расхода мяса, выхода полуфабрикатов и готовых изделий

Наименование сырья, полуфабрикатов и готовых изделий	Способ тепловой обработки	Масса сырья брутто, г		Масса сырья нетто или полуфабриката, г	Потери при тепловой обработке, в % к массе сырья нетто или п/ф	Масса готового изделия, г
		I категория	II категория			
1	2	3	4	5	6	7
Говядина						
Крупные куски	варка	219	228	161	38	100
-«-	тушение	227	237	167	40	100
-«-	жаренье	209	218	154	35	100
Порционные куски	тушение	227	237	167	40	100
		170	177	125	40	75
Мелкие куски (азу, гуляш, поджарка)	тушение	216	226	159	37	100
		162	169	119	37	75
Бефстроганов	жаренье	216	226	159	37	100
		162	169	119	37	75
Бифштекс рубленый	жаренье	155	162	114/143	30	100
		109	113	80/100	30	70
Шницель натуральный рубленый	жаренье	129	135	95/137	27	100
		95	99	70/103	27	75
Изделия из котлетной массы:						
Биточки	припускание	50	52	37/57	12	50
Тефтели	жаренье и тушение	52	54	38/71	15	60
Фрикадельки в соусе	тушение	52	54	38/65	15	55
Котлеты, биточки, шницели	жаренье	50	52	37/62	19	50
		101	105	74/123	19	100
Зразы рубленые	жаренье	52	54	38/82	15	70
Рулет с макаронами	запекание	103	108	76/119	12	175
Свинина						
Крупные куски	варка	196	200	167	40	100
-«-	тушение	173	176	147	32	100
-«-	жаренье	173	176	147	32	100
Порционные куски	тушение	173	176	147	32	100
		94	96	80	32	54
Мелкие куски (гуляш)	тушение	173	176	147	32	100
		87	89	74	32	50
Поджарка	жаренье	173	176	147	32	100
Изделия из котлетной массы:						
Тефтели	жаренье и тушение	45	46	38/71	15	60
Фрикадельки в соусе	тушение	45	46	38/65	15	55
Котлеты, биточки, шницели	жаренье	43	44	37/62	19	50
		66	67	56/93	19	75
Зразы рубленые	жаренье	45	46	38/82	15	70
Телятина						
Крупные куски	варка	236		156	36	100
Бефстроганов	жаренье	120		79	37	50
Изделия из котлетной массы:						
Биточки	припускание	56		37/57	12	50
Тефтели	жаренье и тушение	58		38/71	15	60
Фрикадельки в соусе	тушение	58		38/65	15	55
Котлеты, биточки, шницели	жаренье	56		37/62	19	60
		85		56/93	19	75
Зразы рубленые	жаренье	58		38/82	15	70
Рулет с яйцами	запекание	115		76/199	12	175

Таблица 7

Расчет расхода субпродуктов, колбасных изделий и копченостей, выхода полуфабрикатов и готовых изделий

Наименование сырья и продуктов, термическое состояние, способы промышленной и кулинарной разделки	Способ тепловой обработки	Масса сырья брутто, г	Отходы и потери при холодной обработке, % к массе сырья брутто	Масса сырья нетто или полуфабриката, г	Потери при тепловой обработке, % к массе сырья нетто или п/ф	Выход готового изделия, г
1	2	3	4	5	6	7
Языки говяжьи						
- охлажденные	варка	159	-	159	27+14[1]	100
- мороженые	-«-	169	-	169	31+14[1]	100
Языки свиные						
- охлажденные	варка	160	-	160	29+12[1]	100
- мороженые	-«-	170	-	170	33+12[1]	100
Печень говяжья						
- охлажденная мелкими кусками	тушение и жаренье	149	7	139	28	100
- мороженая мелкими кусками	-«-	177	17	147	32	100
Печень говяжья						
- охлажденная порционными кусками	тушение и жаренье	143	7	133/139	28	100
- мороженая порционными кусками	-«-	170	17	141/137	32	100
Сердце охлажденное	варка и тушение	97	9	88	43	50
Сердце мороженое	варка и тушение	98	15	83	40	50
Сосиски и сардельки целиком	варка	103	2,5	100	-	100
	жаренье	112	2,5	109	8	100
Колбаса вареная	варка	103	3	100	-	100
	жаренье	114	3	111	10	100
Окорок копчено-вареный, вареный (со шкурой и костями) тамбовский, воронежский	в отварном виде	132	24	100	-	100
	жаренье	146	24	111	10	100
Окорок копчено-вареный, вареный (без шкуры с костями) тамбовский	в отварном виде	125	20	100	-	100
	жаренье	139	20	111	10	100

[1] – 14, 12 – отходы и потери при зачистке, 27, 31, 29 – потери при варке.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 357

Наименование блюда: **Мясо отварное**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина (покромка, лопаточная часть, грудинка)	220	162						
Морковь	6	5						
Лук репчатый	5	4						
ИТОГО:			27,2	27,1	19,4	0,0	0,0	283

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	0,0	0,00	0,7	13	214	27	3,5

Выход: 100

Технология приготовления: Отварное мясо нарезают поперек волокон по 1–2 куска на порцию, заливают небольшим количеством бульона, доводят до кипения и хранят в этом же бульоне при температуре 50–60 °С в закрытой посуде. Мясо гарнируют и поливают бульоном.
Гарниры: каши рассыпчатые, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с маслом, овощи в молочном соусе, капуста тушеная.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Отварное мясо нарезано ломтиками поперек волокон. Консистенция мягкая, нежная, сочная. Цвет от серого до темно-серого. Вкус, свойственный мясу, умеренно соленый. Запах мяса, с ароматом кореньев и лука.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 358

Наименование блюда: **Антрекот**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина	109	80						
Масло растительное	10	10						
Масса жареного антрекота	-	100						
ИТОГО:			13,4	13,4	13,7	3,8	0,0	177

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	0,0	0,00	2,5	15	127	14	2,0

Выход: 50

Технология приготовления: Антрекот нарезают из толстого или тонкого края по одному куску на порцию толщиной 1,5–2 см, отбивают, посыпают солью и жарят основным способом. Отпускают с гарниром.
Гарниры: картофель в молоке, картофель жареный (из отвариного), картофель жареный (из сырого), кабачки или тыква, тушенные в сметане.
Температура подачи: 60–65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид: мясо нарезано поперек волокон одним куском овально-продолговатой формы, поверхность равномерно обжарена, сбоку уложен гарнир. Консистенция нежная, сочная. Цвет поверхности с обеих сторон – коричневый, на разрезе – серый. Вкус жареного натурального мяса, умеренно соленый. Запах жареного мяса, приятный.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 359

Наименование блюда: **Мясо шпигованное**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина (верхний, внутренний, боковой и наружный куски тазобедренной части)	113	83						
Морковь	19	15						
Лук репчатый	14	12						
Масло растительное	5	5						
Томатное пюре	7	7						
Мука пшеничная	2	2						
Масса готового шпигованного мяса	-	60						
Соу томатный	-	30						
ИТОГО:			22,7	21,0	21,1	1,2	8,4	314

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,09	3,9	0,05	1,3	30	208	33	2,9

Выход: 110

Технология приготовления: Крупные куски мяса шпигуют морковью и петрушкой, нарезанными брусочками. Обжаренные крупные куски мяса тушат с добавлением бульона или воды, обжаренных овощей и томатного пюре до готовности. На бульоне, полученном после тушения, приготавливают соус. Готовое мясо нарезают по 1–2 куска на порцию, заливают соусом и доводят до кипения. Отпускают с соусом и гарниром.
Гарнир: макаронные изделия отварные, картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с маслом, овощи, припущенные с маслом, капуста тушеная, свекла тушеная.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Порционные куски ровные. Цвет мяса на разрезе – серый, внутри кусочки овощей. Вкус нежный. Запах продуктов, входящих в блюдо. Не допускается привкус сырого томатного пюре.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 360

Наименование блюда: **Мясо духовое**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	169	125						
Масло сливочное	12	12						
Картофель	193	145						
Морковь	30	25						
Петрушка	13	10						
Лук репчатый	30	25						
Томатное пюре	15	15						
Мука пшеничная	3	3						
Масса тушеного мяса	-	75						
Масса соуса и овощей	-	250						
ИТОГО:			30,1	26,0	30,7	0,6	23,7	491

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,22	4,8	0,07	1,2	57	380	83	5,0

Выход: 325

Технология приготовления: Обжаренные порционные куски говядины (1–2 куска на порцию) тушат с бульоном и пассерованным томатным пюре почти до полной готовности. Картофель, овощи, нарезанные дольками, обжаривают по отдельности. На бульоне, полученном после тушения мяса, приготавливают соус, заливают им мясо, кладут морковь и репчатый лук обжаренные, а также пряности и ароматическую зелень. После 10 мин тушения добавляют обжаренный картофель, тушат до готовности овощей. При отпуске на тушеные овощи кладут мясо и поливают соусом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Цвет мяса – темно-красный (с томатом), консистенция мягкая, вкус и запах овощей, куски мяса нарезаны поперек волокон, сохранили форму нарезки. Овощи мягкие, цвет коричневый, форма нарезки сохранена. Запах отварного мяса и овощей. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 361

Наименование блюда: **Говядина, тушенная с черносливом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	169	125						
Масло сливочное	7	7						
Лук репчатый	18	15						
Томатное пюре	12	12						
Чернослив	15	11*						
Масса тушеного мяса	-	75						
Масса соуса с луком и черносливом	-	50						
ИТОГО:			23,1	22,1	24,6	0,1	8,4	347

* Чернослив без косточки

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	2,0	0,04	0,9	31	254	48	4,0

Выход: 150

Технология приготовления: Мясо нарезают по 1–2 куска на порцию, посыпают йодированной солью, обжаривают, добавляют нарезанный пассерованный лук, томатное пюре, заливают бульоном или водой и тушат при слабом кипении около 1 ч. Затем кладут промытый чернослив и тушат еще 20 мин. За 5 мин до окончания тушения кладут соль, лавровый лист. При отпуске мясо гарнируют и поливают соусом, в котором тушилось мясо.

Гарниры: макаронные изделия отварные, картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с маслом; овощи, припущенные с маслом, тыква, кабачки, баклажаны жареные.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Цвет мяса – темно-красный. Консистенция мягкая, сочная. Вкус нежный, сладковатый, умеренно соленый. Чернослив проварен, мягкий, черного цвета. Запах приятный, соответствует продуктам, входящим в блюдо.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 362

Наименование блюда: **Говядина в кисло-сладком соусе**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	169	125						
Масло сливочное	7	7						
Лук репчатый	24	20						
Томатное пюре	15	15						
Сахар	8	8						
Лимонная кислота	0,1	0,1						
Сухари ржаные	10	10						
Масса тушеного мяса	-	75						
Масса соуса	-	30						
ИТОГО:			24,0	22,1	24,7	0,2	15,3	379

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	1,8	0,04	0,9	23	255	39	4,0

Выход: 100

Технология приготовления: Нарезанное порционными кусками мясо обжаривают, добавляют мелко нарезанный пассерованный лук, томатное пюре, заливают водой и тушат при слабом кипении около 1 ч. Затем добавляют измельченные сухари, лимонную кислоту, сахар и продолжают тушение до готовности мяса, в конце тушения кладут лавровый лист. При отпуске мясо и гарнир поливают соусом, в котором тушилось мясо.

Гарниры: каши рассыпчатые, макаронные изделия отварные, картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с маслом; овощи, припущенные с маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Порционные куски мяса ровные, нарезаны поперек волокон, сохранили форму нарезки. Цвет мяса – темно-красный. Консистенция мягкая, сочная. Вкус кисло-сладкий. Запах отварного мяса.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 363

Наименование блюда: **Мясо тушеное**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина (верхний, внутренний, наружный, боковой куски тазобедренной части)	113	83						
Морковь	5	4						
Лук репчатый	5	4						
Масло растительное	5	5						
Томатное пюре	7	7						
Мука пшеничная	2	2						
Масса тушеного мяса	-	50						
Масса мяса с соусом	-	100						
ИТОГО:			15,2	14,7	17,4	4,8	2,3	227

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	0,7	0,00	2,6	11	157	22	2,2

Выход: 100

Технология приготовления: Обжаренные крупные куски мяса тушат с добавлением воды, обжаренных овощей и томатного пюре до готовности. На бульоне, полученном после тушения, готовят соус. Мясо нарезают по 1–2 куска на порцию, заливают соусом и доводят до кипения.

Гарниры: макаронные изделия отварные, картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из отварного), овощи отварные с маслом, пюре из моркови или свеклы, капуста тушеная, свекла, тушенная в сметанном соусе.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 364

Наименование блюда: **Азу**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	161	119						
Масло сливочное	12	12						
Томатное пюре	15	15						
Лук репчатый	30	25						
Мука пшеничная	5	5						
Огурцы соленые	33	30						
Картофель	267	200						
Масса тушеного мяса	-	75						
Масса соуса и овощей	-	250						
ИТОГО:			26,5	21,1	28.4	0,9	33.8	497

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,27	14,4	0,07	1,0	48	302	82	5.5

Выход: 325

Технология приготовления: Мясо, нарезанное брусочками по 10–15 г, обжаривают, заливают готовым бульоном или водой, добавляют пассерованное томатное пюре и тушат почти до готовности в закрытой посуде при слабом кипении. На оставшемся бульоне приготавливают соус, в который кладут соленые огурцы, нарезанные соломкой, пассерованный лук, йодированную соль. Полученным соусом заливают мясо, добавляют жареный картофель и тушат еще 15–20 мин. За 5–10 мин до готовности кладут лавровый лист. Для удобства порционирования картофель тушат отдельно. Отпускают азу вместе с соусом и гарниром.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Цвет мяса – розовый. Консистенция мягкая, вкус овощей и мяса нежный. Куски мяса нарезаны поперек волокон, сохранили форму нарезки. Овощи мягкие, форма нарезки сохранена. Запах соответствует продуктам, входящим в блюдо. Не допускается привкус сырого томатного пюре.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 365

Наименование блюда: **Говядина, тушенная с капустой**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина (лопаточная и подлопаточная части, грудинка, покромка)	216	160						
Лук репчатый	48	40						
Масло сливочное	50	50						
Помидоры свежие	48	40						
Перец стручковый сладкий	48	40						
Масса тушеного мяса	-	100	24,9	25,4	61,0	0,2	5,9	672
Капуста тушеная:								
Капуста белокочанная свеж.	250	200						
или квашеная	240	168						
Масло сливочное	12	12						
Морковь	10	8						
Лук репчатый	19	16						
Петрушка (корень)	5,4	4						
Томатное пюре	20	20						
Лимонная кислота	0,18	0,18						
Мука пшеничная	2,4	2,4						
Сахар	6	6						
ВЫХОД	-	200	4,2	0,0	9,1	0,3	11,5	145
ИТОГО:			29,1	25.4	70,1	0.5	17,4	817

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,10	40,2	0,71	2,1	114	303	70	4,24

Выход: 300

Технология приготовления: Говядину нарезают на кусочки массой 20–30 г, соединяют со слегка обжаренным луком, нарезанным мелкими кубиками, и еще обжаривают. Добавляют воду, мелко нарезанные помидоры, закрывают крышкой и тушат 20–25 мин. Затем добавляют бланшированный мелко нарезанный перец сладкий, капусту тушеную и тушат до готовности. Нарезанную соломкой свежую капусту, кладут в котел слоем до 30 см, добавляют бульон или воду (20–30% к массе сырой капусты), лимонную кислоту, сливочное масло, пассерованное томатное пюре и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Затем добавляют пассерованные нарезанные соломкой морковь, коренья и лук, лавровый лист и тушат до готовности. За 5 мин до конца тушения капусту заправляют мучной пассеровкой, сахаром, солью и вновь доводят до кипения. Если свежая капуста горчит, ее перед тушением ошпаривают в течение 3–5 мин. При приготовлении блюда из квашеной капусты лимонную кислоту исключают, добавляют небольшое количество бульона или воды, и количество сахара увеличивают до 10 г на порцию.

Отпускают говядину вместе с соусом и овощами.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Цвет мяса – розовый. Консистенция мягкая, сочная. Вкус нежный, тушеной капусты и мяса. Куски мяса сохранили форму нарезки. Капуста мягкая, не допускается хруст при разжевывании. Запах соответствует продуктам, входящим в блюдо. Не допускается посторонних запахов и привкусов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 366

Наименование блюда: **Бефстроганов из отварной говядины**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина (лопаточная, подлопаточная, грудная части, боковой и наружный куски тазобедренной части)	164	121						
Морковь	4	3						
Лук репчатый	4	3						
Петрушка (корень)	3	2						
Масса отварного мяса	-	75						
Морковь	10	8*						
Соус сметанный	75	75						
ИТОГО:			22,7	22,6	20,7	0,0	3,6	291

* Масса отварной моркови.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	1,0	0,01	0,7	40	237	29	3,3

Выход: с соусом 150

Технология приготовления: Отварное мясо зачищают от пленок и соединительной ткани, нарезают соломкой длиной 3×3×30 мм и соединяют с отварной протертой вареной морковью, сметанным соусом и тушат 5–10 минут в посуде с закрытой крышкой.
Отпускают с соусом и гарниром.
Гарниры: макаронные изделия отварные, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные и тушеные, овощное пюре.
Соусы: сметанный, молочный.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Кусочки мяса сохранили форму нарезки, серого цвета, мягкие. Вкус и аромат вареного мяса, сметаны и овощей, в меру соленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 367

Наименование блюда: **Гуляш из говядины (1-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина (лопаточная, подлопаточная часть, грудинка, покромка)	151	111						
Масло сливочное	6,5	6,5						
Лук репчатый	17	14						
Томатное пюре	11	11						
Мука пшеничная	3,7	3,7						
Масса тушеного мяса	-	70						
Масса соуса	-	50						
ИТОГО:			20,6	19,6	22,0	0,1	4,2	297

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	1,3	0,04	0,7	17	215	30	3,2

Выход: с соусом 120

Технология приготовления: Крупные куски мяса, отваренные до полуготовности, нарезают кубиками по 20–30 г, слегка обжаривают, заливают горячей водой, добавляют пассерованное томатное пюре, бланшированный, пассерованный лук и тушат в закрытой посуде около 1 часа. Затем бульон сливают. Муку пассеруют без изменения цвета, постепенно разводят охлажденным до 55 °С бульоном, проваривают 7–10 мин. Процеживают, протирая лук. Приготовленным соусом заливают мясо и тушат 15 мин.
Отпускают вместе с соусом, в котором тушилось мясо, и гарниром.
Гарниры: каши рассыпчатые, макаронные изделия отварные, овощи отварные, припущенные, тушеные.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Цвет мяса - темно-красный, консистенция мягкая. Вкус и запах, свойственные тушеному мясу, луку и пассерованному томату, в меру соленый. Не допускается привкус сырого томатного пюре.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 368

Наименование блюда: **Гуляш из говядины (2-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина (лопаточная, подлопаточная часть, грудинка, покромка)	164	121						
Морковь	4	3						
Лук репчатый	4	3						
Петрушка (корень	3	2						
Масса отварного мяса	-	75						
Морковь	18	14						
Лук репчатый	15	13						
Масло сливочное	10	10						
Томатное пюре	9	9						
Мука пшеничная	4	4						
Масса тушеного мяса	-	75						
Масса соуса	-	75						
ИТОГО:			22,0	20,7	24,2	0,1	5,5	328

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	1,6	0,06	0,8	23	238	37	3,3

Выход: с соусом 150

Технология приготовления: Крупные куски мяса, отваренные до полуготовности, нарезают кубиками по 20–30 г, слегка обжаривают, заливают горячей водой, добавляют пассерованное томатное пюре, бланшированный, пассерованный лук и тушат в закрытой посуде около 1 часа. Затем бульон сливают. Муку пассеруют без изменения цвета, постепенно разводят охлажденным до 55 °С бульоном, проваривают 7–10 мин. Процеживают, протирая лук. Приготовленным соусом заливают мясо и тушат 15 мин.
Отпускают вместе с соусом, в котором тушилось мясо, и гарниром.
Гарниры: каши рассыпчатые, макаронные изделия отварные, овощи отварные, припущенные, тушеные.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Цвет мяса – темно-красный, консистенция мягкая. Вкус и запах, свойственные тушеному мясу, луку и пассерованному томату, в меру соленый. Не допускается привкус сырого томатного пюре.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 369

Наименование блюда: **Жаркое по-домашнему**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	151	111						
Картофель	152	114						
Лук репчатый	17,5	15						
Масло сливочное	7	7						
Томат-пюре	7	7						
Масса тушеного мяса	-	70						
Масса готовых овощей	-	150						
ИТОГО:			26,0	23,5	23,2	0,5	16,6	379

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,16	7,6	0,04	0,8	35	266	56	3,4

Выход: 220

Технология приготовления: Мясо нарезают ломтиками поперек волокон по 2 куска на порцию массой по 30–40 г, картофель и лук - кубиками. Затем мясо обжаривают до образования легкой румяной корочки, лук бланшируют и пассеруют, картофель обжаривают до полуготовности. Обжаренное мясо и овощи кладут в сотейник слоями, чтобы снизу и сверху мяса были овощи, добавляют пассерованное томатное пюре, соль, перец и бульон (продукты должны быть только покрыты жидкостью), закрывают крышкой и тушат до готовности. За 5–10 минут до окончания тушения кладут лавровый лист.
Отпускают жаркое вместе с бульоном и овощами, посыпая рубленой зеленью. Блюдо можно готовить без томатного пюре.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Цвет мяса – темно-красный (с томатом), консистенция мягкая, вкус и запах овощей и специй, куски мяса нарезаны поперек волокон, сохранили форму нарезки. Овощи мягкие, цвет коричневый, форма нарезки сохранена.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 370

Наименование блюда: **Плов из отварной говядины**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	110	81						
Масса вареного мяса	-	50						
Морковь	31	25						
Масло сливочное	10	10						
Лук репчатый	12	10						
Крупа рисовая	68	68						
ИТОГО:			18,9	14,2	18,6	0,6	49,2	440

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	0,4	0,06	0,8	23	227	53	2,8

Выход: 250

Технология приготовления: Мясо зачищают и варят крупным куском 1–1,5 кг до полуготовности, охлаждают и нарезают кубиками массой 10–15 г. Добавляют пассерованную на сливочном масле с добавлением бульона морковь, бланшированный и слегка пассерованный лук, добавляют горячий бульон согласно расчета по рецептуре с учетом того, что в крупе остается вода при промывании в количестве 15% от массы крупы, соль. Мясо и овощи варят при слабом кипении 5–10 мин, всыпают подготовленную крупу, варят до загустения, затем закрывают крышкой и доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 160 °С в течение 30–40 мин.
Готовый плов взрыхляют, подают, укладывая горкой, посыпая рубленой зеленью.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция – мясо мягкое, сочное. Рис хорошо набухший, рассыпчатый. Цвет мяса – серый, риса – белый. Плов имеет аромат говядины, лука, моркови и риса. Не допускается запах подгоревшего риса и мяса.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 371

Наименование блюда: **Бифштекс рубленый паровой**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина (котлетное мясо)	137,3	101						
Вода	8	8						
Масса полуфабриката	-	108						
Масло для смазки	2	2						
Масса готового бифштекса	-	70						
Соус	30	30						
ИТОГО:			20,4	20,4	12,7	0,0	2,1	204

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	0,0	0,10	0,6	9	169	24	2,0

Выход: с соусом 100

Технология приготовления: Котлетное мясо зачищают от пленок и сухожилий, измельчают на мясорубке с двойной частой решеткой. Добавляют воду в 2–3 приема, йодированную соль, массу вымешивают и выбивают, дозируют по 1 шт. на порцию, придают круглую приплюснутую форму толщиной 0,7 см. Подготовленные бифштексы кладут в смазанную маслом емкость, добавляют горячей воды и припускают под закрытой крышкой 20 мин. Бифштексы можно приготовить в паровой коробке.
Подают с гарниром и соусом.
Гарниры: картофельное пюре, овощи в молочном соусе, каши вязкие.
Соусы: молочный, сметанный.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Цвет мяса - серый, консистенция мягкая, сочная, вкус в меру соленый с ароматом вареной говядины, поверхность ровная, не завстрена.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 372

Наименование блюда: **Голубцы ленивые**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина (котлетное мясо)	56	40						
Крупа рисовая	5	5						
Масса отварного риса	-	14,3						
Лук репчатый	7,2	6						
Масло сливочное	3	3						
Капуста белокочанная	75	60						
Масса отварной капусты	-	56						
Масса полуфабриката	-	113						
Масса готовых голубцов		100						
ИТОГО:			8,5	7,1	8,3	0.1	4,0	125

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	12.4	0,02	0,3	34	103	21	1,5

Выход: 100

Технология приготовления: Рис промывают, варят рассыпчатую рисовую кашу. Бланшированный лук пассеруют в половинном количестве сливочного масла, белокочанную капусту 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 и капустой. Хорошо вымешивают, формуют овальные колбаски, по 1 шт. на порцию, складывают в противень, добавляют воду, сливочное масло и тушат в жарочном шкафу 30 минут при температуре 250 °С.
Отпускают со сливочным маслом или соусом.
Гарниры: картофельное пюре, картофель отварной.
Соус: сметанный, белый, молочный, сметанный с томатом.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Изделия должны сохранять форму, сочные, в меру соленые. Цвет на разрезе светло-серый, запах мяса и капусты.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 373

Наименование блюда: **Голубцы с мясом и рисом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста белокочанная	117	93						
Говядина 1 кат. (лопаточная часть)	85,5	62,8						
Масса отварного мяса	-	39						
Крупа рисовая	8	8						
Масса отварного риса	-	21,5						
Масло сливочное	6	6						
Масса фарша	-	63						
Масса полуфабриката	-	146						
Соус сметанный натуральный	77	77						
ИТОГО:			14,5	11,8	16,3	0,2	8,9	240

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	18,9	0,05	0,6	77	174	33	2,3

Выход: с соусом 200

Технология приготовления: Кочан капусты (с удаленной кочерыжкой) отваривают в подсоленной воде до полуготовности, разбирают на отдельные листья, утолщенные части отбивают. На подготовленные листья кладут приготовленный фарш и завертывают в виде цилиндра или рулетика. Голубцы укладывают в смазанную маслом емкость, заливают сметанным соусом и запекают 20–25 минут при температуре 250–280 °С. Для фарша: отварную говядину измельчают на мясорубке и смешивают с рассыпчатым рисом, заправляют растопленным маслом (1/2 от нормы).
Отпускают вместе с соусом по 1 штуке.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Голубцы политы соусом. Вкус в меру соленый, с ароматом использованных продуктов, не допускается запах вареной капусты. Цвет поверхности слегка румяный, на разрезе фарш серо-белого цвета. Консистенция мягкая, сочная, капуста не должна иметь хруста при разжевывании.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 374

Наименование блюда: **Запеканка капустная с говядиной**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина (лопаточная часть)	152	112						
Масло сливочное	4	4						
Масса отварного мяса	-	70						
Капуста белокочанная свеж.	207	162						
Молоко	30	30						
Масло сливочное	4	4						
Масса припущенной капусты	-	150						
Крупа манная	10	10						
Яйца	1/4 шт.	10						
Масло сливочное на смазку	2	2						
Масса полуфабриката	-	235						
Масло для запекания	2	2						
Масса готовой запеканки	-	200						
ИТОГО:			24,5	21,3	23,0	0,2	10,5	347

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,11	8,8	0,08	1,1	119	287	50	3,7

Выход: 200

Технология приготовления: Говядину варят крупным куском, охлаждают, нарезают по 50–75 г, пропускают через мясорубку, затем кладут на противень с разогретым сливочным маслом слоем 3–4 см и прогревают, помешивая, при температуре 160–180 °С в течение 8–10 мин. Капусту шинкуют тонкой соломкой, припускают в молоке с добавлением сливочного масла до размягчения, всыпают манную крупу и проваривают 10–15 мин при непрерывном помешивании, охлаждают до 45 °С, добавляют сырые яйца (4/5 от нормы), хорошо перемешивают. Половину капустной массы выкладывают ровным слоем 1,5 см в смазанный маслом противень, сверху кладут слоем 1 см мясо, а затем выкладывают вторую половину капусты слоем не более 1,5 см. Поверхность разравнивают, смазывают яйцом, сбрызгивают растопленным сливочным маслом и запекают в жарочном шкафу при температуре 250 °С в течение 35–40 мин.
Готовую запеканку нарезают на порции. При отпуске поливают растопленным сливочным маслом или сметанным соусом.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Поверхность запеканки ровная, корочка не грубая, румяная. Вкус в меру соленый, с ароматом припущенной в молоке капусты и вареного мяса. Не допускается запах пареной капусты. Консистенция мягкая, сочная. Капуста не должна иметь хруста при разжевывании.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 375

Наименование блюда: **Зразы из говядины с манной кашей**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина (котлетное мясо)	76	56						
Хлеб пшеничный	12	12						
Вода или молоко	17	17						
Масса котлетная	-	84						
Крупа манная	9	9						
Вода	20	20						
Масса каши рассыпчатой	-	24						
Масло сливочное	3	3						
Яйца	1/6 шт	7						
Масса полуфабриката	-	116						
Масса готовых зраз	-	100						
ИТОГО:			12,8	11,0	11,4	0,2	11,5	200

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,0	0,04	0,6	32	138	17	1,9

Выход: 100

Технология приготовления: Мясо зачищают, пропускают через мясорубку первый раз без хлеба, второй раз с замоченным в воде или молоке пшеничным (высший сорт) хлебом без корок. Добавляют оставшуюся воду или молоко, хорошо вымешивают, выбивают, порционируют круглые лепешки толщиной 1 см на середину кладут подготовленный фарш, края соединяют и формуют в виде кирпичика с овальными краями (толщина не более 2,5 см). Изделия кладут на смазанное маслом дно сотейника, подливают горячей воды, и припускают до готовности в течение 35 мин или варят на пару в паровой коробке 35 мин.
Для фарша: манную крупу просеивают, подсушивают, нагревая до температуры 85–90 °С, всыпают в подсоленную кипящую воду (по рецептуре), варят, помешивая до густоты, затем добавляют сливочное масло, соль, закрывают крышкой и упаривают на водяной бане при температуре 100 °С до готовности. Рассыпчатую кашу взрыхляют. Охлаждают до 50 °С, добавляют мелкорубленые яйца, перемешивают.
Отпускают зразы с гарниром, поливая растопленным сливочным маслом или подливая соус.
Гарнир: каши вязкие, макаронные изделия отварные, пюре картофельное, овощи в молочном соусе, овощные пюре.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Форма соответствует зразам, поверхность без трещин, начинка полностью закрыта оболочкой мясного фарша. Вкус в меру соленый, с ароматом мяса и начинки, без привкуса хлеба. Консистенция сочная, рыхлая.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 376

Наименование блюда: **Зразы из говядины с рисом паровые**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина (котлетное мясо)	76	56						
Хлеб пшеничный	12	12						
Вода	17	17						
Масса котлетная	-	84						
Крупа рисовая	17	17						
Масса припущенного риса	-	34						
Масло сливочное	4	4						
Масса полуфабриката	-	117						
Масса готовых зраз	-	100						
ИТОГО:			11,7	10,2	11,1	0,2	16,2	211

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	0,0	0,02	0,5	9	128	21	1,7

Выход: 100

Технология приготовления: Мясо измельчают на мясорубке, соединяют с черствым пшеничным (высший сорт) хлебом без корки, предварительно замоченным в воде. Добавляют соль, перемешивают, снова пропускают через мясорубку. Из котлетной массы формуют изделия в виде лепешек толщиной 10 мм. На середину их кладут рассыпчатый рис, заправленный сливочным маслом. После этого края лепешек соединяют, придают овальную форму. Зразы укладывают в сотейник, смазанный маслом, и варят на пару или припускают в посуде с закрытой крышкой с добавлением горячей воды 30–35 мин.
Отпускают с гарниром, поливая растопленным сливочным маслом или подливая соус.
Гарнир: каши вязкие, макаронные изделия отварные, пюре овощные, овощи припущенные.
Соусы: молочный, молочный с морковью, сметанный.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Форма соответствует зразам, поверхность без трещин, начинка полностью закрыта оболочкой мясного фарша. Вкус и запах в меру соленый, с ароматом мяса и начинки, без привкуса хлеба. Консистенция сочная, рыхлая.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 377

Наименование блюда: **Картофельная запеканка с мясом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина (котлетное мясо)	152	112						
Масса отварного мяса	-	70						
Картофель	220	165						
Масса отварного протертого картофеля	-	155						
Масло сливочное	10	10						
Яйца	1/10 шт	4						
Сухари	3	3						
Масса полуфабриката	-	235						
Масса запеченного блюда	-	200						
ИТОГО:			23,3	19,9	23,5	0,6	18,9	380

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,21	4,0	0,07	0,8	25	291	56	3,5

Выход: 200

Технология приготовления: Отварную говядину нарезают кусками по 75–100 г, 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 течение 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. Сваренный картофель протирают и делят на две части. Одну часть кладут на смазанный маслом противень слоем 1–1,5 см, разравнивают. Затем кладут ровным слоем мясо, а сверху оставшуюся часть картофеля. После разравнивания картофель смазывают яйцом, посыпают сухарями, сбрызгивают маслом и запекают в течение 25–30 мин при температуре 250–280 °С. Готовую запеканку нарезают на порционные куски.
Отпускают запеканку со сливочным маслом или соусом.
Соусы: молочный (1-й или 2-й вариант), томатный, сметанный.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Поверхность ровная, с легкой румяной корочкой. Вкус в меру соленый, соответствует входящим в состав продуктам, без привкуса и аромата пригоревшего картофеля. На разрезе прослойка фарша серого цвета. Консистенция картофеля рыхлая, не тягучая, фарш сочный.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 378

Наименование блюда: **Кнели говяжьи с рисом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина I категории (боковой и наружный куски тазобедренной части)	110	80						
Крупа рисовая	9	9						
Масса рисовой каши	-	40						
Молоко	11	11						
Масло сливочное	4	4						
Масса полуфабриката	-	133						
Масло сливочное для смазки	3	3						
Масса готовых кнелей	-	100						
ИТОГО:			14,8	14,1	14,6	0,0	6,3	215

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	0,0	0,03	0,4	20	161	22	2,2

Выход: 100

Технология приготовления: Зачищенное мясо измельчают на мясорубке, смешивают с остывшей рисовой вязкой кашей и вновь дважды измельчают на мясорубке. Затем массу взбивают, постепенно добавляя молоко и растопленное сливочное масло. В конце взбивания добавляют йодированную соль. Кусочек хорошо взбитой кнельной массы не тонет в горячей воде. Готовую кнельную массу разделывают на клецки (кнели) по 20–25 г, раскладывают в емкости, смазанные сливочным маслом, в один ряд и варят на пару 15–20 мин или припускают с добавлением воды при закрытой крышке 10–12 мин до готовности. Отпускают кнели с гарниром и сливочным маслом или соусом.
Гарниры: картофель в молоке, пюре овощное.
Соусы: молочный, сметанный.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Кнели должны сохранить форму, без трещин, вкус в меру соленый, без привкусов хлеба. Консистенция сочная, пышная, нежная, на разрезе однородная.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 379

Наименование блюда: **Кнели из говядины**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина 1 кат. (боковой и наружный куски тазобедренной части)	110	80						
Хлеб пшеничный	9	9						
Молоко	41	41						
Яйца (белки)	1/7 шт	6						
Масса полуфабриката	-	133						
Масло сливочное на смазывание формы	3	3						
Масса готовых кнелей	-	100						
ИТОГО:			16,4	15,7	13,0	0,1	5,6	212

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	0,2	0,02	0,5	58	188	24	2,4

Выход: 100

Технология приготовления: Зачищенное мясо измельчают на мясорубке, добавляют замоченный в воде или в молоке черствый пшеничный хлеб без корок не ниже 1 сорта, смешивают и вновь пропускают через мясорубку дважды. Все тщательно перемешивают, затем массу взбивают, постепенно добавляют молоко, взбитый яичный белок. В конце взбивания добавляют йодированную соль. Хорошо взбитая кнельная масса не тонет в горячей воде. Из массы разделывают клецки (кнели) весом по 20–25 г, раскладывают в емкости, смазанные сливочным маслом, в один слой. Варят на пару или припускают с добавлением горячей воды под закрытой крышкой 15–20 минут.
Отпускают с гарниром, сливочным маслом или соусом.
Гарниры: вязкие каши, макаронные изделия отварные, пюре овощные.
Соусы: молочный, сметанный.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Кнели должны сохранять форму, без трещин. Вкус в меру соленый, без привкуса хлеба. Консистенция сочная, пышная, нежная, на разрезе однородная.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 380

Наименование блюда: **Котлеты из говядины с овощами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина 1 категории (котлетное мясо)	109	80						
Масса вареного мяса	-	50						
Яйца	1/7 шт.	6						
Капуста	57	46						
Морковь	20	17						
Масло сливочное	6	6						
Сметана	7	7						
Мука пшеничная	1	1						
Масло сливочное	3	3						
Масса полуфабриката	-	119						
ИТОГО:			15,7	14,7	18,6	0,1	3,5	244

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	9,7	0,07	0,6	37	169	30	2,5

Выход: 100

Технология приготовления: Мясо зачищают и варят крупным куском. Вареное мясо нарезают на куски 75–150 г, соединяют с припущенными овощами, пропускают через мясорубку, добавляют половину растопленного масла, яйца, йодированную соль и хорошо выбивают. Массу дозируют в виде котлет по 1 штуке на порцию, кладут на смазанный маслом противень, котлеты смазывают смесью сметаны с мукой, сбрызгивают маслом и запекают при температуре 250–280 °С в течение 30 мин.
Отпускают котлеты с растопленным маслом и гарниром.
Гарниры: пюре картофельное, макаронные изделия отварные.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Изделия сохраняют форму, сочные. На разрезе светло-серого цвета. Вкус и аромат вареного мяса, овощей, в меру соленые.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 381

Наименование блюда: **Котлеты, биточки, шницели**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина 1 категории (котлетное мясо)	116	86						
Хлеб пшеничный	19	19						
Сухари	11	11						
Молоко или вода	23	23						
Масса полуфабриката	-	125						
Масло сливочное	7	7						
Масса готовых изделий	-	100						
ИТОГО:			17,8	15,4	17,5	0,3	14,3	286

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,09	0,0	0,04	0,5	39	185	26	2,8

Выход: 100

Технология приготовления: Зачищенное мясо измельчают на мясорубке, соединяют с пшеничным черствым хлебом без корок, замоченным в молоке или воде, добавляют йодированную соль, перемешивают и вторично пропускают через мясорубку. Массу перемешивают, формуют котлеты - овально-приплюснутой формы толщиной 1,5–2 см, биточки - круглo-приплюснутой формы толщиной 2–2,5 см или шницели - плоскоовальной формы толщиной 1 см. Изделия панируют в сухарях или в белой сухарной панировке и обжаривают на раскаленной сковороде с жиром, нагретым до температуры 150–160 °С 3–5 мин с двух сторон до образования легкой корочки, затем доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 250–280 °С в течение 5–7 мин. Готовность определяют по появлению воздушных пузырьков на поверхности изделий, затем проверяют на разрезе.
Отпускают с гарниром и поливают соусом или растопленным сливочным маслом.
Гарниры: каши вязкие, пюре картофельное, овощи в молочном соусе.
Соусы: молочный, сметанный.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Изделия имеют правильную форму, запанированы тонким слоем. Поверхность без трещин, покрыта румяной корочкой. Вкус в меру соленый, консистенция пышная, сочная, запах мяса. На разрезе однородная масса, без отдельных кусочков мяса, хлеба, сухожилий. Не допускается розовато-красный оттенок.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 382

Наименование блюда: **Пудинг из говядины**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	164	121						
Масса вареной говядины	-	75						
Масло сливочное	5	5						
Яйца	3/10 шт.	12						
Молоко	20	20						
Масса полуфабриката	-	110						
Масло сливочное для смазывания форм	2	2						
Масса готового пудинга	-	100						
ИТОГО:			22,5	22,5	21,1	0,0	0,8	283

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	0,0	0,06	0,6	38	241	27	3,2

Выход: 100

Технология приготовления: Мясо отваривают крупным куском, пропускают дважды через мясорубку, добавляют сливочное масло, молоко, желтки яиц, йодированную соль. Хорошо вымешивают, соединяют с взбитыми белками, осторожно перемешивают сверху вниз, выкладывают в форму или смазанные маслом противни и варят на пару 25–30 минут или запекают при температуре 250–280 °С 25 минут, охлаждают и нарезают на порции.
Отпускают с гарниром и маслом сливочным.
Гарниры: картофельное пюре, морковное, свекольное пюре, пюре из кабачков, каши вязкие.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Пудинг паровой хорошо держит форму, без трещин. Консистенция нежная, пышная, на разрезе однородная, серого цвета. Вкус в меру соленый. Если пудинг запеченный, он должен иметь легкую корочку.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 383

Наименование блюда: **Пудинг из говядины с овощами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина (лопаточная часть)	151	113						
Масса вареного мяса	-	70						
Капуста белокочанная	70	56						
Морковь	54	43						
Молоко	30	30						
Масло сливочное	5	5						
Масса припущ. капусты	-	50						
Масса припущ. моркови	-	40						
Крупа манная	15	15						
Яйца	1/4 шт.	10						
Сухари пшеничные	5	5						
Сметана	5	5						
Масса полуфабриката	-	225						
Масса готового пудинга	-	200						
ИТОГО:			24,7	21,3	20,2	0,3	15,4	342

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,10	6,0	0,06	1,1	83	258	48	3,5

Выход: 200

Технология приготовления: Мясо зачищают и варят крупным куском 1–1,5 кг до готовности (закладывая в кипящую воду). Нарезают на куски 50–70 г и пропускают через мясорубку с двойной мелкой решеткой дважды. Мясную массу выкладывают на противень, смазанный маслом, слоем 3 см и прогревают при температуре 160 °С 7–10 мин. Охлаждают до 50 °С. Репчатый лук бланшируют и пассеруют на сливочном масле. Морковь, нарезанную мелким кубиком, и мелко рубленую капусту припускают с добавлением сливочного масла, молока и воды до готовности, затем всыпают манную крупу и проваривают до загустения массы. Количество жидкости в овощах должно быть в 3 раза больше количества крупы. Овощную массу охлаждают до 50 °С, соединяют с мясным пюре, пассерованным репчатым луком. Затем добавляют яичные желтки, хорошо перемешивают, затем взбивают, постепенно в 2 приема вводят взбитые в густую пену белки, перемешивая снизу вверх. Полуфабрикат выкладывают в смазанный маслом и посыпанный сухарями противень слоем 3 см, выравнивают, смазывают поверхность сметаной, сбрызгивают маслом и запекают при температуре 250–280 °С в течение 25–30 мин. Готовый пудинг нарезают на порции. При отпуске поливают растопленным сливочным маслом или соусом молочным, сметанным.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Пудинг с обеих сторон должен иметь нежные румяные корочки, нарезан равномерно (по 1 куску на порцию), уложен на тарелку, полит маслом. Вкус и запах приятные, отварного мяса, овощей, светло-серого цвета. Консистенция рыхлая, пышная.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 384

Наименование блюда: **Пудинг из говядины с овощами и зеленым горошком**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина (лопаточная часть)	151	113						
Масса вареного мяса	-	70						
Капуста белокочанная	56	45						
Морковь	44	34						
Молоко	30	30						
Масло сливочное	5	5						
Масса припущ. капусты	-	40						
Масса припущ. моркови	-	30						
Крупа манная	15	15						
Яйца	1/4 шт.	10						
Сухари пшеничные	5	5						
Сметана	5	5						
Горошек зеленый	31	20						
Масса полуфабриката	-	225						
Масса готового пудинга	-	200						
ИТОГО:			24,6	21,3	20,2	0,3	15,7	362

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,12	5,3	0,06	1,1	80	267	49	3,5

Выход: 200

Технология приготовления: Мясо зачищают и варят крупным куском 1–1,5 кг до готовности (закладывая в кипящую воду). Нарезают на куски 50–70 г и пропускают через мясорубку с двойной мелкой решеткой дважды. Мясную массу выкладывают на противень, смазанный маслом, слоем 3 см и прогревают при температуре 160 °С 7–10 мин. Охлаждают до 50 °С. Репчатый лук бланшируют и пассеруют на сливочном масле. Морковь, нарезанную мелким кубиком, и мелко рубленую капусту припускают с добавлением сливочного масла, молока и воды до готовности, затем всыпают манную крупу и проваривают до загустения массы. Количество жидкости в овощах должно быть в 3 раза больше количества крупы. Овощную массу охлаждают до 50 °С, соединяют с мясным пюре, пассерованным репчатым луком, зеленым горошком, предварительно доведенным до кипения и охлажденным. Затем добавляют яичные желтки, хорошо перемешивают, затем взбивают, постепенно в 2 приема вводят взбитые в густую пену белки, перемешивая снизу вверх. Полуфабрикат выкладывают в смазанный маслом и посыпанный сухарями противень слоем 3 см, выравнивают, смазывают поверхность сметаной, сбрызгивают маслом и запекают при температуре 250–280 °С в течение 25–30 мин.
Готовый пудинг нарезают на порции. При отпуске поливают растопленным сливочным маслом или соусом молочным, сметанным.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Пудинг с обеих сторон должен иметь нежные румяные корочки, нарезан равномерно (по 1 куску на порцию), уложен на тарелку, полит маслом. Вкус и запах приятные, отварного мяса, овощей, светло-серого цвета. Консистенция рыхлая, пышная.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 385

Наименование блюда: **Рулет из говядины паровой**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина (котлетное мясо)	102	75						
Хлеб пшеничный	14	14						
Вода	24	24						
Яйца	1/4 шт	11						
Масса полуфабриката	-	121						
Масло сливочное для смазки	3	3						
Масса готового рулета	-	100						
ИТОГО:			15,6	14,6	12,3	0,1	6,6	200

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,0	0,03	0,5	15	164	19	2,4

Выход: 100

Технология приготовления: Зачищенное мясо нарезают на куски по 50–70 г и пропускают через мясорубку, первый раз без хлеба, второй раз добавляют замоченный в воде пшеничный хлеб (высший сорт) без корок, сырые яйца, йодированную соль, хорошо вымешивают. Котлетную массу раскладывают на смоченную водой полотняную салфетку и придают изделию форму рулета. После этого рулет скатывают с салфетки в емкость, смазанную маслом, прокалывают в нескольких местах и варят на пару или припускают с добавлением горячей воды 40–45 минут. Готовый рулет нарезают на куски по одному на порцию.
Отпускают рулет с гарниром и сливочным маслом или соусом.
Гарнир: каши, овощные пюре, овощи отварные и припущенные.
Соус: молочный, сметанный.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Поверхность рулета без трещин и разрывов, ровная. Вкус в меру соленый, запах мяса, без привкусов хлеба. Консистенция пышная, на разрезе однородная. Не допускается розовато-красный оттенок.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 386

Наименование блюда: **Рулет из говядины с яйцом (паровой)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина (котлетное мясо)	90	62						
Хлеб пшеничный	13	13						
Вода	19	19						
Яйца	1/4 шт.	9						
Котлетная масса	-	100						
Фарш:								
Яйца	1/2 шт.	19						
Масса полуфабриката	-	117						
Масло сливочное для смазки	2	2						
Масса готового рулета	-	100						
ИТОГО:			15,1	14,2	11,8	0,1	5,8	190

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,0	0,07	0,6	22	165	17	2,4

Выход: 100

Технология приготовления: Зачищенное мясо нарезают на куски по 50–70 г и пропускают через мясорубку, первый раз без хлеба, второй раз с замоченным в воде пшеничным хлебом без корок (высший сорт), добавляют сырые яйца, йодированную соль, хорошо вымешивают. На смоченную водой полотняную салфетку раскладывают котлетную массу ровным слоем толщиной 1,5–2,0 см, на нее кладут фарш (рубленые, сваренные вкрутую яйца). Затем края салфетки соединяют так, чтобы один край котлетной массы слегка находил на другой, и рулет скатывают с салфетки в емкость, смазанную сливочным маслом, швом вниз, прокалывают в нескольких местах и варят на пару или припускают на противне с добавлением горячей воды 40–45 мин под закрытой крышкой. Готовый рулет разрезают на куски по одному на порцию.
Отпускают рулет с гарниром, сливочным маслом или соусом.
Гарниры: овощное пюре, картофельное пюре, каши рассыпчатые.
Соусы: молочный, сметанный.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Поверхность без трещин и разрывов. Вкус в меру соленый, без привкуса хлеба, запах мяса и яиц. Консистенция сочная, пышная, фарша - рассыпчатая. На разрезе фарш расположен по центру куска.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 387

Наименование блюда: **Суфле из отварной говядины паровое**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	150	110						
Масса отварного мяса	-	69						
Яйца	1/2 шт	20						
Соус молочный для запекания	-	24						
Масса полуфабриката	-	109						
Масло сливочное на смазку	3	3						
Масса готового суфле	-	100						
ИТОГО:			22,0	22,0	19,0	0,0	1,9	267

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	0,1	0,09	0,6	27	230	26	3,3

Выход: 100

Технология приготовления: Отварное мясо дважды пропускают через мясорубку, кладут на противень и прогревают в жарочном шкафу при температуре 160–200 °С в течение 5–7 мин, охлаждают до 60 °С. В мясную массу вводят желтки яиц, горячий (70 °С) густой молочный соус, затем вводят белки, взбитые в густую пену. Массу, слегка перемешивая снизу вверх, раскладывают в емкость, смазанную маслом, слоем 2,5–3 см. Варят на пару 25–30 минут. Суфле можно запечь в жарочном шкафу при температуре 220–250 °С в течение 25–30 мин.
Отпускают суфле с гарниром и сливочным маслом.
Гарниры: каши вязкие, макаронные изделия, пюре из моркови или свеклы.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Суфле хорошо сохраняет форму. Консистенция однородная, нежная, цвет - светло-серый. Вкус в меру соленый, запах мяса, молока и яиц.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 388

Наименование блюда: **Тефтели из говядины в молочном соусе**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина 1 категории (котлетное мясо)	67	49						
Хлеб пшеничный	9,4	9,4						
Вода	14	14						
Масло сливочное	2,3	2,3						
Лук репчатый	27	23						
Масса пассерованного лука	-	12,5						
Соус молочный	30	30						
Масса полуфабриката	-	83						
Масса готовых тефтелей	-	70						
ИТОГО:			10,3	9,3	10,7	0,1	8,0	170

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	1,0	0,07	0,4	23	110	15	1,6

Выход: с соусом 100

Технология приготовления: Мясо зачищают, пропускают через мясорубку, добавляют предварительно замоченный пшеничный хлеб без корок (высшего сорта), пропускают второй раз через мясорубку. В приготовленный фарш с хлебом добавляют нарезанный мелкими кубиками бланшированный и пассерованный репчатый лук, перемешивают и разделывают шарики по 20–25 г по 2–3 штуки на порцию. Полуфабрикаты укладывают на смоченную кипяченой водой решетку паровой коробки и варят на пару 20–25 мин. При отсутствии паровой коробки тефтели укладывают в сотейник, смазанный маслом, добавляют горячую воду и припускают при закрытой крышке 20–25 мин. Готовые тефтели кладут на противни, заливают горячим соусом и проваривают 3–5 мин при слабом кипении.
Отпускают с соусом, в котором тефтели тушились и с гарниром.
Гарниры: каши вязкие, пюре картофельное, овощи припущенные или отварные.
Соусы: молочный, сметанный.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Тефтели должны сохранить форму, поверхность без разрывов, ровная. Вкус в меру соленый, без привкуса хлеба. Консистенция сочная, пышная, на разрезе однородная.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 389

Наименование блюда: **Тефтели из говядины паровые**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина 1 категории (котлетное мясо)	96	70						
Хлеб пшеничный	13	13						
Вода	20	20						
Масло сливочное	3	3						
Лук репчатый	39	33						
Масса пассерованного лука	-	18						
Масса полуфабриката	-	119						
Масса готовых тефтелей	-	100						
ИТОГО:			13,8	12,4	12,7	0,2	8,7	204

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	2,5	0,02	0,5	19	153	21	2,2

Выход: 100

Технология приготовления: Мясо зачищают, пропускают через мясорубку, добавляют предварительно замоченный пшеничный хлеб без корок (высшего сорта), пропускают второй раз через мясорубку. В приготовленный фарш с хлебом добавляют нарезанный мелкими кубиками бланшированный и пассерованный репчатый лук, перемешивают и разделывают шарики по 20–25 г по 3–4 штуки на порцию. Полуфабрикаты укладывают на смоченную кипяченой водой решетку паровой коробки и варят на пару 20–25 мин. При отсутствии паровой коробки тефтели укладывают в сотейник, смазанный маслом (количество масла, положенное по рецептуре, увеличивают на 1,2 г), добавляют горячую воду и припускают при закрытой крышке 20–25 мин.
При отпуске поливают сливочным маслом или соусом.
Гарниры: каши вязкие, пюре картофельное, овощи припущенные или отварные.
Соусы: молочный, сметанный.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Тефтели должны сохранить форму, поверхность без разрывов, ровная. Вкус в меру соленый, без привкуса хлеба. Консистенция сочная, пышная, на разрезе однородная.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 390

Наименование блюда: **Тефтели из говядины с рисом («ежики»)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина I категории (котлетное мясо)	61	44						
Вода	7	7						
Крупа рисовая	6	6						
Масса готового рассыпчатого риса	-	17,5						
Лук репчатый	24,5	21						
Масло сливочное	4	4						
Масса пассерованного лука	-	10,5						
Мука пшеничная	5	5						
Масса полуфабриката	-	83						
Масло сливочное	6	6						
Масса готовых тефтелей	-	70						
Соус молочный	30	30						
ИТОГО:			9,5	8,6	15,3	0,1	11,4	221

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	0,8	0,11	0,5	21	108	16	1,5

Выход: с соусом 100

Технология приготовления: Рис перебирают, варят рассыпчатую рисовую кашу, лук нарезают мелким кубиком, бланшируют, пассеруют. Мясо измельчают на мясорубке с двойной мелкой решеткой или дважды. В измельченное мясо добавляют воду, пассерованный лук, рассыпчатый рис, хорошо перемешивают, разделывают в виде шариков по 2 штуки на порцию (по 42 г). Шарики 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.
Гарниры: картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные, тушеные.
Соусы: томатный, молочный, сметанный, сметанный с томатом.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Изделия должны сохранять форму, сочные, соус немного загустевший, вкус в меру соленый. Без посторонних привкусов и запахов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 391

Наименование блюда: **Фрикадельки из говядины паровые**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина 1 категории (котлетное мясо)	105	74						
Хлеб пшеничный	15	15						
Вода	26	26						
Масло сливочное	3	3						
Масса полуфабриката	-	117						
Масса готовых фрикаделек	-	100						
ИТОГО:			14,2	13,2	12,6	0,1	6,8	197

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	0,0	0,02	0,5	9	137	17	2,0

Выход: 100

Технология приготовления: Мясо зачищают, нарезают на куски по 75–100 г, измельчают на мясорубке, затем добавляют замоченный в воде и отжатый черствый пшеничный хлеб (высшего сорта), йодированную соль, перемешивают и повторно пропускают через мясорубку. Добавляют оставшуюся жидкость. Массу хорошо перемешивают, затем выбивают (для насыщения котлетной массы кислородом воздуха), разделывают в виде шариков массой по 19–21 г по 5 шт. на порцию, укладывают в смазанный маслом сотейник и варят на пару 20 мин. Фрикадельки можно припустить в посуде, смазанной маслом, при закрытой крышке с добавлением горячей воды 15–20 мин.
Отпускают фрикадельки с гарниром, соусом или сливочным маслом.
Гарниры: каши вязкие, рис припущенный, овощи отварные или припущенные.
Соусы: молочный, сметанный. Можно вместо соуса использовать жидкость, в которой припускались фрикадельки.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Фрикадельки сохранили форму шариков, без трещин. Вкус в меру соленый, запах мяса без привкусов хлеба. Цвет на разрезе серый, консистенция сочная, однородная.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 392

Наименование блюда: **Фрикадельки из говядины, тушенные в соусе**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина I категории (котлетное мясо)	73	52						
Хлеб пшеничный	10,5	10,5						
Вода	18,2	18,2						
Масло сливочное	2	2						
Масса полуфабриката	-	82						
Соус молочный	-	30						
ИТОГО:			11,0	10,3	11,7	0,1	7,8	180

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	0,1	0,01	0,6	10	101	13	1,6

Выход: с соусом 100

Технология приготовления: Мясо зачищают, нарезают на куски по 75–100 г, измельчают на мясорубке, затем добавляют замоченный в воде и отжатый черствый пшеничный хлеб (высшего сорта), йодированную соль, перемешивают и повторно пропускают через мясорубку. Добавляют оставшуюся жидкость. Массу хорошо перемешивают, затем выбивают (для насыщения котлетной массы кислородом воздуха), разделывают в виде шариков массой по 19–21 г по 4 шт. на порцию, укладывают в смазанный маслом сотейник и заливают горячим соусом и тушат 15–20 мин.
Отпускают фрикадельки с гарниром, соусом или сливочным маслом.
Гарниры: каши вязкие, рис припущенный, овощи отварные или припущенные.
Соусы: молочный, сметанный.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Фрикадельки сохранили форму шариков, без трещин. Вкус в меру соленый, запах мяса без привкусов хлеба. Цвет на разрезе серый, консистенция сочная, однородная.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 393

Наименование блюда: **Пюре из говядины**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	170	126						
Масса отварного мяса	-	79						
Соус молочный	36	36						
Масло сливочное	6	6						
Масса полуфабриката	-	117						
Масса готового пюре	-	100						
ИТОГО:			23,2	23,2	22,5	0,0	2,8	306

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,0	0,10	0,6	22	211	25	3,2

Выход: 100

Технология приготовления: Мясо зачищают и закладывают в горячую воду кусками 1–1,5 кг, варят при слабом кипении до готовности. Готовое мясо охлаждают до температуры 30 °С, нарезают на куски 30–70 г, пропускают через мясорубку с двойной мелкой решеткой (или дважды). В полученную массу вводят молочный соус (для запекания), растопленное сливочное масло, хорошо вымешивают, кладут на смазанный маслом противень, слоем 3 см и прогревают 5–7 мин в жарочном шкафу при температуре 250 °С, периодически помешивая до момента закипания. Можно прогреть в пароварочном аппарате 10–15 мин до закипания.
При подаче пюре кладут в виде горки, карбуют ложкой и поливают растопленным сливочным маслом.
Гарниры: каши вязкие, макаронные изделия отварные, пюре овощные.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.
Температура подачи: 65 °С.

Требования к качеству: Внешний вид - однородная масса без комков, цвет светло-серый. Вкус и запах, свойственные отварному мясу и сливочному маслу. Консистенция густой сметаны, держится горкой.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 394

Наименование блюда: **Пюре из говядины с рисом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	155	113						
Масса отварного мяса	-	70						
Крупа рисовая	8	8						
Вода	32	32						
Масса рисовой вязкой каши	-	37,5						
Масло сливочное	5	5						
Масса полуфабриката	-	118						
Масса готового пюре	-	100						
ИТОГО			19,9	13,4	19,4	0,0	5,5	276

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,0	0,03	0,5	10	207	26	3,5

Выход: 100

Технология приготовления: Мясо зачищают и закладывают в горячую воду кусками 1–1,5 кг, варят при слабом кипении до готовности. Готовое мясо охлаждают до температуры 30 °С, нарезают на куски 50–70 г, пропускают через мясорубку с двойной мелкой решеткой (или дважды). Из риса варят вязкую рисовую кашу. Вареное мясо и охлажденный рис пропускают дважды через мясорубку с двумя решетками, добавляют соль, растопленное масло, тщательно вымешивают, кладут на смазанный маслом противень, слоем 3 см и прогревают 7–10 мин в жарочном шкафу при температуре 250 °С, периодически помешивая, до момента закипания.
Можно прогреть в пароварочном аппарате 10–15 мин до закипания.
При подаче пюре кладут в виде горки, карбуют ложкой и поливают растопленным сливочным маслом.
Гарниры: каши вязкие, макаронные изделия отварные, пюре овощные.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид - однородная масса без комков, цвет светло-серый. Вкус и запах, свойственные отваренному мясу, рису и сливочному маслу. Консистенция густой сметаны, держится горкой.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 395

Наименование блюда: **Сосиски, сардельки, колбаса отварные**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Сосиски	103	100						
ИТОГО:			10,4	10,4	20,9	0,0	0,0	230

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,14	0,0	0,00	0,4	31	134	17	1,6

Выход: 100

Технология приготовления: С сосисок, сарделек или колбасы предварительно снимают искусственную оболочку, колбасу нарезают на порции. Колбасные изделия кладут в кипящую воду, доводят до кипения и варят при слабом кипении: сосиски – 3–5 минут, 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.
Отпускают колбасные изделия с гарниром, соусом или сливочным маслом.
Гарниры: каши вязкие, рис припущенный, овощи отварные или припущенные.
Соусы: томатный.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Колбасные изделия упругие, плотные, сочные. Цвет светло-розовый. Вкус мясной, умеренно соленый. Запах колбасных изделий.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 396

Наименование блюда: **Жаркое по-домашнему из мясных консервов «Говядина тушеная»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Консервы "Говядина тушеная" (высший сорт)	-	95						
Картофель	140	104						
Лук репчатый	12	10						
Масло сливочное	5	5						
Томат-пюре	6	6						
ИТОГО:			17,0	14,8	17,6	0,0	14,3	284

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,09	7,9	0,07	0,6	25	196	38	3,0

Выход: 200

Технология приготовления: Консервные банки промывают, ошпаривают, протирают, вскрывают. Содержимое выкладывают в посуду, доводят до кипения и варят 3–5 мин. Картофель и лук шинкуют кубиками, лук бланшируют и пассеруют, картофель обжаривают до полуготовности. Подготовленное тушеное мясо соединяют с овощами, добавляют пассерованное томат-пюре, йодированную соль, воду (продукты должны быть только покрыты жидкостью), закрывают крышкой и тушат до готовности. За 5–10 мин до окончания тушения кладут лавровый лист. Отпускают жаркое вместе с бульоном и овощами. Можно посыпать рубленой зеленью. Блюдо можно готовить без томатного пюре.
Вариант технологии: картофель закладывать не обжаренным.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Цвет мяса - темно-красный (с томатом), консистенция овощей мягкая, форма нарезки сохранена. Вкус и запах – овощей и специй.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 397

Наименование блюда: **Картофельная запеканка с тушеным консервированным мясом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Консервы "Говядина тушеная" (высший сорт)	-	75						
Картофель	288	225						
Масса вареного протертого картофеля	300	213						
Лук репчатый	21	18						
Масса пассерованного лука	-	18						
Масло сливочное	5	5						
Сухари	5	5						
Масса полуфабриката	-	267						
Соус белый	-	50						
ИТОГО:			16,6	12,0	16,0	0,8	28,8	326

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,18	7,6	0,03	0,7	38	237	56	3,4

Выход: с соусом 257

Технология приготовления: Консервные банки промывают, ошпаривают, протирают, вскрывают. Отделяют мясо от жира и бульона. Жир используют для пассерования лука и приготовления соуса белого. Мясо мелко рубят и добавляют пассерованный лук. Картофель варят и протирают. Протертый картофель делят на две равные части, одну часть кладут на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень или сковороду, разравнивают, кладут фарш, а на него оставшуюся часть картофеля. Общая высота запеканки должна быть не более 3 см. После разравнивания изделие посыпают сухарями, сбрызгивают маслом и запекают в течение 25–30 минут при температуре 250–280 °С.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Поверхность ровная, с легкой румяной корочкой. Вкус, свойственный входящим в состав продуктам, без привкуса пригоревшего картофеля. На разрезе прослойка фарша красноватого цвета. Консистенция картофеля рыхлая, фарш сочный.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 398

Наименование блюда: **Печень говяжья по-строгановски**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Печень говяжья	124	103						
Масло растительное	9	9						
Масса жареной печени	-	70						
Соус сметанный	40	40						
ИТОГО:			18,0	18,0	13,8	9,0	4,3	213

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,29	8,5	8,04	5,4	23	316	18	6,7

Выход: с соусом 110

Технология приготовления: Зачищенную от пленок говяжью печень нарезают тонкими брусочками 3×3×35 мм, посыпают йодированной солью, обжаривают 3–4 мин тонким слоем, помешивая, заливают сметанным соусом и кипятят 5–7 минут.
Отпускают с гарниром и соусом.
Гарнир: макаронные изделия отварные, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Печень сохранила форму нарезки, на разрезе серого цвета, мягкая. Соус однородный, белого цвета, без посторонних привкусов и запахов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 399

Наименование блюда: **Оладьи из печени по-кунцевски**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Печень говяжья	96	80						
Морковь	15	11						
Мука пшеничная	17	17						
Яйца	17	17						
Соль	1,3	1,3						
Масло сливочное	10,7	10,7						
ИТОГО:			17,3	15,5	11,7	0,2	11,8	222

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,25	7,2	6,90	1,2	22	267	21	5,2

Выход: 100

Технология приготовления: Печень промывают, очищают, пропускают через мясорубку, соединяют с пассерованной морковью и вновь пропускают через мясорубку, затем добавляют муку, подготовленные яйца. Обжаривают с обеих сторон, а затем доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 250–280 °С.
Отпускают с гарниром и соусом.
Гарнир: макаронные изделия отварные, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные.
Температура подачи: 75 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления

Требования к качеству: Консистенция однородная, на разрезе серого цвета, мягкая. Оладьи сохранили свою форму.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 400

Наименование блюда: **Печень тертая**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Печень говяжья	90	74						
Масса отварной печени	-	50						
Лук репчатый	31	13*						
Масло сливочное	30	30						
Яйца	1/4 шт.	10						
Соль	2	2						
ИТОГО:			13,9	13,6	23,8	0,0	3,2	282

* Масса пассерованного лука

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,20	6,7	6,40	1,1	21	231	16	4,5

Выход: 100

Технология приготовления: Обработанную печень варят и протирают. Подготовленный лук репчатый мелко нарезают и пассеруют на сливочном масле. Сваренные вкрутую яйца мелко рубят. Все компоненты соединяют, добавляют оставшееся размягченное сливочное масло, йодированную соль и тщательно перемешивают. Формуют в виде батона, оформляют маслом сливочным.
Температура подачи: 75 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления

Требования к качеству: Порционные куски ровные, серого цвета, мягкие. Без посторонних привкусов и запахов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 401

Наименование блюда: **Печень, тушенная в соусе**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Печень говяжья	86	71						
Мука пшеничная	3	3						
Масса полуфабриката	-	74						
Масло сливочное	5	5						
Масса тушеной печени	-	50						
Соус сметанный	-	50						
ИТОГО:			13,3	13,0	7,7	0,0	5,5	144

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,19	10,0	5,80	0,8	25	227	13	4,8

Выход: 50/50

Технология приготовления: Печень нарезают на порционные куски, посыпают йодированной солью, панируют в муке и обжаривают с обеих сторон до полуготовности (5–10 мин). Затем печень заливают соусом и тушат в течение 15–20 мин. Подают с гарниром и соусом.
Гарниры: каши рассыпчатые, картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с маслом.
Соусы: сметанный, сметанный с томатом и луком.
Температура подачи: 75 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Печень сохранила форму нарезки. На разрезе серого цвета, мягкая. Соус однородный, без посторонних привкусов, запахов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 402

Наименование блюда: **Язык отварной**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Язык говяжий	169	169						
Морковь	5	4						
Лук репчатый	5	4						
Петрушка (корень)	4	3						
Соль поваренная йодированная	1,5	1,5						
Масса отварного языка с кожицей	-	116						
Масса отварного языка без кожицы	-	100						
ИТОГО:			24,2	24,1	15,2	0,0	0,0	234

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	0,0	0,00	0,7	13	268	25	5,2

Выход: 100

Технология приготовления: Язык тщательно промывают, закладывают в горячую воду (языки должны быть полностью покрыты водой), доводят до кипения, снимают образовавшуюся на поверхности пену и варят в закрытой посуде при медленном кипении в течение 2–4 часов. За 30 мин до готовности языка в бульон добавляют очищенные и нарезанные морковь, лук репчатый, корень петрушки, соль поваренную йодированную. Готовность языка проверяют поварской вилкой. В сварившийся язык она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок. После варки языки погружают в холодную воду и, не давая им сильно остыть, снимают кожицу. Языки отварные нарезают по 1–2 куска на порцию, укладывают в емкость, заливают небольшим количеством бульона, доводят до кипения и проваривают вторично при слабом кипении в течение 5–7 мин. Порционные куски языка можно до отпуска хранить в бульоне на мармите при температуре не ниже 75 °С не более одного часа.
Язык говяжий или телячий отпускают с маслом сливочным прокипяченным, или соусом красным основным, или соусом молочным.
Гарниры: каши рассыпчатые или картофель отварной, или пюре картофельное, или овощи отварные с маслом сливочным, или овощи, припущенные с маслом сливочным, или овощи в соусе молочном.
Температура подачи: не ниже 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления (без нарезания на порции).

Требования к качеству: Порционные куски ровные, мягкие, серовато цвета. Без кожицы. Вкус нежный, в меру соленый. Запах, свойственный отваренному мясу и овощам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 403

Наименование блюда: **Сердце в соусе**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Сердце	196	166						
Морковь	6	4						
Лук репчатый	5	4						
Масло растительное	10	10						
Масса готового сердца	-	100						
Чеснок	1,2	1						
ИТОГО:			24,3	24,2	13,4	8,5	4,1	234

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,31	1,8	0,02	5,3	13	258	34	6,4

Выход: 100

Технология приготовления: Сердце отваривают с добавлением овощей до готовности. Затем нарезают на куски массой по 20–30 г и обжаривают. Заливают соусом сметанным с томатом и луком, тушат 5–10 мин. Перед окончанием тушения добавляют чеснок. Отпускают с соусом и гарниром.

Гарниры: каши рассыпчатые, макаронные изделия отварные, картофель отварной, картофельное пюре, картофель жареный (из отварного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с маслом, овощи припущенные с маслом, капуста тушеная.

Температура подачи: 60–65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид: отварное сердце нарезано кусками (20–30 г) в сметанном соусе, сбоку уложен гарнир. Консистенция мягкая, сочная. Цвет темно-серый. Вкус тушеного сердца, умеренно соленый. Запах тушеного сердца, с ароматом кореньев и чеснока.

12. Блюда из птицы

Для вторых блюд сельскохозяйственную птицу, изделия из нее варят, припускают, тушат и запекают.

В помещенных ниже рецептурах указаны соусы и гарниры, хорошо сочетающиеся по вкусовым качествам с основным продуктом блюда. Изделия можно отпускать с другими соусами и гарнирами, не предусмотренными в рецептуре, но имеющимися в соответствующих разделах сборника.

На гарнир дополнительно можно подавать огурцы, помидоры свежие или соленые.

Норма расхода соли, специй и зелени в рецептурах не указана, их следует вводить в следующем количестве: соли и зелени петрушки или укропа - 3–5 г (нетто), перца - 0,05 г. Подготовленные тушки птицы кладут в горячую воду (2–2,5 л на 1 кг продукта), быстро доводят до кипения, а затем нагрев уменьшают. С закипевшего бульона снимают пену, добавляют нарезанные коренья, лук, соль, варят при слабом кипении в закрытой посуде до готовности, после чего сваренные тушки вынимают из бульона, дают им остыть и нарубают на порции.

Отпускают птицу по 2 кусочка (филе и окорочек) на порцию.

При порционировании птицы, особенно крупной (кур, бройлеров-цыплят), можно вырубить спинную кость. Для этого птицу разрубают вдоль на две части так, чтобы одна половина получилась без спинной кости, затем от второй половины отрубают спинную кость и порционируют.

Нарубленные порции птицы заливают горячим бульоном, доводят до кипения и хранят на мармите в закрытой посуде. Бульон, оставшийся после варки продуктов, используют для приготовления супа, соуса или гарнира (рассыпчатой рисовой каши).

При отпуске отварную птицу гарнируют и поливают соусом или подают натуральными без соуса.

Гарниры - каша рассыпчатая, рис отварной или припущенный, зеленый горошек отварной, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные, сложный гарнир.

Соусы - паровой, белый с яйцом, красный основной.

Таблица 8

Нормы выхода тушки, отходов и пищевых обработанных субпродуктов при холодной обработке сельскохозяйственной птицы (в % к птице массой брутто)

Наименование птицы и способ промышленной обработки	I категория					II категория				
	Выход тушки, подготовленной к кулинарной обработке	Всего субпродуктов и потерь	в том числе			Выход тушки, подготовленной к кулинарной обработке	Всего субпродуктов и потерь	в том числе		
			пищевых обработанных субпродуктов, в т.ч. кожа шеи	внутренний жир	технические отходы и потери			пищевых обработанных субпродуктов, в т.ч. кожа шеи	внутренний жир	технические отходы и потери
Цыплята потрошеные	97,6	2,4	-	2,4	-	98,7	1,3	-	1,3	-
Куры потрошеные	88,5	11,5	6,2	5,3	-	89,7	10,3	6,3	4,0	-

Нормы выхода мякоти при холодной обработке сельскохозяйственной птицы (в % к птице массой брутто)

Наименование птицы и способ промышленной обработки	I категория		II категория	
	мякоть с кожей	мякоть без кожи	мякоть с кожей	мякоть без кожи
Куры потрошеные	60	43	62	46

Примечание: Масса зачищенных филе кур составляет 30–25% к общей массе мякоти.

Таблица 9

Расчет расхода мяса, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из сельскохозяйственной птицы

Наименование продуктов, полуфабрикатов и готовых изделий	Способ тепловой обработки	Масса сырья брутто, г		Масса сырья нетто или полуфабриката, г	Потери при тепловой обработке, в % к массе нетто или п/ф	Отходы при обвалке и порционировании	Масса готового изделия, г
		I категория	II категория				
1	2	3	4	5	6	7	8
Куры потрошеные							
- целиком	варка	156	153	139	28	-	100
	-«-	161	157	143	28	3[1]	100
	-«-	171	167	152	28	6[2]+3[1]	100
- целиком (мякоть для салата без кожи)	варка	147	144	131	28	47[3]	50
	-«-	295	288	262	28	47[3]	100
Котлеты из котлетной массы							
- мякоть без кожи	жаренье	86	80	37/63[4]	20	-	50
- мякоть с кожей	-«-	62	60	37/63[4]	20	-	50
Биточки припущенные (мякоть без кожи)	припускание	86	80	37/57[4]	12	-	50
Цыплята потрошеные							
- целиком	варка, припускание	132	131	129	20	3[1]	100
- порционные и мелкими кусками	тушение[5]	150	148	145	31	-	100

[1] – 3% - отходы на порционирование.

[2] – 6% - отходы на спинную кость.

[3] – 47% - отходы на кости и кожу после варки кур.

[4] – в числителе – масса сырья нетто, в знаменателе – масса полуфабриката.

Дополнительные продукты, расходуемые для изготовления полуфабрикатов, см. в соответствующих рецептурах Сборника.

[5] – при тушении птицы порционными и мелкими кусками предусмотрены потери на порционирование в количестве 1%, возникающие при нарубании птицы в сыром виде.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 404

Наименование блюда: **Птица отварная**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Курица I категории потрошеная	112	100						
Морковь	3	2						
Петрушка	3	3						
Масса отварной птицы	-	70						
ИТОГО:			16,5	16,4	11,4	0,0	0,4	170

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	3,3	0,02	0,4	25	111	16	1,1

Выход: 70

Технология приготовления: Подготовленные тушки кур или цыплят закладывают в кипящую воду (2,5 л на 1 кг продукта) и быстро нагревают до кипения. С закипевшего бульона снимают пену и жир, добавляют нарезанную морковь, соль и варят птицу при слабом кипении до готовности (проверка готовности: поварская игла должна свободно проходить в толстую часть ножки, на изломе ножки - мякоть серого цвета). Сваренные тушки вынимают из бульона, дают им остыть и нарубают на порции (2 кусочка по 35 г). Нарубленные порции птицы заливают горячим бульоном, доводят до кипения. При отпуске отварную птицу гарнируют и поливают маслом или соусом.

Гарниры: рассыпчатый рис, овощи отварные, овощные пюре.

Соусы: молочный, молочный с морковью, сметанный.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид: два кусочка на порцию (от филейной части и от ножки) уложены на блюдо, политы соусом, сбоку рассыпчатый рис (или другой гарнир) горкой. Цвет филейной части - серовато-белый, ножки - коричневатый, соусов молочного и сметанного - белый, с морковью - розовый. Вкус и запах, свойственные вареной курице с привкусом и запахом соуса.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 405

Наименование блюда: **Курица в соусе с томатом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Курица I категории потрошеная	208	184/132 *						
Отварная мякоть птицы без кожи	-	70						
Масло сливочное	9	9						
Лук репчатый	9,3	7,5						
Томат-пюре	9,3	9,3						
Мука пшеничная	1,9	1,9						
Чеснок	0,9	0,9						
Сметана	5	5						
Морковь	9,3	7,5						
Вода	46	46						
ИТОГО:			13,6	12,9	13,5	0,2	4,1	192

* В числителе - масса тушки кур до варки, в знаменателе - масса тушек вареных кур.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	2,3	0,03	0,5	34	90	16	1,0

Выход: 120

Технология приготовления: Курицу отваривают тушками (целиком), отделяют мякоть от костей и нарезают брусочками по 10–15 г. Морковь шинкуют соломкой, пассеруют на сливочном масле с добавлением куриного бульона. Томат-пюре пассеруют до исчезновения сырого запаха томата. Лук репчатый, нарезанный полукольцами, бланшируют затем пассеруют без изменения цвета. Муку пассеруют без изменения цвета (без масла), разводят горячим бульоном, доводят до кипения при постоянном помешивании, закладывают подготовленные морковь, лук, проваривают 15–20 мин (до готовности овощей), вводят томат-пюре, варят 5 мин, закладывают мякоть курицы и тушат 10–15 мин. В конце тушения добавляют растертый чеснок, сметану, доводят до кипения и подают.

Гарниры: отварной рис, отварные макароны, картофельное пюре.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид: 5–7 кусочков тушеной птицы, залитых томатным соусом со сметаной, гарнир расположен сбоку. Курица на разрезе белого цвета, поверхность кусочков - розоватая, цвета соуса. Мякоть мягкая, продукты гарнира мягкие, доведены до готовности. Вкус в меру соленый, свойственный тушеной птице, овощам, томату. Без посторонних привкусов и запахов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 406

Наименование блюда: **Плов из отварной птицы**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Курица I категории потрошеная	207,5	184/132 *						
Масса отварной мякоти птицы без кожи	-	70						
Масло растительное	11	11						
Лук репчатый	22	11						
Морковь	14	11						
Крупа рисовая	49	49						
Бульон для риса	104	104						
Масса готового риса с овощами	-	140						
ИТОГО:			16,0	12,7	15,9	11,5	37,9	359

* В числителе - масса тушек кур до варки, в знаменателе - масса тушек вареных кур

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	1,3	0,01	5,4	33	133	31	1,3

Выход: 210

Технология приготовления: Подготовленных кур отваривают целиком, отделяют мякоть, нарезают кубиками, заливают бульоном и кипятят 3–5 мин. Оставляют в бульоне. Морковь нарезают кубиками, припускают с маслом, добавляют бланшированный рубленый лук, бульон в соответствии с рецептурой, йодированную соль и доводят до кипения. Всыпают подготовленную рисовую крупу и варят до загустения. Посуду плотно закрывают крышкой и плов доводят до готовности при умеренном нагреве в течение 35–40 мин (на водяной бане).

При отпуске плов укладывают в тарелку горкой, так чтобы сверху была отварная мякоть кур.

При расчете воды следует учесть, что в рисе при его промывании остается вода в количестве 15% от массы риса.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Птица нарезана кубиками, морковь, лук - соломкой или мелкими кубиками, плов уложен горкой, украшен веточкой зелени. Вкус и запах отварной курицы, риса и овощей. Не допускается запах подгоревшего мяса, риса, овощей. Цвет птицы и риса белый. Консистенция мякоти птицы - мягкая, сочная, рис хорошо набухший, рассыпчатый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 407

Наименование блюда: **Рагу из птицы**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Курица I категории потрошеная	81	72						
Масло растительное	2	2						
Масса жареной птицы	-	50						
Картофель	107	80						
Морковь	21	17						
Томатное пюре	6	6						
Лук репчатый	12	10						
Масло растительное	4	4						
Мука пшеничная	1	1						
Масса гарнира и соуса	-	125						
ИТОГО:			13,8	11,8	14,4	4,8	15,9	248

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,12	10,4	0,02	3,1	25	139	39	1,8

Выход: 175

Технология приготовления: Подготовленные тушки птицы, нарубленные на куски по 30–35 г, заливают горячей водой в количестве 20–30% от массы набора продуктов, добавляют пассерованное томатное пюре и тушат 20 мин. Бульон оставшийся после тушения, сливают и приготавливают на нем соус, которым заливают тушеные кусочки мяса, добавляют нарезанные кусочками картофель, морковь, лук и тушат 25–20 мин.
Отпускают рагу вместе с соусом и гарниром.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Мясо вместе с соусом и гарниром уложены в баранчик, овощи сохранили форму нарезки. Консистенция сочная, мягкая. Цвет оранжевый. Вкус умеренно соленый, свойственный мясу птицы с привкусом томата и овощей. Запах, свойственный мясу птицы, томата и овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 408

Наименование блюда: **Суфле из кур**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Курица 1 категории потрошеная	139	123						
Отварная мякоть птицы без кожи	-	47						
Яйца	1/3 шт.	13						
Соус молочный для запекания:	-	20						
Молоко	15,3	15,3						
Вода	3,3	3,3						
Мука пшеничная	2,7	2,7						
Масло сливочное	2,7	2,7						
Масса полуфабриката	-	75						
Масло сливочное на смазку	1,3	1,3						
Масса готового суфле	-	70						
Масло сливочное	5	5						
ИТОГО:			10,9	10,6	13,3	0,0	2,7	174

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	0,5	0,07	0,4	28	75	11	1,0

Выход: с маслом 75

Технология приготовления: Мякоть вареных кур без кожи дважды пропускают через мясорубку с частой решеткой, нагревают при помешивании до температуры 100 °С в течение 5 мин, охлаждают до температуры 50 °С. В массу вводят соус молочный средней густоты, хорошо взбивают деревянной веселкой, затем вводят размягченное сливочное масло, желтки и взбитые в густую пену белки. Слегка вымешивают снизу вверх и выкладывают на противень, смазанный маслом, слоем в 3 см. Запекают до готовности в жарочном шкафу в течение 20 минут при температуре 220–250 °С или варят на пару 25–30 мин. Готовность определяют по уплотнению массы, она отделится от стенок формы или противня.
Отпускают с гарниром и маслом.
Гарниры: каши вязкие или рассыпчатый рис, макаронные изделия отварные, пюре овощные.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид: суфле пышное, без корочки на поверхности (паровое) или негрубая корочка (запеченное), полито маслом. Гарнир расположен сбоку, поверхность пюре, вязких каш прокарбована ложкой. Цвет суфле - беловато-серый, гарнира в соответствии с продуктами. Вкус и запах суфле - отварной птицы, с привкусом молока. Консистенция нежная, пористая, гарнир не растекается по тарелке.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 409

Наименование блюда: **Суфле из кур с рисом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Курица I категории потрошеная	207	184/132*						
Масса отварной мякоти птицы без кожи	-	70						
Крупа рисовая	7	7						
Масса вязкой рисовой каши	-	31						
Яйца	3/10 шт.	12						
Масло сливочное	4,5	4,5						
Масса полуфабриката	-	110						
Масса готового суфле	-	100						
Масло сливочное	5	5						
ИТОГО:			14,6	14,1	14,3	0,0	5,3	203

* В числителе - масса тушек кур до варки, в знаменателе - масса варсной птицы.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	0,5	0,04	0,5	28	98	13	1,1

Выход: с маслом 105

Технология приготовления: Тушки подготовленных кур закладывают в кипящую воду, доводят до кипения, снимают пену, жир и варят до готовности при слабом кипении. Мякоть вареных кур без кожи нарезают на куски, соединяют с вязкой рисовой кашей и пропускают через мясорубку с частой решеткой. Полученную массу на противне прогревают до температуры 100 °С, затем охлаждают до температуры 55 °С. В массу добавляют соль, желтки яиц, половину нормы масла, хорошо перемешивают, вводят взбитые белки, выкладывают на противень, смазанный маслом (2 г от нормы), слоем 2,5–3 см и запекают до готовности в жарочном шкафу в течение 15 минут при температуре 180–200 °С.
Отпускают нарезая на порции с гарниром и маслом.
Гарниры: овощные пюре (морковное, свекольное).
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид: суфле пышное, без грубой корочки на поверхности, полито маслом. Гарнир расположен сбоку, поверхность его прокарбована и полита маслом. Цвет суфле беловато-серый, гарнира из моркови - розовый. Вкус и запах отварной курицы и соответствующих овощей. Консистенция нежная, пористая. Гарнир хорошо протертый, пышный, не растекается по тарелке.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 410

Наименование блюда: **Фрикадельки из кур**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Курица I категории	120	52						
Хлеб пшеничный	11	11						
Яйца	1/7 шт.	6						
Молоко или вода	15	15						
Масса полуфабриката	-	80						
Масса готовых фрикаделек	-	70						
Масло сливочное	5	5						
ИТОГО: по молоку			10,7	9,5	9,3	0,1	5,7	149

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	0,6	0,05	0,4	31	75	12	0,9

Выход: 75

Технология приготовления: У обработанных тушек кур отделяют мякоть от кожи и костей. Измельчают на мясорубке, второй раз пропускают вместе с замоченным в молоке или воде пшеничным хлебом, добавляют соль, хорошо вымешивают, разделывают на шарики (по 2–3 шт. на порцию) и отваривают на пару или в воде.
Отпускают фрикадельки с гарниром и маслом.
Гарниры: пюре картофельное, пюре из моркови или свеклы.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Изделия в форме шариков одинакового размера уложенные на тарелку, сбоку гарнир. Консистенция сочная, нежная. Цвет сероватый. Вкус умеренно соленый, свойственный свежеприготовленным изделиям из котлетной массы на пару. Запах, свойственный изделиям из котлетной массы на пару.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 411

Наименование блюда: **Кнели из кур с рисом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Курица I категории потрошеная	154	66						
Крупа рисовая	6,5	6,5						
Масса вязкой рисовой каши	-	28						
Вода или молоко	7,5	7,5						
Масло сливочное	2,8	2,8						
Масса полуфабриката	-	93						
Масса готовых кнелей	-	70						
ИТОГО: по молоку			12,1	11,7	12,3	0,1	5,2	179

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,7	0,05	0,2	16	76	14	1,0

Выход: 70

Технология приготовления: У обработанных тушек кур отделяют мякоть от кожи и костей. Мякоть кур без кожи измельчают дважды на мясорубке. Затем массу смешивают с холодной рисовой вязкой кашей, добавляют йодированную соль, молоко или воду, сливочное масло, тщательно перемешивают и взбивают до получения однородной массы, разделывают кнели (шарики) массой 22–25 г и припускают в небольшом количестве воды под закрытой крышкой 10 мин.
Отпускают кнели с гарниром, сливочным маслом или соусом.
Гарниры: каши вязкие, макаронные изделия отварные, овощные пюре.
Соусы: молочный или сметанный.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид кнели: шарики равные по массе, 4 шт. на порцию. Гарнир расположен сбоку, поверхность овощных пюре прокарбована. Цвет кнелей - беловато-серый. Вкус и запах отварной курицы, риса. Консистенция нежная пористая, рис проварен, мягкий.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 412

Наименование блюда: **Котлеты, биточки, шницели припущенные**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Курица I категории потрошеная	145	52						
Хлеб пшеничный	13	13						
Молоко или вода	18	18						
Масса полуфабриката	-	80						
Масса готовых биточков	-	70						
ИТОГО:			10,5	9,5	7,5	0,1	6,5	132

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	0,6	0,03	0,3	26	66	13	0,8

Выход: 70

Технология приготовления: Мякоть птицы без кожи пропускают через мясорубку. Измельченное мясо соединяют с замоченным в воде или молоке черствым пшеничным (высшего сорта) хлебом, кладут йодированную соль, хорошо перемешивают, пропускают через мясорубку второй раз и выбивают. Из готовой котлетной массы формуют котлеты, биточки или шницели, укладывают на смазанный маслом противень, подливают горячей водой и припускают при закрытой крышке до готовности 15–20 мин.
Отпускают биточки с гарниром и соусом.
Гарниры: пюре картофельное, пюре из моркови или свеклы.
Соусы: молочный или сметанный.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид: изделия сохранили форму, без трещин. Гарнир расположен сбоку в виде горки. Цвет на разрезе серый. Вкус в меру соленый, свойственный отварному мясу. Консистенция пышная, не жующаяся.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 413

Наименование блюда: **Пюре из кур**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Курица I категории потрошеная	145	129/92*						
Масса отварной мякоти птицы без кожи	-	49						
Соус молочный для запекания:	-	25						
Молоко	18	18						
Бульон или вода	3,5	3,5						
Мука пшеничная	3,5	3,5						
Масло сливочное	3,5	3,5						
Масса готового пюре	-	70						
ИТОГО:			9,7	9,4	8,0	5,5	0,1	111

* В числителе - масса тушек кур до варки, в знаменателе - масса тушек вареных кур.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,01	0,5	0,02	0,3	38	66	9	0,6

Выход: 70

Технология приготовления: Курицу отваривают, вареное мясо без кожи дважды пропускают через мясорубку, соединяют с молочным соусом средней густоты, добавляют йодированную соль, масло, вымешивают и еще раз нагревают до 100 °С и варят 5–10 мин.
Отпускают с маслом и гарниром.
Гарниры: вязкие каши или рассыпчатый рис, макаронные изделия отварные, овощные пюре.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид: пюре уложено горкой, прокарбовано и полито маслом. Цвет пюре светло-серый, в меру соленое. Вкус и запах отварной птицы, молока. Консистенция нежная, однородная.

13. Гарниры

Гарниры повышают питательную ценность блюд, разнообразят их вкус, дают возможность красиво оформить блюдо, то есть сделать его привлекательным, аппетитным и тем самым повысить усвояемость пищи. Для приготовления гарниров используют широкий набор продуктов: крупы, бобовые, макаронные изделия, картофель, овощи, плоды и ягоды.

Крупяные гарниры представляют собой рассыпчатые или вязкие каши. Макаронные изделия используют для гарниров отварными, бобовые - отварными и в виде пюре.

Широкое применение находят овощные гарниры. Для их приготовления используют разнообразные свежие, соленые, квашеные, отварные, припущенные, жареные, запеченные и тушеные овощи.

Особое место в кулинарии занимают гарниры из картофеля. Вкусовые качества этого продукта делают его почти универсальным гарниром. В зависимости от вкусовых особенностей и от вида тепловой обработки основного продукта картофель подвергают различной кулинарной обработке - варке, запеканию, тушению.

Гарниры можно подразделить на простые, состоящие из какого-то одного продукта (картофельное пюре, каша, макароны отварные и т.п.), и сложные. Обычно сложные гарниры состоят из двух-трех различных продуктов (морковь или свекла припущенные или отварные, горошек или фасоль отварные или другие продукты в различных сочетаниях).

В данном разделе приведен ассортимент наиболее часто используемых гарниров. В качестве гарнира можно также использовать отдельные овощные и крупяные блюда, рецептуры которых приведены в соответствующих разделах Сборника.

Дополнительно на гарнир можно подать свежие, соленые овощи (огурцы, помидоры, капусту и др.).

13.1. Гарниры из круп

В качестве гарниров из круп используют каши рассыпчатые, вязкие.

См. раздел Блюда из круп.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 414

Наименование блюда: **Рис отварной**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа рисовая	360	360						
Масло сливочное	45	45						
ИТОГО:			24,6	0,2	40,5	3,6	225,4	1364

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,18	0,0	0,27	1,9	34	472	152	3,5

Выход: 1000

Технология приготовления: Рис перебирают, промывают многократно в теплой воде. Подготовленную рисовую крупу всыпают в кипящую подсоленную воду (6 л воды, 40 г йодированной соли на 1 кг риса) и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают на сито, дают воде стечь. 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.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Зерна крупы набухшие, мягкие, не деформированные, белого цвета, не слипшиеся. Не допускается вкус и запах подгорелой каши.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 415

Наименование блюда: **Рис припущенный**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа рисовая	345	345						
Вода или бульон	725	725						
Масло сливочное	45	45						
ИТОГО:			23,6	0,2	40,3	3,4	216	1321

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,18	0,0	0,27	1,8	32	457	145	3,4

Выход: 1000

Технология приготовления: Рис перебирают, промывают. Подготовленную рисовую крупу всыпают в кипящую подсоленную воду или бульон (необходимо уменьшить количество жидкости на 15% от массы крупы, т.к. такое количество жидкости остается в крупе после промывания). Варят, периодически помешивая, при слабом кипении до загустения. Затем вводят растопленное сливочное масло и уваривают до готовности на водяной бане или в жарочном шкафу при температуре 160 °С при закрытой крышке 5–7 мин. Затем взрыхляют поварской вилкой.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Крупинки риса хорошо набухшие, не деформированные, мягкие, не слипающиеся, белого цвета. Не допускается вкус подгорелой каши.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 416

Наименование блюда: **Рис, припущенный с томатом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа рисовая	350	350						
Вода или бульон	670	670						
Томат-пюре	50	50						
Масло сливочное	45	45						
ИТОГО:			25,7	0,2	40,4	3,5	224	1362

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,19	9,7	0,27	2,1	43	489	167	4,4

Выход: 1000

Технология приготовления: Подготовленную рисовую крупу всыпают в кипящую подсоленную воду или бульон (количество жидкости, положенное по рецептуре уменьшают на 15% от массы крупы, т.к. именно столько жидкости остается в крупе после ее промывания). Рис варят при слабом кипении, периодически помешивая, до загустения. Затем вводят томат-пюре пассерованное со сливочным маслом, перемешивают, плотно закрывают крышкой и уваривают на водяной бане или в жарочном шкафу при температуре 140–160 °С до готовности.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Рис рассыпается, мягкий, крупинки набухшие, не деформированные, оранжевого цвета. Вкус в меру соленый, кисловатый. Не допускается привкус сырого томата.

13.2. Гарниры из бобовых

Фасоль, горох и чечевицу перед приготовлением блюд тщательно перебирают, удаляя сорные примеси, и промывают в холодной воде. Отходы при переборке составляют 1%.

Бобовые (кроме гороха лущеного) развариваются медленно, поэтому перед варкой их замачивают в холодной воде в течение 5–8 ч. Предварительное замачивание бобовых дает возможность не только сократить срок их тепловой обработки, но и сохранить во время варки зерна в целом (неразваренном) виде.

Для замачивания на одну часть сухого зерна берут две части воды, температура которой должна быть не выше 15 °С.

Перед варкой бобовые заливают холодной водой (2,5 л воды на 1 кг бобовых) и варят в закрытой посуде при слабом, но непрерывном кипении. Продолжительность варки колеблется в следующих пределах: чечевицы - 45–60 мин, гороха - 60–90 мин, фасоли - 1–2 ч.

Во время варки не следует добавлять холодную воду, так как это ухудшает развариваемость бобовых и, кроме того, от холодной воды зерна теряют свою форму.

Хорошо сваренные зерна имеют однородную мягкую консистенцию. У сваренной фасоли, чечевицы большая часть зерен должна сохранить свою форму.

Для улучшения вкуса бобовых иногда при варке добавляют ароматические коренья и овощи (перец, петрушку, морковь, сельдерей и лук), нарезанные мелкими кубиками, а также зелень петрушки и сельдерея (3 г нетто на порцию).

После того как бобовые станут мягкими, варку прекращают, добавляют соль (3–4 г на порцию отварных бобовых) и оставляют их на 15–20 мин в отваре, который затем сливают.

Из 1 кг сухих бобовых получается 2,1 кг вареных.

При отпуске бобовые посыпают зеленью петрушки или укропа.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 417

Наименование блюда: **Пюре из гороха**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Горох	505	500						
Вода	1025	1025						
ИТОГО:			97,4	0,0	9,6	9,6	193,7	1164

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
2,11	0,0	0,00	0,0	558	1563	524	33,0

Выход: 1000

Технология приготовления: Бобовые промывают, замачивают в холодной воде (в прохладном месте) в соотношении 1:2. Перед варкой заливают холодной водой (2,5 л на 1 кг бобовых) и варят в закрытой посуде при слабом, но непрерывном кипении 60–90 мин. Во время варки нельзя добавлять холодную воду. После того как горох станет целиком мягким, варку прекращают, отвар сливают, горох протирают, добавляют йодированную соль (8–10 г на 1 кг). Готовое пюре используют для дальнейшего приготовления блюд.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Цвет желтый, масса однородная, в меру соленая, без посторонних привкусов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 418

Наименование блюда: **Пюре из гороха с маслом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Масса пюре из гороха	-	200						
Масло сливочное	5	5						
ИТОГО:			19,5	0,0	6,0	2,9	38,8	287

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,42	0,0	0,03	0,0	112	313	105	6,6

Выход: с маслом 205

Технология приготовления: Бобовые промывают, замачивают в холодной воде (в прохладном месте) в соотношении 1:2. Перед варкой заливают холодной водой (2,5 л на 1 кг бобовых) и варят в закрытой посуде при слабом, но непрерывном кипении 60–90 мин. Во время варки нельзя добавлять холодную воду. После того как горох станет целиком мягким, варку прекращают, отвар сливают, горох протирают, добавляют йодированную соль (8–10 г на 1 кг). В горячий протертый горох добавляют растопленное сливочное масло и перемешивают. Растопленное сливочное масло можно добавлять при отпуске непосредственно в тарелку.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Цвет желтый, масса однородная, в меру соленая, без посторонних привкусов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 419

Наименование блюда: **Пюре из гороха с пассерованным луком**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Масса пюре из гороха	-	200						
Масло сливочное	5	5						
Лук репчатый	48	40						
Масса лука, пассерованного с маслом	-	40						
ИТОГО:			20,6	0,0	6,7	2,0	45,8	326

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,45	2,8	0,01	1,6	132	353	113	7,1

Выход: 225

Технология приготовления: Бобовые промывают, замачивают в холодной воде (в прохладном месте) в соотношении 1:2. Перед варкой заливают холодной водой (2,5 л на 1 кг бобовых) и варят в закрытой посуде при слабом, но непрерывном кипении 60–90 мин. Во время варки нельзя добавлять холодную воду. После того как горох станет целиком мягким, варку прекращают, отвар сливают. Горячий отварной горох соединяют с пассерованным (предварительно бланшированным) репчатым луком, протирают, добавляют йодированную соль, перемешивают.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Цвет желтый, масса однородная, в меру соленая, без посторонних привкусов, с ароматом пассерованного лука.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 420

Наименование блюда: **Фасоль отварная**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Фасоль	48,5	48						
Вода	120	120						
Соль	0,25	0,25						
Зелень петрушки или укропа	2,7	2						
ИТОГО:			9,5	0,0	0,7	0,7	18,6	119

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,17	0,0	0,00	0,3	74	228	49	2,8

Выход: 100

Технология приготовления: Фасоль, тщательно перебирают, промывают в холодной воде. Перед варкой замачивают в холодной воде в соотношении 1:2. Температура воды должна быть не выше 15 °С. Затем воду сливают. Перед варкой заливают холодной водой (2,5 л на 1 кг бобовых) и варят в закрытой посуде при слабом, но непрерывном кипении. Продолжительность варки фасоли – 1–2 часа. Во время варки не следует добавлять к бобовым холодную воду, так как это ухудшает их развариваемость, при этом зерна теряют свою форму. После того, как бобовые станут мягкими, варку прекращают, добавляют соль и оставляют их на 15–20 мин в отваре, который затем сливают.

При отпуске бобовые отварные посыпают рубленой зеленью петрушки или укропа.

Кроме того, отварные бобовые могут использовать для приготовления блюд и гарниров.

Температура подачи: не ниже 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Цвет светло-коричневый, масса однородная, в меру соленая, без посторонних привкусов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 421

Наименование блюда: **Бобовые в соусе**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
		Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.			
Масса бобовых (фасоль, или горох, или чечевица)	-	70						
Соус томатный	27	27						
Масло сливочное	3	3						
ИТОГО: по фасоли			14,3	0,0	4,8	1,4	28,6	215

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,19	0,0	0,02	0,9	109	345	72	4,2

Выход: 100

Технология приготовления: Фасоль, горох, чечевицу, тщательно перебирают, промывают в холодной воде. Бобовые (кроме гороха лущеного) перед варкой замачивают в холодной воде в соотношении 1:2. Температура воды должна быть не выше 15 °С. Затем воду сливают. Перед варкой бобовые заливают холодной водой (2,5 л на 1 кг бобовых) и варят в закрытой посуде при слабом, но непрерывном кипении. Продолжительность варки: чечевицы - 45–69 мин, гороха – 60–90 мин, фасоли – 1–2 часа. Во время варки не следует добавлять к бобовым холодную воду, так как это ухудшает их развариваемость, при этом зерна теряют свою форму. После того, как бобовые станут мягкими, варку прекращают, добавляют соль и оставляют их на 15–20 мин в отваре, который затем сливают.

При отпуске бобовые отварные заправляют маслом сливочным и соусом томатным и, при непрерывном помешивании, доводят до кипения и кипятят в течение 5 мин.

Температура подачи: не ниже 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Цвет светло-коричневый, бобовые сохранили свою форму, не разваливаются. Вкус в меру соленый.

13.3. Гарниры из овощей

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 422

Наименование блюда: **Овощи отварные**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста белокочанная	139	111						
Масса отварной капусты или морковь	136	100 109						
Масса отварной моркови или свекла	136	100 109						
Масса отварной свеклы или кабачки	191	100 128						
Масса отварных кабачков или тыква	172	100 120						
Масса отварной тыквы	-	100						
Масло сливочное	5	5						
ИТОГО: по капусте белокочанной			1,4	0,0	3,8	0,0	3,7	55

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	21,2	0,03	0,1	37	24	13	0,6

Выход: 100

Технология приготовления: Капусту зачищают, нарезают шашками, остальные овощи средним кубиком. Тыкву и кабачки разрезают пополам вдоль, очищают от кожицы, семян, мякоть нарезают средним кубиком. Капусту полностью заливают горячей водой, добавляют йодированную соль и варят при бурном кипении (чтобы не потемнела) до готовности. Свеклу заливают небольшим количеством горячей воды, добавляют лимонную кислоту (чтобы сохранилась окраска), закрывают крышкой и варят до готовности без соли. Можно свеклу сварить в кожуре, очистить и нарезать средним кубиком. Морковь, тыкву, кабачки варят в небольшом количестве воды при слабом кипении при закрытой крышке, морковь без соли, кабачки и тыкву с добавлением соли. Сливают отвар, обсушивают, добавляют растопленное сливочное масло, прогревают в жарочном шкафу до температуры 100 °С.
Подают в качестве основного второго блюда или гарнира.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Одинаковые, не разварившиеся, сохранившие форму кубики 1,5×1,5 см, мягкие. Вкус и запах, свойственные виду свежесваренных овощей, морковь, свекла - сладковатые, без выраженного вкуса соли. Остальные овощи в меру соленые. Цвет капусты - от белого до кремового, моркови - оранжевый, свеклы - темно-вишневый, тыквы - желтый, кабачков - желто-зеленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 423

Наименование блюда: **Капуста тушеная**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста белокочанная свежая	131,3	105						
или капуста квашеная	128,6	90						
Масло сливочное	4,5	4,5						
Морковь	5	4						
Петрушка	2,7	2						
Лук репчатый	7,1	6						
Томат-пюре	8	8						
Мука пшеничная	1,2	1,2						
Сахар	3	3						
ИТОГО: по капусте свежей			3,7	0,0	3,6	0,3	3,9	63

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	17,0	0,03	0,7	61	55	24	1,0

Выход: 100

Технология приготовления: Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем 300 мм, добавляют воду (20–30% к массе сырой капусты), растопленное сливочное масло и тушат до полуготовности при помешивании. Затем добавляют пассерованные, нарезанные соломкой морковь, сырую петрушку, репчатый лук, предварительно бланшированный, и тушат до готовности 40–45 минут. За 10 минут до конца тушения капусту заправляют йодированной солью, сахаром, подсушенной мукой, растертой со сливочным маслом и разведенной в небольшом количестве воды.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Овощи должны иметь кусочки одинаковой формы и размера. Консистенция мягкая, сочная, у капусты допускается упругая. Вкус кисло-сладкий. Цвет коричневый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 424

Наименование блюда: **Капуста, тушеная с морковью в молоке**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста свежая белокочанная	82	65						
Морковь	44	35						
Молоко	20	20						
Масло сливочное	3	3						
Сахар	1	1						
Мука пшеничная	2	2						
ИТОГО			2,0	0,9	2,8	0,1	4,6	52

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	10,0	0,02	0,3	62	54	24	0,6

Выход: 100

Технология приготовления: Нарезанные соломкой свежую капусту и морковь тушат в молоке с добавлением сливочного масла (1/3 от нормы) до готовности 40–50 мин. За 5 мин до окончания тушения капусту заправляют сахаром, солью, мукой, подсушенной без изменения цвета, растертой со сливочным маслом и разведенной в молоке.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Овощи сохранили форму нарезки. Консистенция овощей мягкая, капусты - упругая, сочная. Вкус в меру соленый, сладковатый, без привкуса и запаха сырой муки, пригорелого молока. Цвет светло-коричневый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 425

Наименование блюда: **Капуста, тушенная с яблоками**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста белокочанная	132	105						
Яблоки *	29	20						
Сахар	1,5	1,5						
Масло сливочное	4,5	4,5						
Мука пшеничная	1	1						
ИТОГО:			1,7	0,0	3,5	0,2	4,8	57

* Масса яблок, очищенных от кожицы, с удаленным семенным гнездом.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	15,8	0,03	0,2	52	33	17	1,0

Выход: 100

Технология приготовления: Капусту шинкуют соломкой и тушат с маслом (2/3 от нормы) и небольшим количеством воды (10% от массы капусты) до полуготовности. Затем добавляют нарезанные яблоки, очищенные от кожицы и сердцевины, и тушат еще 40–45 мин. За 5 мин до окончания тушения добавляют сахар, йодированную соль, муку, подсушенную без изменения цвета и растертую со сливочным маслом, разведенную в небольшом количестве воды, и вновь доводят до кипения, тушат 10 минут.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Овощи имеют одинаковую форму нарезки и размеры. Консистенция сочная, капуста упругая, но не хрустящая. Вкус кисло-сладкий. Цвет темно-коричневый. Форма нарезки сохранилась.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 426

Наименование блюда: **Картофель отварной**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Картофель	132	99						
или картофель молодой	128	102						
Масса отварного картофеля	-	96						
Масло растительное	4,5	4,5						
или масло сливочное	4,5	4,5						
ИТОГО:			1,9	0,0	4,9	4,9	12,7	102

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,10	13,9	0,03	0,1	11	52	20	0,8

Выход: 100

Технология приготовления: Очищенный мелкий целиком, дольками или крупным кубиком картофель заливают горячей водой так, чтобы она покрывала картофель на 1–1,5 см, кладут йодированную соль, закрывают крышкой, доводят до кипения и варят при слабом кипении до готовности. Затем отвар сливают, посуду накрывают крышкой, станят на слабый нагрев на 1,5–2 мин., обсушивают. Если сорт картофеля быстроразваривающийся, поглощающий много влаги, то варят его 15 минут после закипания, сливают отвар, накрывают крышкой и доводят до готовности без воды - паром.

Используют как самостоятельное блюдо или в качестве гарнира.

При отпуске поливают растопленным сливочным или растительным маслом, украшают веточкой зелени.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Форма клубней или нарезки должна сохраниться. Цвет от белого до желтоватого. Потемнение картофеля не допускается. Консистенция рыхлая.

Расчет химического состава (жиры) велся по маслу растительному.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 427

Наименование блюда: **Картофель отварной в молоке**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Картофель	119	89						
Молоко	30	30						
Масло растительное	3	3						
Мука пшеничная	5	5						
ИТОГО:			3,1	0,8	4,2	3,3	12,5	100

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,11	12,7	0,01	1,5	41	75	22	0,8

Выход: 100

Технология приготовления: Очищенный мелкий целиком, дольками или крупным кубиком картофель заливают горячей водой так, чтобы она покрывала картофель на 1–1,5 см, кладут йодированную соль, закрывают крышкой, доводят до кипения и варят при слабом кипении до полуготовности. Затем отвар сливают, добавляют горячее молоко, варят до готовности, вводят разведенную молоком холодную мучную пассеровку и, помешивая, доводят до кипения.

Используют как самостоятельное блюдо или в качестве гарнира.

При отпуске поливают растопленным сливочным или растительным маслом, украшают зеленью.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Форма клубней или нарезки должна сохраниться. Цвет от белого до желтоватого. Потемнение картофеля не допускается. Консистенция рыхлая. Картофель частично разварен. Соус - густоты сметаны.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 428

Наименование блюда: **Картофель жареный из отварного**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Картофель	166	121 *						
Масло растительное	9,6	9,6						
ИТОГО:			2,4	0,0	9,5	9,5	15,2	156

* Масса картофеля отварного очищенного.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,12	17,5	0,00	4,3	12	63	24	0,9

Выход: 100

Технология приготовления: Отварной картофель охлаждают, нарезают тонкими ломтиками, обжаривают на сковороде с разогретым маслом (не допуская образования корочки), периодически помешивая. Солят (йодированной солью) в конце жарки.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Картофель имеет однородную форму нарезки. Поверхность слегка подрумянена, консистенция рыхлая, однородная. Цвет на разрезе белый или желтоватый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 429

Наименование блюда: **Картофельное пюре**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	113	84						
Молоко	16	15 *						
Масло сливочное	4,5	4,5						
ИТОГО:			2,1	0,4	4,4	0,3	10,9	92

* Масса кипяченого молока.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,09	3,4	0,03	0,1	26	57	19	0,7

Выход: 100

Технология приготовления: Очищенный картофель укладывают в посуду (слоем 50 см), солят, заливают горячей водой, чтобы она покрыла картофель на 1 см. Доводят до кипения и варят при слабом кипении до готовности. Горячий вареный картофель обсушивают, протирают через протирочную машину. Температура картофеля должна быть не менее 80 °С. В горячую картофельную массу добавляют в 2–3 приема горячее кипяченое молоко, масло сливочное. Пюре доводят до температуры 100 °С, постоянно помешивая, и прогревают 5–6 мин.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция - густая, пышная, однородная масса без комочков не протертого картофеля. Цвет от кремового до белого, без темных включений. Вкус слегка соленый, нежный, с ароматом молока и масла. Не допускается запах подгорелого молока.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 430

Наименование блюда: **Картофельное пюре с морковью**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	66	49,5						
Масса протертого картофеля	-	44						
Морковь	69	55						
Масса протертой моркови	-	47						
Молоко	8	7,5 *						
Масло сливочное	5	5						
ИТОГО:			1,8	0,2	4,5	0,2	8,5	82

* Масса кипяченого молока.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	2,6	0,03	0,5	27	58	29	0,7

Выход: 100

Технология приготовления: Картофель отваривают на пару или в кипящей подсоленной воде (0,6–0,7 л воды на 1 кг овощей) до готовности, воду сливают, картофель обсушивают и протирают горячим. Морковь очищенную припускают дольками, с небольшим количеством воды, до готовности и тоже протирают. Картофель и морковь соединяют, разводят горячим кипяченым молоком, добавляют масло сливочное растопленное, все прогревают на плите и взбивают до пышной однородной массы.

Отпускают как блюдо со сливочным маслом (5 г) или как гарнир.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция - густая, пышная, однородная масса без кусочков не протертых овощей. Цвет розовый (светло-оранжевый). Вкус сладковато-слабосоленый, нежный. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 431

Наименование блюда: **Морковь в молочном соусе**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	105	84						
Масса припущенной моркови	-	77						
Соус:								
Молоко	26	25						
Мука пшеничная	1,5	1,5						
Масло сливочное	1,5	1,5						
ИТОГО:			1,9	0,7	2,0	0,1	7,4	55

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	2,7	0,01	0,7	51	67	33	0,6

Выход: 100

Технология приготовления: Морковь нарезают брусочками или кубиками, припускают с водой и маслом. В готовую морковь добавляют молочный соус, йодированную соль и тушат 3–5 минут.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Морковь сохраняет форму нарезки. Цвет оранжевый, цвет соуса - белый. Консистенция моркови мягкая, соуса - жидкой сметаны. Вкус и аромат, свойственные припущенной моркови и молоку. Не допускается привкус пригорелого молока.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 432

Наименование блюда: **Морковь в молочном соусе с зеленым горошком**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	91	73						
Горошек зеленый консервированный	15,4	10						
Масса припущенных овощей	-	77						
Соус:								
Молоко	26	25						
Масло сливочное	1,25	1,25						
Мука пшеничная	1,25	1,25						
ИТОГО:			2,1	0,7	1,8	0,1	7,4	54

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	2,9	0,01	0,3	49	67	32	0,6

Выход: 100

Технология приготовления: Морковь, очищенную и нарезанную мелкими кубиками, зеленый горошек припускают до готовности. Припущенную морковь соединяют с проваренным в собственном отваре зеленым горошком, молочным соусом, йодированной солью. Перемешивают, доводят до кипения.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Овощи сохраняют форму. Цвет моркови - оранжевый, горошка - зеленый, соуса - белый. Консистенция овощей мягкая. Вкус и аромат, свойственные припущенной моркови, горошку, молоку. Не допускается привкус подгорелого молока.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 433

Наименование блюда: **Морковь, тушенная с черносливом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	106	85						
Масло сливочное	5	5						
Чернослив	17,8	27/20*						
Сахар	5	5						
ИТОГО:			1,5	0,0	4,2	0,2	20,1	124

* В числителе указана масса отварного чернослива, в знаменателе - масса отварного чернослива без косточки.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	1,9	0,03	0,7	38	62	51	1,1

Выход: 100

Технология приготовления: Очищенную морковь нарезают мелкими кубиками и припускают с добавлением сливочного масла до полуготовности. Затем кладут подготовленный мелко нарезанный чернослив, который предварительно перебирают, промывают, заливают небольшим количеством горячей воды и оставляют в ней до полного набухания, затем удаляют косточки. Тушат до готовности 10–15 минут.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Уложена на тарелку горкой, форма нарезки сохранилась. Консистенция мягкая. Цвет, свойственный моркови и черносливу. Вкус и аромат - сладковатый, свежеприготовленной моркови и чернослива.

14. Соусы

Соусы являются составной частью большого ассортимента горячих и холодных блюд из овощей, круп, макарон, мяса, рыбы и других продуктов. Они разнообразят и дополняют вкус блюда, повышают его питательную ценность.

Соусы подразделяются на две группы - горячие и холодные.

В зависимости от исходных продуктов различают горячие соусы на мясном и рыбном бульонах, сметанные, молочные и яично-масляные. К холодным соусам относятся соусы овощные, заправки и желе. В группу соусов включены смеси масляные, соусы сладкие и сиропы.

Соусы на мясном бульоне подразделяются на красные и белые. На рыбном бульоне, так же как и на мясном, готовят соусы красного и белого цвета.

По технологии приготовления различают соусы основные и производные от них. Производный соус готовят из основного с добавлением в него различных продуктов.

В рецептурах основных соусов предусмотрены потери в размере 2,5–3%, имеющие место при приготовлении на их основе производных соусов.

Норма вложения продуктов дана из расчета на 1 кг готового соуса; расход соли, перца и лаврового листа в рецептурах не указан.

Расход специй на 1 кг соуса следующий: соли - 10 г, перца - 0,5 г, лаврового листа - 0,2 г; на маринад, кроме того, гвоздики - 1 г, корицы - 1 г. Для приготовления соуса молочного используется только соль в количестве 8 г.

В рецептурах указывается кислота лимонная, которая может быть заменена соком лимона, из расчета: 1 г кислоты лимонной заменяется 8 г сока лимонного, получаемого из 20 г лимона. Кислоту лимонную растворяют в теплой кипяченой воде (1:5) и вводят в готовый соус.

14.1. Соусы горячие

Соусы для горячих блюд приготовляют на бульонах (мясном, рыбном), овощных отварах, молоке, сметане. Для придания соусам того или иного вкуса используют томатное пюре, коренья, лук репчатый.

Из пряностей в соусы добавляется лавровый лист, гвоздика и т.д. и пряные овощи - зелень петрушки, сельдерея, в свежем и сушеном виде и др.

Пряности в соус кладут за 10–15 мин до окончания его приготовления, лавровый лист - за 5 мин до конца варки.

Готовый процеженный соус заправляют маслом сливочным, которое кладут кусочками массой 3–5 г, и тщательно промешивают до полного соединения масла с соусом. Затем соус нагревают до температуры 80–85 °С, но не кипятят, иначе масло выделится на поверхность соуса. Заправка жиром повышает калорийность, улучшает вкус и консистенцию соуса, делает его более однородным.

Горячие соусы хранят в посуде с закрытой крышкой при температуре 75–80 °С.

Соусы молочные

Соусы молочные готовят на цельном молоке или молоке, разведенном бульоном или водой, с добавлением пшеничной муки, пассерованной до светло-кремового цвета на масле сливочном.

В зависимости от использования соусы молочные приготовляют различной консистенции: жидкие, средней густоты и густые. Жидкие соусы используют при отпуске овощных, крупяных и других блюд; соусы средней густоты - для запекания мяса, рыбы, овощей и для заправки отварных овощей (моркови, репы и др.); густые - для фарширования.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 434

Наименование блюда: **Соус молочный для запекания**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				У	Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Молоко	1000	1000						
Мука пшеничная	80	80						
Масло сливочное	80	80						
ИТОГО:			37,7	28,9	93,6	1,0	99,9	1393

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,48	6,5	0,60	2,0	1205	959	151	2,0

Выход: 1000

Технология приготовления: Горячим молоком разводят подсушенную без изменения цвета и растертую со сливочным маслом муку. Варят при слабом кипении 7–10 минут, процеживают, заправляют йодированной солью и еще раз доводят до кипения.
Используется при запекании блюд из овощей, мяса, рыбы, для заправки припущенных и отварных овощей.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция густой сметаны, цвет белый, вкус молочно-масляный. Не допустим вкус пригорелого молока.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 435

Наименование блюда: **Соус молочный к блюдам (1-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				У	Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Молоко	1000	1000						
Мука пшеничная	50	50						
Масло сливочное	50	50						
Сахар	10	10						
ИТОГО:			34,3	28,8	69,5	0,6	88,6	1117

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,43	6,5	0,40	1,2	1197	929	146	1,7

Выход: 1000

Технология приготовления: Горячим молоком разводят подсушенную без изменения цвета и растертую со сливочным маслом муку. Варят при слабом кипении 7–10 минут. Добавляют сахар, йодированную соль, процеживают и доводят до кипения, заправляют маслом.
Рекомендуют к овощным, мясным, рыбным блюдам.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция жидкой сметаны, без комков заварившейся муки. Цвет белый, вкус молочный. Не допускается вкус пригорелого молока.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 436

Наименование блюда: **Соус молочный к блюдам (2-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				У	Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Молоко	750	750						
Вода	250	250						
Мука пшеничная	50	50						
Масло сливочное	50	50						
Сахар	10	10						
ИТОГО:			26,3	21,4	63,9	0,6	77,9	992

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,34	4,9	0,45	1,2	902	709	112	1,4

Выход: 1000

Технология приготовления: Горячей смесью молока и воды разводят подсушенную без изменения цвета и растертую со сливочным маслом муку. Варят при слабом кипении 7–10 минут. Добавляют сахар, йодированную соль, процеживают и доводят до кипения, заправляют маслом.
Рекомендуют к овощным, мясным, рыбным блюдам.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция жидкой сметаны, без комков заварившейся муки. Цвет белый, вкус молочный. Не допускается вкус пригорелого молока.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 437

Наименование блюда: **Соус молочный к блюдам (3-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				У	Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Молоко	500	500						
Вода	500	500						
Мука пшеничная	50	50						
Масло сливочное	50	50						
Сахар	10	10						
ИТОГО:			19,9	14,6	49,5	0,6	66,3	790

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,25	3,3	0,35	1,2	606	490	77	1,2

Выход: 1000

Технология приготовления: Горячей смесью молока и воды разводят подсушенную без изменения цвета и растертую со сливочным маслом муку. Варят при слабом кипении 7–10 минут. Добавляют сахар, йодированную соль, процеживают и доводят до кипения, заправляют маслом.
Рекомендуют к овощным, мясным, рыбным блюдам.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция жидкой сметаны, без комков нерастворившейся муки. Цвет белый, вкус молочный. Не допускается вкус пригорелого молока.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 438

Наименование блюда: **Соус молочный на картофельном крахмале**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Молоко	1000	1000						
Крахмал картофельный	30	30						
Масло сливочное	50	50						
ИТОГО:			29,0	29,0	68,4	0,0	46,0	916

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,36	6,5	0,45	0,5	1194	898	138	1,0

Выход: 1000

Технология приготовления: В кипящее молоко вливают предварительно разведенный холодным молоком процеженный крахмал и, непрерывно помешивая, доводят до кипения. В конце варки добавляют йодированную соль и заправляют сливочным маслом.
Подают соус к овощным и крупяным блюдам.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция жидкой сметаны, без комков незаварившегося крахмала, цвет белый, вкус молока.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 439

Наименование блюда: **Соус молочный с морковью**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Молоко	420	420						
Мука пшеничная	83	83						
Масло сливочное	83	83						
Овощной отвар или вода	420	420						
Морковь	220	170						
ИТОГО:			23,5	12,5	80,0	1,2	86,7	1161

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,37	7,0	0,57	3,6	559	546	137	2,8

Выход: 1000

Технология приготовления: Муку подсушить на противне слоем не более 5 см в жарочном шкафу при температуре 110–120 °С без изменения цвета. Охладить до 50 °С, просеять, соединить со сливочным маслом и растереть в котле (кастрюле) до однородной массы. Массу развести молоком, смешанным с водой или отваром, проварить 7–10 мин, помешивая, посолить, процедить, добавить вареную протертую морковь, довести до кипения.
Рекомендуют к овощным, мясным, рыбным блюдам.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция густой сметаны, однородная, цвет светло-оранжевый, вкус молочный, с привкусом моркови, запах молока, моркови. Не допускается запах подгорелого молока.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 440

Наименование блюда: **Соус молочный сладкий**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Молоко	750	750						
Вода	250	250						
Мука пшеничная	40	40						
Масло сливочное	40	40						
Сахар	100	100						
Ванилин	0,5	0,5						
ИТОГО:			26,0	21,7	63,6	0,5	157,1	1305

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,33	7,3	0,39	1,0	901	699	110	1,5

Выход: 1000

Технология приготовления: Горячим молоком разводят подсушенную без изменения цвета и растертую со сливочным маслом муку. Варят при слабом кипении 7–10 минут. Добавляют сахар, процеживают и доводят до кипения, добавляют ванилин.
Соус подают к блюдам из круп, творога, овощей.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция жидкой сметаны, однородная. Цвет белый или слегка кремовый. Запах молока, ванилина. Вкус сладкий.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 441

Наименование блюда: **Соус молочный густой (для фарширования)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Молоко	900	900						
Масло сливочное	130	130						
Мука пшеничная	130	130						
Бульон или вода	-	150						
ИТОГО:			38,4	24,4	131,3	1,7	128,3	1848

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,49	5,8	0,86	3,2	1012	855	135	2,6

Выход: 1000

Технология приготовления: Пассерованную на масле муку разводят горячим молоком или молоком с добавлением бульона или воды и варят 7–10 мин при слабом кипении. Затем кладут йодированную соль, процеживают и доводят до кипения.
Используют соус для фаршированных блюд из птицы и др.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Однородная масса, с гладкой, бархатистой поверхностью, без комочков муки. Консистенция густая, эластичная, нежная. Цвет кремовый. Вкус нежный, сладковатый, молочный. Запах молока и продуктов, входящих в соус.

Соусы сметанные

Соусы сметанные готовят из сметаны с добавлением муки пшеничной и масла сливочного и из сметаны с добавлением соуса белого, приготовленного на бульоне (мясном, рыбном) или овощном отваре. Соусы сметанные, приготовленные на бульоне мясном или овощном отваре, используют для мясных, рыбных и овощных блюд, а соусы сметанные на бульоне рыбном - только для рыбных блюд.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 442

Наименование блюда: **Соус сметанный**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Мука пшеничная	25	25						
Масло сливочное	25	25						
Овощной отвар или вода	550	550						
Масса соуса	-	500						
Сметана	500	500						
ИТОГО:			15,4	12,8	106,3	0,3	33,8	1153

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,17	0,7	0,62	2,1	424	494	48	1,1

Выход: 1000

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 йодированную соль, затем процеживают и доводят до кипения.
Рекомендуют к блюдам из овощей, рыбы, мяса.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция жидкой сметаны, однородная, цвет белый с кремовым оттенком, вкус кисловатый, сметанный. Запах сметаны, кисловатый. Не допускается использование сметаны повышенной кислотности.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 443

Наименование блюда: **Соус сметанный натуральный**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Сметана	1000	1000						
Мука пшеничная	50	50						
Масло сливочное	50	50						
ИТОГО:			30,8	25,5	212,5	0,6	67,5	2306

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,34	1,5	1,20	4,2	849	566	97	2,1

Выход: 1000

Технология приготовления: Подсушенную, без изменения цвета, муку смешивают с маслом и небольшим количеством холодной сметаны, смесь разводят кипящей сметаной, добавляют йодированную соль, варят 3 мин, процеживают, доводят до кипения еще раз.
Рекомендуют к блюдам из овощей, рыбы, мяса.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция густой сметаны, цвет белый, вкус кисловатый, запах приятный, кисловатый. Не допускается использование сметаны повышенной кислотности.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 444

Наименование блюда: **Соус сметанный с томатом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная	50	50						
Масло сливочное	50	50						
Томат-пюре	100	100						
Соль поваренная йодированная	2,5	2,5						
Сметана	1000	1000						
ИТОГО:			34,4	25,5	212,5	0,6	63,3	2303

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,39	14,5	1,20	3,0	901	742	154	4,5

Выход: 1000

Технология приготовления: Подсушенную, без изменения цвета, муку смешивают с маслом и небольшим количеством холодной сметаны, смесь разводят кипящей сметаной, добавляют соль, варят 3 мин, процеживают. Подготовленное томат-пюре уваривают при слабом кипении до половины первоначального объема, соединяют со сметаной, проваривают, помешивая, при слабом кипении в течение 3–5 мин, процеживают и доводят до кипения еще раз.
Рекомендуют к блюдам из овощей и др.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Однородная масса, без комочков неразварившейся муки. Консистенция вязкая, эластичная. Цвет светло-коричневый. Вкус сметаны с томатом. Запах продуктов, входящих в блюдо. Не допускается использование сметаны повышенной кислотности.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 445

Наименование блюда: **Соус сметанный с томатом и луком**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Соус сметанный	-	800						
Лук репчатый	357	300						
Масло сливочное	30	30						
Томатное пюре	100	100						
ИТОГО:			21,4	13,7	91,6	0,6	69,8	1189

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,33	28,3	0,56	3,1	395	554	112	5,6

Выход: 1000

Технология приготовления: Мелко нарезанный лук пассеруют, добавляют томатное пюре и пассеруют еще 5–7 мин, затем соединяют с соусом сметанным и дают прокипеть.
Соус используют для приготовления тефтелей и блюд из овощей.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Однородная масса, смешанная с припущенным луком, без комочков неразварившейся муки. Консистенция вязкая, эластичная. Цвет светло-коричневый. Вкус свежей сметаны, припущенного лука и томата. Запах продуктов, входящих в блюдо.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 446

Наименование блюда: **Соус сметанный для овощных салатов**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Сметана	800	800						
Сахар	80	80						
Кислота лимонная	3	3						
Вода (для к-ты лимонной)	147	147						
ИТОГО:			20,7	20,7	118,4	0,0	106,9	1576

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,21	1,2	0,79	2,4	696	478	71	1,4

Выход: 1000

Технология приготовления: В прокипяченную сметану добавляют сахар, йодированную соль и раствор лимонной кислоты.
Соус используют для овощных салатов.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Однородная, вязкая масса полужидкой консистенции. Цвет белый. Вкус кисловатый, свежей сметаны. Запах свежей сметаны.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 447

Наименование блюда: **Соус сметано-масляный**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Масло сливочное	515	515						
Сметана	515	515						
ИТОГО:			15,5	15,5	504,7	0,0	21,2	4579

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,13	0,8	3,35	6,7	508	417	46	1,8

Выход: 1000

Технология приготовления: В растопленное масло кладут сметану и доводят до кипения.
Подают соус к блюдам из картофеля и творога.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Однородная вязкая масса полужидкой консистенции, белого цвета. Вкус свежей сметаны. Запах продуктов, входящих в соус.

Соусы белые на мясном и рыбном бульоне

Соус белый основной приготовляют на бульоне мясном, соединенном с пассерованной на сливочном масле мукой и овощами.

Используют бульоны, полученные при варке говядины, птицы и других мясных продуктов.

На бульоне рыбном готовят преимущественно белые соусы, которые используют только для рыбных блюд.

Их основой являются бульон рыбный и мука пшеничная, пассерованная до светло-кремового цвета на жире или без жира (сухая пассеровка).

В эти соусы добавляют петрушку, лук репчатый, кислоту лимонную и другие продукты.

Бульон рыбный варят из рыбных пищевых отходов. Кроме того, для приготовления соусов используют бульоны, получаемые при варке и припускании рыбы, для которой эти соусы предназначены.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 448

Наименование блюда: **Соус белый основной**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Бульон	1100	1100						
Масло сливочное	50	50						
Мука пшеничная	50	50						
Лук репчатый	48	40						
Петрушка (корень)	40	30						
или сельдерей (корень)	44	30						
ИТОГО:			12,4	6,1	40,4	0,9	58,8	648

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,11	7,4	0,29	1,4	55	160	34	1,4

Выход: 1000

Технология приготовления: Соус: в растопленное сливочное масло всыпают просеянную муку и пассеруют при непрерывном помешивании, не допуская пригорания. Правильно пассерованная мука должна иметь слегка кремовый цвет. В пассерованную муку, охлажденную до 60–70 °С, вливают четвертую часть горячего бульона и вымешивают до образования однородной массы, затем постепенно добавляют оставшийся бульон. После этого в соус кладут нарезанные петрушку, сельдерей, лук и варят 25–30 мин. В конце варки добавляют йодированную соль, перец черный горошком, лавровый лист. Затем соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, и доводят до кипения. Готовый соус используют для приготовления производных соусов. Если соус используют как самостоятельный, его заправляют кислотой лимонной (1 г) и маслом сливочным (70 г).
Соус белый основной подают к блюдам из отварного и припущенного мяса и птицы.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Однородная масса с гладкой поверхностью, без комочков. Консистенция однородная, полужидкая, вязкая. Цвет от белого до светло-кремового. Вкус нежный, насыщенный. Запах продуктов, входящих в соус.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 449

Наименование блюда: **Соус белый с яйцом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав				У	Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж			
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Соус белый основной	-	800						
Яйца (желтки)	-	64						
Масло сливочное	100	100						
Кислота лимонная	1	1						
Бульон	100	100						
ИТОГО:			19,4	19,4	128,1	0,0	67,0	1498

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,20	3,0	1,28	2,3	137	469	36	5,3

Выход: 1000

Технология приготовления: Сырые яичные желтки соединяют с кусочками масла сливочного, добавляют бульон и проваривают на водяной бане при температуре 75–80 °С, непрерывно помешивая. Как только смесь загустеет, в нее, при непрерывном помешивании, добавляют горячий соус белый основной, с такой же температурой, кислоту лимонную, йодированную соль.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Однородная масса с гладкой поверхностью, без комочков. Консистенция однородная, полужидкая, вязкая. Цвет от белого до светло-кремового. Вкус нежный, насыщенный. Запах продуктов, входящих в соус.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 450

Наименование блюда: **Соус белый с овощами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав				У	Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж			
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч.раст.		
Соус белый основной	-	850						
Морковь	50	40						
Петрушка (корень)	53	40						
или сельдерей (корень)	59	40						
Репа	27	20						
Лук репчатый	53	40						
Фасоль (зерно)	56	50						
Масло сливочное	25	25						
Кислота лимонная	0,5	0,5						
Масло сливочное	50	50						
ИТОГО:			22,9	10,7	92,7	1,3	119,6	1404

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,33	15,1	0,69	2,0	179	448	110	5,1

Выход: 1000

Технология приготовления: Корнеплоды и лук нарезают кубиками, пассеруют в течение 3–5 мин, подливают немного бульона и припускают до готовности в посуде, закрывают крышкой. Отдельно варят зеленые лопатки фасоли и репу или брюкву. Репу и брюкву перед варкой следует обдать кипятком для удаления запаха, а воду слить. Готовые овощи заливают соусом белым основным, дают прокипеть, добавляют лимонную кислоту, йодированную соль и заправляют маслом сливочным.

Подают соус к блюдам из отварной телятины, кролика, птицы, а также к паровым котлетам из мяса.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция жидкой сметаны, однородная с овощами. Вкус и запах продуктов, входящих в соус.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 451

Наименование блюда: **Соус белый (для запекания рыбы)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав				У	Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж			
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Бульон рыбный	-	1100						
Масло сливочное	50	50						
Мука пшеничная	50	50						
ИТОГО:			11,4	6,1	40,1	0,6	49,9	606

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	0,1	0,29	1,2	26	117	22	0,9

Выход: 1000

Технология приготовления: Муку, слегка пассерованную на масле сливочном, разводят бульоном, проваривают при слабом кипении 15–20 мин, солят и процеживают.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция жидкой сметаны, однородная, без комков муки. Вкус бульона с легким запахом кореньев, чуть кисловатый привкус.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 452

Наименование блюда: **Соус белый на мясном, рыбном бульоне**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав				У	Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж			
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Бульон рыбный или мясной	1100	1100						
Мука пшеничная	5	5						
Масло сливочное	5	5						
Лимонная кислота	0,2	0,2						
ИТОГО:			11,4	6,1	40,0	0,6	49,9	605

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	0,1	0,29	1,2	26	117	22	0,9

Выход: 1000

Технология приготовления: Муку подсушивают при температуре 110–120 °С, не допуская изменения ее цвета, охлаждают до 60–70 °С, растирают со сливочным маслом, вливают постепенно 1/4 часть горячего бульона и вымешивают до образования однородной массы. Затем добавляют оставшийся бульон и варят 25–30 минут. В конце варки добавляют йодированную соль, лимонную кислоту, затем доводят до кипения.

Используют соус для подачи к мясным, рыбным блюдам.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция жидкой сметаны, однородная, без комков муки. Вкус бульона, с легким запахом кореньев, чуть кисловатый привкус.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 453

Наименование блюда: **Соус томатный**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				У	Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Вода или отвар овощной	500	500						
Мука пшеничная	50	50						
Масло сливочное	50	50						
Томат-пюре	150	150						
Сахар	18	18						
ИТОГО:			10,8	0,2	37,3	0,6	69,4	656

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,12	15,6	0,30	2,1	45	154	75	3,7

Выход: 1000

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 сахар, йодированную соль, сливочное масло.
Подают соус к блюдам из отварной, припущенной рыбы и рыбной котлетной массы.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция жидкой сметаны, однородная, вкус кисло-сладкий, аромат томата, сливочного масла. Не допускается привкус сырого томата и слишком кислый вкус.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 454

Наименование блюда: **Соус томатный с овощами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав				У	Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Соус томатный	-	1000						
Морковь	50	40						
Масло сливочное	20	20						
Лук репчатый	48	40						
Масло сливочное	30	30						
ИТОГО:			11,9	0,2	41,2	0,7	74,5	716

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,11	8,4	0,59	4,4	72	205	92	4,3

Выход: 1000

Технология приготовления: Мелко нарезанную морковь припускают со сливочным маслом. Лук бланшируют, затем пассеруют. Овощи соединяют с соусом томатным и варят 10–15 мин, затем заправляют сливочным маслом.
Используют соус для тушения субпродуктов.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция жидкой сметаны, однородная, вкус кисло-сладкий, аромат томата, сливочного масла. Вкус и запах продуктов входящих в соус. Не допускается привкус сырого томата и слишком кислый вкус.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 455

Наименование блюда: **Соус паровой**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав				У	Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Соус белый основной	-	1000						
Кислота лимонная	1,5	1,5						
Масло сливочное	30	30						
ИТОГО:			11,1	6,1	62,2	0,9	82,7	907

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	3,6	0,50	1,7	56	157	33	1,4

Выход: 1000

Технология приготовления: В соус белый основной добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения. Соус заправляют сливочным маслом. Подают соус к отварным блюдам из мяса и птицы, котлетам из телятины, птицы и дичи.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Однородная масса с гладкой поверхностью, без комочков. Консистенция однородная, вязкая, нежная. Цвет от белого до светло-кремового. Вкус нежный, насыщенный. Запах продуктов, входящих в соус.

Соусы мясные красные

Соус красный приготовляют на коричневом мясном бульоне и муке пшеничной, поджаренной до светло-коричневого цвета (красная пассеровка), с добавлением томатного пюре, лука, кореньев. Муку пшеничную для соусов красных поджаривают без жира.

Для приготовления производных соусов в соус красный основной добавляют лук, огурцы соленые и другие продукты, которые придают им своеобразный вкус и обусловливают их название.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 456

Наименование блюда: **Соус красный основной**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Бульон мясной	1000	1000						
Мука пшеничная	50	50						
Масло сливочное	30	30						
Томат-пюре	200	200						
Морковь	100	80						
Лук репчатый	48	40						
Петрушка (корень)	27	20						
Сахар	25	25						
Лавровый лист	0,2	0,2						
Соль поваренная йодированная	2,5	2,5						
ИТОГО:			14,5	0,1	24,2	0,9	92,7	647

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,24	26,8	0,20	2,7	98	268	138	5,7

Выход: 1000

Технология приготовления: Очищенные морковь, лук репчатый, корень петрушки нарезают мелкой соломкой припускают в небольшом количестве бульона мясного с добавлением масла сливочного в течение 10–15 мин, затем вводят томат-пюре при слабом кипении припускают еще 10–15 мин. Муку пшеничную просеивают и подсушивают при температуре 150–160 °С, периодически помешивая, в налитой посуде или на противне в жарочном шкафу слоем не более 4 см до приобретения светло-желтого цвета, охлаждают до температуры 70–80 °С и разводят теплым бульоном в соотношении 1:4, тщательно размешивают и вводят в кипящий бульон мясной, затем добавляют припущенные с томатом-пюре овощи и при слабом кипении варят в течение 45–60 мин. В конце варки добавляют соль поваренную йодированную, сахар, лист лавровый. Соус процеживают, протирая в него разварившиеся овощи, и доводят до кипения.

Используют соус красный основной для приготовления производных соусов. При использовании соуса красного основного как самостоятельного его заправляют маслом сливочным, предварительно прокипяченным, которое добавляют в соус, тщательно промешивают его до полного соединения масла сливочного с соусом. Затем соус нагревают до температуры от 80 до 85 °С, но не кипятят. Подают соус красный основной к блюдам из котлетной массы, субпродуктов, отварным колбасным изделиям и др.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция жидкой сметаны, однородная, без комков муки. Вкус бульона, с легким запахом кореньев.

Соусы яично-масляные

В состав яично-масляных соусов входит большое количество масла, яиц и других питательных продуктов.

Для приготовления соусов вместо масла сливочного можно использовать маргарин столовый.

Подают яично-масляные соусы к отварной рыбе, некоторым видам овощей и крупяным блюдам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 457

Наименование блюда: **Соус польский (1-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Бульон рыбный	650	650						
Масло сливочное	35	35						
Мука пшеничная	35	35						
Зелень	27	20						
Лимонная кислота	2	2						
Масса белого соуса	-	65						
Масло сливочное	215	215						
Яйца	4 шт.	160						
ИТОГО:			25,6	20,8	216,4	1,0	46,1	2234

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,16	15,2	1,90	4,3	171	396	42	5,2

Выход: 1000

Технология приготовления: Приготовить белый соус. Растопленное сливочное масло, сваренные вкрутую мелко рубленые яйца, зелень добавляют в горячий (90 °С) белый соус, кладут йодированную соль, лимонную кислоту. Подают к блюдам из отварной рыбы.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция густой сметаны, кусочки рубленого яйца распределены равномерно. Цвет желтоватый, запах рыбного бульона, вкус рыбы, яиц, масла сливочного.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 458

Наименование блюда: **Соус польский (2-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Масло сливочное	700	700						
Яйца	8 шт	320						
Зелень	27	20						
Кислота лимонная	2	2						
ИТОГО:			44,0	43,2	583,7	0,1	13,1	5482

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,20	15,0	4,93	9,3	303	747	55	9,5

Выход: 1000

Технология приготовления: В растопленное сливочное масло кладут сваренные вкрутую мелко рубленые яйца, зелень петрушки или укропа, йодированную соль, лимонную кислоту и все перемешивают.

Подают соус к блюдам из отварной рыбы.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция густой сметаны, кусочки рубленого яйца распределены равномерно. Цвет желтоватый, яиц, масла сливочного.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 459

Наименование блюда: **Соус сухарный**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Масло сливочное	900	900						
Сухари пшеничные	200	200						
Лимон	160	67						
ИТОГО:			26,9	4,4	708,1	2,7	144,2	7057

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,44	13,4	5,31	12,9	193	423	101	8,6

Выход: 1000

Технология приготовления: Масло сливочное нагревают до тех пор, пока не выпарится влага и не образуется светло-коричневый осадок. Затем масло процеживают и добавляют в него молотые поджаренные сухари, йодированную соль, сок лимонный.
Подают соус к блюдам из отварных овощей.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Однородная масса, жидкой консистенции. Цвет желтый. Вкус и запах продуктов, входящих в соус.

Смеси масляные

Смеси масляные используют для приготовления и оформления бутербродов, мясных и рыбных блюд.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 460

Наименование блюда: **Масло сырное**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Масло сливочное	800	800						
Сыр рокфор	234	220						
ИТОГО:			49,1	49,1	720,5	0,0	6,4	6706

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	1,3	5,27	8,9	1724	1054	88	3,8

Выход: 1000

Технология приготовления: Размягченное масло сливочное взбивают с тертым сыром рокфор, охлаждают, формуют. Используют для приготовления бутербродов, сэндвичей и оформления блюд.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция твердая. Масса однородная, светло-желтого цвета. Вкус и запах сливочного масла и сыра.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 461

Наименование блюда: **Паста сырная (1-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Сыр голландский или швейцарский или московский или ярославский или костромской	598	598						
или сыры плавленые	591	591						
Масло сливочное	573	573						
ИТОГО: по голландскому	500	500						
			153,8	153,8	569,1	0,0	4,0	5733

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,18	4,1	4,33	8,0	5410	3602	297	6,3

Выход: 1000

Технология приготовления: Зачищенный сыр натирают, соединяют со сливочным маслом, протирают и взбивают до образования пышной массы.
Используют сырную пасту для приготовления бутербродов.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Однородная воздушная масса, консистенция мягкая, нежная. Цвет светло-желтый. Вкус и запах сливочного масла и сыра.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 462

Наименование блюда: **Паста сырная (2-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Сыр голландский или швейцарский	870	800						
или московский или ярославский	860	800						
или костромской	833	800						
или сыры плавленые								
Масло сливочное	250	250						
ИТОГО: по голландскому			208,8	208,8	417,0	0,0	2,0	4596

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,24	5,6	3,30	6,5	7230	4767	400	7,7

Выход: 1000

Технология приготовления: Зачищенный сыр натирают, соединяют со сливочным маслом, протирают и взбивают до образования пышной массы.
Используют сырную пасту для приготовления бутербродов.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Однородная воздушная масса, консистенция мягкая, нежная. Цвет светло-желтый. Вкус и запах сливочного масла и сыра.

14.2. Соусы холодные

Соусы холодные подают к холодным блюдам из рыбы, мяса, птицы, овощей. К этим соусам относятся овощные маринады и заправки для салатов, сельди.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 463

Наименование блюда: **Маринад овощной с томатом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	438	350						
Лук репчатый	298	250						
или лук-порей	329	250						
Петрушка (корень)	67	50						
или сельдерей (корень)	74	50						
Томатное пюре	300	300						
Масло растительное	100	100						
Лимонная кислота	9	9						
Сахар	35	35						
Бульон рыбный или вода	100	100						
ИТОГО:			19,7	0,0	90,9	90,9	89,8	1256

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,42	69,0	0,00	47,7	256	573	308	10,7

Выход: 1000

Технология приготовления: Овощи нарезают соломкой, пассеруют на масле растительном, затем добавляют томатное пюре и пассеруют еще 7–10 мин. После этого вводят бульон рыбный или воду, лимонную кислоту и кипятят 15–20 мин. В конце варки добавляют лавровый лист, йодированную соль, сахар.

Требования к качеству: Консистенция бульона жидкая. Темно-красного цвета с кусочками овощей, входящих в рецептуру. Вкус и запах продуктов, входящих в состав.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 464

Наименование блюда: **Маринад овощной без томата**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	688	550						
Лук репчатый	298	250						
или лук-порей	329	250						
Петрушка (корень)	67	50						
или сельдерей (корень)	74	50						
Масло растительное	100	100						
Лимонная кислота	15	15						
Сахар	35	35						
Крахмал картофельный	20	20						
или мука пшеничная	30	30						
Вода	40	40						
ИТОГО:			12,7	0,0	91,3	91,3	99,2	1269

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,41	35,0	0,00	46,7	257	496	250	6,3

Выход: 1000

Технология приготовления: Нарезанные соломкой овощи пассеруют на масле растительном, добавляют лимонную кислоту и кипятят 15–20 мин. В конце варки добавляют лавровый лист, йодированную соль, сахар, разведенный холодной водой крахмал или муку и прогревают до загустения.

Требования к качеству: Жидкая масса с кусочками овощей, входящих в рецептуру. Вкус и запах продуктов, входящих в состав.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 465

Наименование блюда: **Маринад овощной со свеклой**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Свекла	510	400*						
Морковь	250	200						
Лук репчатый	238	200						
Масло растительное	100	100						
Лимонная кислота	12	12						
Крахмал картофельный	10	10						
Сахар	20	20						
Вода	40	40						
ИТОГО:			11,1	0,0	90,8	90,8	74,3	1159

*Масса вареной очищенной свеклы.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,24	33,9	0,00	45,6	279	414	194	9,1

Выход: 1000

Технология приготовления: Свеклу варят в кожуре, очищают и режут соломкой. Морковь, лук, нарезанные соломкой, пассеруют, затем добавляют свеклу и пассеруют 5–7 мин. После этого вливают уксус, добавляют йодированную соль, душистый перец горошком, гвоздику, корицу и кипятят 15–20 мин. В конце варки в маринад добавляют лавровый лист, заправляют сахаром и вводят крахмал, разведенный холодной водой.

Требования к качеству: Жидкая масса с кусочками овощей, входящих в рецептуру. Цвет красно-малиновый. Вкус и запах продуктов, входящих в состав.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 466

Наименование блюда: **Заправка для салатов**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч раст.		
Масло растительное	830	830						
Лимонная кислота	25	25						
Сахар	70	70						
Соль	33	33						
ИТОГО:			0,0	0,0	829,2	829,2	69,9	7742

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,00	0,0	0,00	365,2	2	17	0	0,2

Выход: 1000

Технология приготовления: Заправку для салатов приготавливают из смеси растительного масла и лимонной кислоты с добавлением йодированной соли, сахара.
Заправку используют для салатов и винегретов.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Жидкая однородная масса. Цвет светло-желтый. Вкус кисловатый, умеренно соленый, растительного масла. Запах растительного масла.

14.3. Соусы сладкие и сиропы

Соусы сладкие и сиропы готовят из свежих, сушеных плодов и ягод, а также из повидла, джема. Подают их к крупяным биточкам, запеканкам, пудингам, блюдам из свежих плодов и ягод и др.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 467

Наименование блюда: **Соус клюквенный**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Клюква	126	120						
Сахар	120	120						
Крахмал	30	30						
Вода	850	850						
ИТОГО:			0,5	0,0	0,2	0,2	137,0	552

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	10,8	0,00	0,0	28	29	9	0,8

Выход: 1000

Технология приготовления: Клюкву перебирают, промывают и отжимают сок. Мезгу заливают горячей водой и кипятят 5–8 мин, затем процеживают. В отвар добавляют сахар, сок и вновь нагревают до кипения. Одновременно разводят крахмал холодной кипяченой водой или отцеженным охлажденным ягодным отваром. В горячий ягодный сироп сразу вливают процеженный крахмал и, помешивая, быстро доводят до кипения.
Используют для блюд из круп, творога, мучных блюд в горячем (65 °С) или холодном (14 °С) виде.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Соус красно-розового цвета, консистенция жидкой сметаны, однородная, без комков завари вшегося крахмала, вкус кисло-сладкий с ароматом клюквы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 468

Наименование блюда: **Соус из кураги (1-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Курага	110	110						
Сахар	600	600						
Вода	400	400						
ИТОГО:			5,7	0,0	0,3	0,3	654,9	2645

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,11	3,2	0,00	0,3	194	161	115	3,7

Выход: 1000

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 °С) или холодном (14 °С) виде.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция жидкая, однородная, без частиц непротертой кураги, цвет светло-коричневый, вкус сладкий, аромат кураги.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 469

Наименование блюда: **Соус из кураги (2-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Курага	100	100						
Вода	1100	1100						
Сахар	100	100						
Кислота лимонная	1	1						
Крахмал картофельный	45	45						
ИТОГО:			5,2	0,0	0,3	0,3	168,7	698

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,09	2,9	0,00	0,5	181	181	105	3,5

Выход: 1000

Технология приготовления: Курагу перебирают, промывают, заливают горячей водой и оставляют на 2–3 ч для набухания. Затем варят в той же воде до готовности, протирают, добавляют сахар, лимонную кислоту, доводят до кипения, вводят подготовленный крахмал и вновь доводят до кипения. Крахмал подготавливают следующим образом: его разводят охлажденным отваром (на 1 часть крахмала 5 частей отвара) и процеживают.
Используют для блюд из круп, творога, мучных блюд в горячем (65 °С) или холодном (14 °С) виде.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция полужидкая, однородная, без частиц непротертой кураги, цвет светло-коричневый, вкус сладкий, аромат кураги.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 470

Наименование блюда: **Соус яблочный (из свежих яблок)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Яблоки свежие	256	225						
Сахар	125	125						
Крахмал	30	30						
Вода	800	800						
Лимонная кислота	2	2						
ИТОГО:			0,8	0.0	0,9	0,9	160,9	655

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	18,1	0,00	0,4	44	41	18	4,9

Выход: 1000

Технология приготовления: Нарезанные ломтиками яблоки с кожицей (без семенного гнезда) заливают горячей водой и варят в течение 6–8 мин (в зависимости от сорта) в закрытой посуде до готовности. Затем протирают до пюреобразной консистенции, соединяют с отваром, добавляют сахар, доводят до кипения, вводят предварительно разведенный охлажденным отваром крахмал, лимонную кислоту, дают еще раз вскипеть. В готовый соус можно добавить корицу (0,1 г на 100 г массы соуса).
Используют для блюд из круп, творога, мучных блюд в горячем (65 °С) или холодном (14 °С) виде.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция жидкая, однородная, без частиц непротертых яблок, цвет светло-желтый, вкус сладко-кислый, аромат яблок.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 471

Наименование блюда: **Соус фруктовый (из сушеных яблок)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Яблоки сушеные	80	80						
Сахар	100	100						
Крахмал картофельный	30	30						
Вода	1000	1000						
ИТОГО:			1,5	0,0	0,0	0,0	141,5	572

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	3,3	0,01	0,0	135	60	19	4,4

Выход: 1000

Технология приготовления: Яблоки сушеные перебирают, промывают теплой водой, кладут в посуду, заливают горячей водой, закрывают крышкой и оставляют на 1,5–2 часа для набухания. Затем варят в этой же воде при слабом кипении 25–30 минут. Готовый отвар процеживают, яблоки протирают, соединяют с отваром и сахаром, нагревают до кипения и заваривают крахмалом разведенным в холодной воде, доводят до кипения и охлаждают.
Используют для блюд из круп, творога, овощей в горячем (65 °С) или холодном (14 °С) виде.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция жидкая, однородная, без непротертых частиц яблок, цвет светло-коричневый, вкус сладкий, аромат сухофруктов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 472

Наименование блюда: **Соус земляничный, или малиновый, или вишневый**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Земляника (садовая), или малина, или вишня	600	510						
Сахар	600	600						
ИТОГО: по вишне			4,1	0,0	1,0	1,0	652,9	2637

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,13	55,5	0,00	1,5	207	153	133	4,3

Выход: 1000

Технология приготовления: Землянику, или малину, или вишню перебирают, промывают, у вишен удаляют косточки, пересыпают сахаром и оставляют в холодном месте на 2–3 ч для выделения осадка, затем варят 15–20 мин. Готовый соус охлаждают.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Однородная масса без пленки. Консистенция вязкая, эластичная. Вкус кисло-сладкий, свойственный используемым ягодам. Цвет и запах, свойственные используемым ягодам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 473

Наименование блюда: **Соус черносмородиновый (1-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Смородина черная	367	360						
Сахар	700	700						
ИТОГО:			3,8	0,0	1,8	1,8	726,1	2936

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,10	342,0	0,00	0,0	151	119	112	6,8

Выход: 1000

Технология приготовления: По первому варианту подготовленные ягоды протирают, добавляют сахар. Полученную массу тщательно перемешивают, раскладывают в чисто вымытые сухие банки и хранят в охлажденном помещении.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Однородная масса без пленки. Консистенция вязкая, эластичная. Вкус кисло-сладкий, насыщенный. Цвет фиолетовый. Запах черной смородины.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 474

Наименование блюда: **Соус черносмородиновый (2-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Смородина черная	347	340						
Сахар	650	650						
Вода	150	150						
ИТОГО:			3,6	0,0	1,7	1,7	674,7	2729

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,09	306,0	0,00	0,0	142	112	105	6,4

Выход: 1000

Технология приготовления: По второму варианту ягоды протирают, вводят в горячий раствор сахара, доводят до кипения и охлаждают.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Однородная масса без пленки. Консистенция вязкая, эластичная. Вкус кисло-сладкий, насыщенный. Цвет фиолетовый. Запах черной смородины.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 475

Наименование блюда: **Соус шоколадный**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Какао-порошок	100	100						
Сахар	200	200						
Молоко цельное сгущенное с сахаром	455	455						
Ванилин	0,2	0,2						
Вода	300	300						
ИТОГО:			57,1	32,7	53,7	15,0	462,3	2561

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,37	4,5	0,25	1,2	1531	1651	580	23,5

Выход: 1000

Технология приготовления: Какао смешивают с сахаром. Молоко сгущенное разводят горячей водой, нагревают до кипения и при непрерывном помешивании вливают в смесь какао с сахаром, доводят до кипения, процеживают и охлаждают. В охлажденный соус вводят ванилин, растворенный в теплой воде (1:20).
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требование к качеству: Однородная, вязкая масса. Цвет светло-коричневый. Вкус сладкий, нежный. Запах сладкий, молочный, выраженный аромат ванили.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 476

Наименование блюда: **Сироп сахарный**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Сахар	650	650						
Вода	400	400						
Кислота лимонная	2	2						
ИТОГО:			0,0	0,0	0,0	0,0	648,7	2595

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,00	0,0	0,00	0,0	19	0	0	1,9

Выход: 1000

Технология приготовления: Сахар растворяют в горячей воде, раствор процеживают и дают прокипеть при постоянном помешивании. В конце варки добавляют кислоту лимонную и охлаждают.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Однородная жидкая масса. Вкус кисло-сладкий, нежный.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 477

Наименование блюда: **Сироп шоколадный**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Сахарный песок	525	525						
Какао-порошок	110	110						
Ванилин	0,5	0,5						
Вода	500	500						
ИТОГО:			26,7	0,0	16,5	16,5	535,2	2396

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,11	0,0	0,00	0,3	157	720	467	25,8

Выход: 1000

Технология приготовления: Какао-порошок растирают с сахаром, добавляют горячую воду и тщательно размешивают. Полученную смесь доводят до кипения. Ванилин растворяют в теплой воде (1:20) и вводят в готовый шоколадный сироп. Сироп охлаждают.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Однородная жидкая масса. Цвет светло-коричневый. Вкус сладкий, нежный. Запах сладкий, выраженный аромат ванили.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 478

Наименование блюда: **Масло сливочное**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав					Энерг.. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Масло сладко-сливочное несоленое	1000	1000						
ИТОГО:			5,0	5,0	825,0	0,0	8,0	7480

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,00	0,0	5,90	10,0	120	190	0	2,0

Выход: 1000

Используют для приготовления бутербродов, сэндвичей, заправки блюд, их приготовления и оформления.

Температура подачи: 14 °С.

Требования к качеству: Консистенция твердая. Масса однородная, светло-желтого цвета. Вкус и запах сливочного масла.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 479

Наименование блюда: **Сметана**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Сметана 15,0 % жирности	1000	1000						
ИТОГО:			26,0	26,0	150,0	0,0	36,0	1620

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,30	4,0	1,00	3,0	880	610	90	2,0

Выход: 1000

Используют после термической обработки для заправки, приготовления соусов, блюд.

Температура подачи: 14 °С.

Требования к качеству: Полужидкая, однородная масса белого цвета. Запах и вкус свежей сметаны. Не допускается использование сметаны повышенной кислотности.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 480

Наименование блюда: **Масло растительное**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав					Энерг.. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Масло подсолнечное	1000	1000						
ИТОГО:			0,0	0,0	999,0	999,0	0,0	8990

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,00	0,0	0,00	440,0	0	20	0	0,0

Выход: 1000

Используют для приготовления блюд, заправки салатов, винегретов.

Температура подачи: 14 °С.

Требования к качеству: Маслянистая жидкость, желтого цвета. Вкус и запах подсолнечного масла. Не допускается помутнение, осадок.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 481

Наименование блюда: **Молоко сгущенное**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Молоко сгущенное, жирностью 8,5%	1000	1000						
ИТОГО:			72,0	72,0	85,0	0,0	555,0	3280

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,60	10,0	0,42	2,0	3070	2190	340	2,0

Выход: 1000

Молоко сгущенное используется в составе кондитерских, мучных и др. изделий.

В качестве подлива для запеканок, блинов, оладий.

Температура подачи: 14 °С.

Требования к качеству: Консистенция жидкой сметаны, однородная, вкус сладкий, молочный. Запах молока.

15. Сладкие блюда

Для их приготовления используют сахар, плоды, ягоды, орехи, различные плодово-ягодные соки, сиропы, а также яйца, молоко, сливки, мучные и крупяные продукты.

Ароматизирующими и вкусовыми веществами сладких блюд являются ванилин, корица, цедра плодов цитрусовых, кислота лимонная и т.д.

В качестве желирующих веществ для приготовления киселей, желе, употребляют желатин, крахмал картофельный.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 482

Наименование блюда: **Яблоки печеные**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Яблоки свежие	78	69						
Сахар	10	10						
ИТОГО: с рафинадной пудрой			0,3	0,0	0,3	0,3	14,8	63

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	4,8	0,00	0,1	11	7	6	1,4

Выход: с рафинадной пудрой 75

Технология приготовления: Из яблок, не очищая их от кожицы, удаляют семенное гнездо; образовавшиеся отверстия, заполняют сахаром. Затем их кладут в емкость, подливают небольшое количество воды и запекают в жарочном шкафу 15–20 минут.
Отпускают яблоки горячими или холодными, посыпают рафинадной пудрой, увеличив соответственно выход блюда.
Температура подачи: в горячем виде - 65 °С, в холодном - 14 °С.
Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Вкус печеных яблок. Не допускается запах подгоревших яблок, сильно подсохшей корочки. Цвет на разрезе светло-серый, консистенция мягкая, сочная.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 483

Наименование блюда: **Яблоки, фаршированные изюмом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Яблоки	100	88						
Изюм	10	9						
Сахар	10	10						
Масса печеных яблок	-	100						
ИТОГО:			0,5	0,0	0,4	0,4	21,7	92

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	6,2	0,00	0,2	21	20	20	2,1

Выход: 100

Технология приготовления: Яблоки моют, удаляют сердцевину. Изюм заливают холодной водой на 10 мин, затем промывают несколько раз, вынимая из воды, замачивают в охлажденной кипяченой воде до набухания, обсушивают, пересыпают сахаром (1/2 от нормы). Яблоки наполняют изюмом, укладывают на противень, подливают небольшое количество воды и запекают в жарочном шкафу при умеренной температуре 200–250 °С 15–20 мин (в зависимости от сорта яблок).
Отпускают яблоки горячими или холодными на десертной тарелке, с сахарным сиропом или посыпая сахарной пудрой.
Можно отпускать с вареньем (заменить 10 г рафинадной пудры на 30 г варенья).
Подают яблоки холодными или горячими.
Температура подачи: в горячем виде - 65 °С, в холодном - 14 °С.
Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Вкус печеных яблок. Не допускается запах подгоревших яблок и сильно подсохшей корочки. Цвет на разрезе яблок - светло-серый, изюма - коричневый. Консистенция мягкая, сочная.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 484

Наименование блюда: **Яблоки, фаршированные морковью**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Яблоки	159	140						
Морковь	19	15						
Сахар	5	5						
Сметана	10	10						
ИТОГО:			1,0	0,2	1,9	0,5	17,8	92

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	6,0	0,01	0,4	34	27	18	2,9

Выход: 140

Технология приготовления: Яблоки моют, удаляют сердцевину, заполняют нарезанной мелкими кубиками морковью, сверху кладут сметану, посыпают сахаром и запекают в жарочном шкафу при температуре 200–220 °С 15–20 мин. Перед запеканием на противень подливают небольшое количество воды.
Отпускают горячими или холодными.
Температура подачи: в горячем виде - 65 °С, в холодном - 14 °С.
Срок реализации: не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Вкус печеных яблок. Не допускается запах подгоревших яблок и сильно подсохшей корочки. Цвет на разрезе яблок - светло-серый, моркови - оранжевый. Консистенция мягкая, моркови - слегка хрустящая, сочная.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 485

Наименование блюда: **Желе из клюквы**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Клюква	126	120						
Вода	900	900						
Сахар-песок	120	120						
Желатин	30	30						
ИТОГО:			26,8	0,0	0,2	0,2	122,5	599

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	8,3	0,00	0,0	226	101	35	1,7

Выход: 1000

Технология приготовления: Из перебранных и промытых ягод отжимают сок и хранят его на холоде. Оставшуюся мезгу заливают горячей водой и варят 5–8 мин. Отвар процеживают, добавляют сахар, нагревают до кипения, удаляют с поверхности сиропа пену, затем добавляют подготовленный желатин, размешивают его до полного растворения, вновь доводят до кипения, процеживают. В подготовленный сироп с желатином добавляют ягодный сок, разливают в порционные формочки и оставляют на холоде при температуре от 0 ° до 8 °С в течение 1,5–2 часов для застывания. Желе должно быть прозрачным. Если оно получилось мутным, его осветляют яичным белком (24 г на 1000 г желе). Для этого белок, смешанный с равным количеством холодной воды, вливают в сироп и проваривают в течение 8–10 мин при слабом кипении. Осветленный сироп процеживают.

Требования к качеству: Внешний вид желе студнеобразное, прозрачное, блестящее. Консистенция желеобразная, застывшая, слегка упругая. Цвет фруктового, ягодного желе, свойственный плодам и ягодам, из которых оно приготовлено. Вкус кисло-сладкий. Запах ягод или плодов, использованных для желе.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 486

Наименование блюда: **Желе из цитрусовых**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Апельсины	114	50*						
Сахар-песок	120	120						
Кислота лимонная	1,5	1,5						
Желатин	30	30						
Вода	910	910						
ИТОГО:			26,5	0,0	0,2	0,2	123,4	601

* Масса сока.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	13,8	0,00	0,1	222	97	28	1,1

Выход: 1000

Технология приготовления: В воду с сахаром, доведенную до кипения, кладут цедру, снятую с апельсинов, затем вводят подготовленный желатин. После того как желатин растворился, вводят отжатый сок из апельсинов. Для желе из апельсинов в горячий сахаро-желатиновый сироп добавляют кислоту лимонную, процеживают, разливают в формочки и охлаждают.

Требования к качеству: Внешний вид - желе студнеобразное, прозрачное, блестящее. Консистенция желеобразная, застывшая, слегка упругая. Цвет светло-желтый или светло-оранжевый. Вкус сладковатый. Запах апельсина.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 487

Наименование блюда: **Желе из сока плодового или ягодного натурального**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Сок плодовый или ягодный	250	250						
Вода	660	660						
Сахар-песок	120	120						
Желатин	30	30						
ИТОГО: по яблочному соку			27,4	0,0	0,4	0,4	145,2	694

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	5,0	0,01	0,2	231	107	34	4,5

Выход: 1000

Технология приготовления: В горячем сахарном сиропе растворяют подготовленный желатин, добавляют сок плодовый или ягодный, процеживают, разливают в формы и охлаждают.

Требования к качеству: Внешний вид - желе студнеобразное, прозрачное, блестящее. Консистенция желеобразная, застывшая, слегка упругая. Цвет, свойственный цвету сока или экстракта. Вкус кисло-сладкий. Запах, свойственный запаху сока или экстракта.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 488

Наименование блюда: **Желе из молока**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Молоко	750	750						
Сахар-песок	120	120						
Желатин	30	30						
Вода (для желатина)	180	180						
Ванилин	0,03	0,03						
ИТОГО:			47,9	0,0	21,5	21,5	155,6	1007

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,30	9,7	0,15	0,0	1114	765	129	1,7

Выход: 1000

Технология приготовления: Молоко соединяют с сахаром и непрерывно помешивая доводят до кипения. В готовую смесь вводят подготовленный желатин, размешивают, процеживают, разливают в формы и охлаждают. При приготовлении желе с ванилином в горячее молоко вводят сахар, ванилин, а затем подготавливают желатин и, непрерывно помешивая, доводят до кипения.

Требования к качеству: Внешний вид желе - студнеобразная масса с гладкой поверхностью. Консистенция желеобразная, застывшая, слегка упругая. Цвет молочно-белый. Вкус сладкий, с приятным привкусом кипяченого молока. Запах кипяченого молока с ванилином.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 489

Наименование блюда: **Мусс лимонный**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Лимоны	190	80*						
Сахар-песок	250	250						
Желатин	27	27						
Вода	770	770						
ИТОГО:			22,3	0,0	0,1	0,1	237,3	1039

* Масса сока.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	19,5	0,00	0,2	193	82	26	1,4

Выход: 1000

Технология приготовления: С лимонов срезают цедру, разрезают пополам и отжимают сок. Цедру заливают горячей водой, варят 5–6 мин, процеживают, в отвар добавляют сахар, вводят подготовленный желатин, соединяют его с лимонным соком, охлаждают и взбивают. При отпуске мусс поливают сиропом сахарным, или сиропом плодовым, или ягодным натуральным (15–20 г на порцию).

Требования к качеству: Внешний вид - кусок прямоугольной или квадратной формы с гофрированными краями, полит сиропом. Консистенция пышная, мелкопористая, однородная, нежная, слегка упругая. Цвет светло-желтый. Вкус кисло-сладкий. Запах лимона.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 490

Наименование блюда: **Мусс яблочный (на манной крупе)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Яблоки	341	300						
Сахар-песок	150	150						
Крупа манная	80	80						
Кислота лимонная	1,5	1,5						
Вода	750	750						
ИТОГО:			9,3	0,0	2,0	2,0	233,2	988

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,18	12,0	0,00	1,8	67	100	40	5,0

Выход: 1000

Технология приготовления: Яблоки после удаления семенных гнезд разрезают и варят. Отвар процеживают, яблоки протирают, смешивают с отваром, добавляют сахар, кислоту лимонную и доводят до кипения. Затем тонкой струйкой вводят просеянную крупу манную и варят, помешивая, 15–20 мин. Смесь охлаждают до 40 °С и взбивают до образования густой пенообразной массы, которую разливают в формы и охлаждают. Перед отпуском форму с муссом на 2/3 объема опускают на несколько секунд в теплую воду. Мусс нарезают на порции, выкладывают в креманку или вазочку и поливают соусом, или сиропом плодовым, или ягодным натуральным из расчета по 20 г на порцию.

Требования к качеству: Внешний вид - кусок прямоугольной или квадратной формы с гофрированными краями, полит сиропом. Консистенция пышная, мелкопористая, однородная, нежная, слегка упругая. Цвет светло-желтый. Вкус кисло-сладкий. Запах приятный, яблочный.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 491

Наименование блюда: **Желе из смородины черной**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Смородина черная	122	120						
Вода	900	900						
Сахар-песок	120	120						
Желатин	30	30						
ИТОГО:			27,4	0,0	0,6	0,6	126,8	622

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	110,4	0,00	0,0	252	127	58	2,5

Выход: 1000

Технология приготовления: Из перебранных и промытых ягод отжимают сок и хранят его на холоде. Оставшуюся мезгу заливают горячей водой и варят 5–8 мин. Отвар процеживают, добавляют сахар, нагревают до кипения, удаляют с поверхности сиропа пену, затем добавляют подготовленный желатин, размешивают его до полного растворения, вновь доводят до кипения, процеживают. В подготовленный сироп с желатином добавляют ягодный сок, разливают в порционные формочки и оставляют на холоде при температуре от 0° до 8 °С в течение 1,5–2 часов для застывания. Желе должно быть прозрачным. Если оно получилось мутным, его осветляют яичным белком (24 г на 1000 г желе). Для этого белок, смешанный с равным количеством холодной воды, вливают в сироп и проваривают в течении 8–10 мин при слабом кипении. Осветленный сироп процеживают

Требования к качеству: Внешний вид - желе студнеобразное, прозрачное, блестящее. Консистенция желеобразная, застывшая, слегка упругая. Цвет фруктового, ягодного желе, свойственный плодам и ягодам, из которых оно приготовлено. Вкус кисло-сладкий. Запах ягод или плодов, использованных для желе.

16. Напитки

Напитки подразделяются на горячие и холодные. К горячим напиткам относятся чай, кофе, какао, горячие напитки с вином, шоколад; к холодным - молоко, молочные и кисломолочные продукты, плодово-ягодные прохладительные напитки.

16.1. Чай, кофе, какао

Напитки из чая, кофе, какао обладают тонким приятным ароматом, тонизирующими свойствами, благодаря содержанию в них кофеина и других физиологически активных веществ.

Чай, кофе, какао в процессе хранения теряют аромат и поглощают посторонние запахи. Поэтому их следует хранить в сухих помещениях в плотно закрытой таре, вдали от пряностей и других продуктов, обладающих специфическими запахами. Не рекомендуется оставлять чай, кофе и какао в распечатанных пачках, незакрытых банках и т.п.

Ароматические и вкусовые вещества чая, кофе и какао очень летучи и разрушаются при кипячении и длительном хранении напитков.

Готовить напитки надо непосредственно перед подачей, не допуская кипения, длительного нагрева, повторного разогревания.

Температура горячих напитков при подаче должна быть не ниже 75 °С, холодных - не выше 14 °С и не ниже 7 °С.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 492

Наименование блюда: **Чай-заварка**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Чай высшего и 1-го сорта	20	20						
Вода	1080	1080						
ИТОГО:			4,0	0,0	1,0	1,0	0,8	28

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	2,0	0,00	0,0	196	165	88	16,4

Выход: 1000

Технология приготовления: Чай заваривают в фарфоровом чайнике кипятком. Чайник ополаскивают кипятком, насыпают чай из определенное количество порций, заливают кипятком примерно на 1/3 объема чайника. Чай настаивают в чайнике, накрыв салфеткой, 5–10 мин, после чего доливают кипятком, настаивают еще 5 мин.
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 (200 мл) расходуют 50 мл заварки, что равноценно 1,0 г сухого чая на порцию.

Требования к качеству: Вкус и аромат чая характерен для сорта чая. Цвет темно-коричневый, на свет - прозрачен. Если чай мутный, значит, он неправильно заварен.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 493

Наименование блюда: **Чай с сахаром, вареньем, медом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Чай	50	50						
Вода	150	150						
Сахар	15	15						
или варенье	15	15						
или мед	15	15						
ИТОГО: по сахару			0,1	0,0	0,0	0,0	15,0	60

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,00	0,0	0,00	0,0	11	3	1	0,3

Выход: 200

Технология приготовления: Разливают в стаканы по 50 г процеженной заварки и доливают кипятком. При отпуске сахар, варенье, мед, кладут в каждую порцию.
Температура подачи: 65 °С.
В летний период чай можно отпускать как прохладительный напиток. **Температура подачи:** в этом случае 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Аромат и вкус напитка характерен для сорта чая. В зависимости от добавки приобретает привкус мела или варенья. Прозрачен. Цвет коричневый. Если чай не прозрачен или имеет тускло-коричневый цвет, значит он неправильно заварен.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 494

Наименование блюда: **Чай с лимоном**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Чай-заварка	50	50						
Вода	150	150						
Сахар	15	15						
Лимон	8	7						
ИТОГО:			0,1	0,0	0,0	0,0	15,2	61

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,00	2,8	0,00	0,0	14,2	4	2	0,4

Выход: 200

Технология приготовления: В стакан наливают заварку чая, кладут сахар, ломтик лимона, заливают кипящей водой.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Аромат и вкус напитка характерный для сорта чая, имеет привкус лимона. Прозрачный. Цвет коричневый. Если чай не прозрачен и тускло-коричневого цвета, значит он неправильно заварен.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 495

Наименование блюда: **Чай с молоком**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Чай-заварка	50	50						
Сахар	15	15						
Молоко	50	50						
Вода	100	100						
ИТОГО:			1,5	1,5	1,3	0,0	15,9	81

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	1,3	0,01	0,0	127	93	15	0,4

Выход: 200

Технология приготовления: В стакан наливают заварку, добавляют сахар, кипяток и горячее кипяченое молоко.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Напиток имеет аромат чая, смягченный добавленным молоком. Цвет светло-коричневый, непрозрачный.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 496

Наименование блюда: **Какао с молоком (1-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Какао-порошок	3	3						
Молоко	100	100						
Вода	110	110						
Сахар	20	20						
ИТОГО:			3,6	2,9	3,3	0,4	25,0	144

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	1,3	0,02	0,0	124	110	27	0,8

Выход: 200

Технология приготовления: Какао-порошок смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка и растирают в однородную массу, затем при непрерывном помешивании вливают горячее молоко, остальной кипяток и доводят до кипения.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Цвет напитка - светло-коричневый с красноватым оттенком, вкус и запах, свойственные какао, сладкий.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 497

Наименование блюда: **Какао с молоком (2-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Какао-порошок	5	5						
Молоко	130	130						
Вода	80	80						
Сахар	25	25						
ИТОГО:			5,0	3,8	4,4	0,7	31,7	186

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	1,7	0,03	0,0	163	150	39	1,3

Выход: 200

Технология приготовления: Какао-порошок смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка и растирают в однородную массу, затем при непрерывном помешивании вливают горячее молоко, остальной кипяток и доводят до кипения.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Цвет напитка - светло-коричневый с красноватым оттенком, вкус и запах, свойственные какао, сладкий.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 498

Наименование блюда: **Какао с молоком сгущенным (1-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Какао-порошок	4	4						
Молоко цельное сгущенное с сахаром	38	38						
Сахар	3	3						
Вода	175,5	175,5						
ИТОГО:			3,7	2,7	3,8	0,6	24,5	147

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	0,4	0,02	0,1	122	109	30	1,0

Выход: 200

Технология приготовления: Какао-порошок перемешивают с сахаром, разводят небольшим количеством кипящей смеси сгущенного молока и воды. Тщательно растирают, чтобы не было комков. Полученную смесь вливают при активном помешивании в кипящую смесь воды и сгущенного молока, доводят до кипения.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Цвет напитка - светло-коричневый с красноватым оттенком, вкус и запах, свойственные какао, сладкий.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 499

Наименование блюда: **Какао с молоком сгущенным (2-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Какао-порошок	4	4						
Молоко сгущенное стерилизованное	20	20						
Сахар	20	20						
Вода	169,4	169,4						
ИТОГО:			2,2	1,3	2,2	0,6	22,4	118

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	0,2	0,01	0,0	62	71	23	1,0

Выход: 200

Технология приготовления: Какао-порошок перемешивают с сахаром, разводят небольшим количеством кипящей смеси сгущенного молока и воды. Тщательно растирают, чтобы не было комков. Полученную смесь вливают при активном помешивании в кипящую смесь воды и сгущенного молока, доводят до кипения.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Цвет напитка - светло-коричневый с красноватым оттенком, вкус и запах, свойственные какао, сладкий.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 500

Наименование блюда: **Кофейный напиток на сгущенном молоке**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Кофейный напиток	5	5						
Молоко цельное сгущенное с сахаром	40	40						
Вода	190	190						
ИТОГО:			2,9	2,7	2,0	0,1	20,9	113

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	0,4	0,01	0,0	129	87	13	0,8

Выход: 200

Технология приготовления: В посуду всыпают кофейный напиток, наливают воду, доводят до кипения. Дают отстояться в течение 5 минут, после чего процеживают, добавляют сгущенное молоко, размешивают и доводят до кипения.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Цвет напитка - светло-коричневый, аромат, присущий кофейному напитку и молоку, вкус сладкий.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 501

Наименование блюда: **Кофейный напиток с молоком**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Кофейный напиток	5	5						
Молоко	100	100						
Сахар	10	10						
Вода	120	120						
ИТОГО:			3,2	2,9	2,7	0,1	15,9	79

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	1,3	0,02	0,0	126	90	14	0,1

Выход: 200

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 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Цвет напитка - светло-коричневый, аромат, присущий кофейному напитку и молоку, вкус сладкий.

16.2. Кисели

Кисели приготовляют из свежих и сушеных плодов и ягод, соков и сиропов плодовых и ягодных натуральных, пюре плодовых и ягодных, молока и других продуктов.

В зависимости от количества введенного крахмала различают кисели густые, средней густоты и полужидкие (жидкие).

Для киселей плодово-ягодных следует использовать крахмал картофельный.

Полужидкие (жидкие) кисели используют как соусы при отпуске сладких блюд, запеканок и других крупяных блюд.

Густые и средней густоты кисели отпускают в качестве самостоятельных блюд.

Густые кисели сразу же после приготовления разливают в смоченные водой и посыпанные сахаром формы или на противни и охлаждают. При отпуске кисель выкладывают из формы на вазочку и поливают сиропом плодово-ягодным, или кладут варенье, джем, конфитюр, или подают холодное кипяченое молоко, или сливки (50–100 г на порцию).

Кисель средней густоты охлаждают, при отпуске разливают по 150–200 г в стаканы, можно посыпать сахаром в количестве 5–8% от нормы, предусмотренной рецептурой.

Кисели подают охлажденными до температуры 12–14 °С.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 502

Наименование блюда: **Кисель из клюквы**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Клюква	20	20						
Сахар	20	20						
Крахмал картофельный	6	6						
Вода	190	190						
ИТОГО:			0,1	0,0	0,0	0,0	23,0	96

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,00	1,8	0,00	0,0	10	7	2	0,1

Выход: 200

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 подготавливают следующим образом: его разводят охлажденным отваром (на одну часть крахмала 5 частей отвара) и процеживают.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Цвет, свойственный ягодам клюквы. Вкус и запах кисло-сладкий с ароматом клюквы. Консистенция средней густоты, однородная, без комочков заварившегося крахмала.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 503

Наименование блюда: **Кисель из концентрата плодового или ягодного**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Концентрат киселя	24	24						
Сахар	10	10						
Вода	190	190						
ИТОГО:			1,4	0,0	0,0	0,0	29,0	122

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,00	0,0	0,00	0,0	1	0	0	0,1

Выход: 200

Технология приготовления: Концентрат разминают, разводят равным количеством холодной кипяченой воды. Полученную смесь вливают в кипяток, добавляют сахар и, непрерывно помешивая, доводят до кипения. Охлаждают.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Кисель имеет цвет ягод или плодов, из которых изготовлен концентрат. Вкус и запах кисло-сладкий с ароматом вида концентрата. Консистенция средней густоты, без комков заварившегося крахмала.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 504

Наименование блюда: **Кисель из повидла, джема, варенья**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Повидло	32	32						
или джем	32	32						
или варенье	32	32						
Сахар	12	12						
Крахмал картофельный	7	7						
Вода	180	180						
Лимонная кислота	0,2	0,2						
ИТОГО: по повидлу			0,1	0,0	0,0	0,0	38,3	154

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,00	0,1	0,00	0,0	8	8	2	0,5

Выход: 200

Технология приготовления: Повидло, или джем, или варенье разводят горячей водой и нагревают до кипения, затем процеживают с одновременным протиранием плодов и ягод, добавляют сахар, лимонную кислоту, доводят до кипения, вводят подготовленный крахмал и вновь доводят до кипения. Охлаждают, разливают в стаканы.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Вкус и аромат кисло-сладкий, свойственные виду джема или повидла. Цвет, свойственный плодам, из которых приготовлен джем или повидло. Консистенция густая, однородная, без комочков заварившегося крахмала и не протертых ягод джема или варенья.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 505

Наименование блюда: **Кисель из свежих ягод**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Черная смородина	25	24						
или крыжовник	25	24						
Вода	180	180						
Сахар	15	15						
Крахмал	6	6						
ИТОГО: по смородине			0,2	0,0	0,1	0,1	21,5	87

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,01	29,3	0,00	0,0	10	11	7	0,3

Выход: 200

Технология приготовления: Смородину, крыжовник перебирают, удаляют плодоножки, моют. Ягоды протирают, отжимают сок и процеживают. Мезгу заливают горячей водой (1:5), проваривают 10–15 минут, процеживают. В полученный отвар (часть его охлаждают и используют для разведения крахмала) добавляют сахар, сок, доводят до кипения и струей вливают подготовленный крахмал. Снова доводят до кипения. Охлаждают.
Подготовка крахмала: крахмал разводят охлажденным отваром 1:5 и процеживают.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид - прозрачный. Цвет, свойственный ягодам, из которых приготовлен кисель. Вкус и аромат кисло-сладкий, свойственные виду ягод. Консистенция средней густоты, однородная без комков.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 506

Наименование блюда: **Кисель из яблок сушеных**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Яблоки сушеные	12	12						
Сахар	20	20						
Крахмал картофельный	6	6						
Вода	215,5	215,5						
Лимонная кислота	0,2	0,2						
ИТОГО:			0,3	0,0	0,0	0,0	31,1	126

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,00	0,1	0,00	0,0	14	12	3	0,7

Выход: 200

Технология приготовления: Промытые сушеные яблоки заливают горячей водой и оставляют в закрытой посуде на 2 часа для набухания. Варят их в той же воде 20–30 минут при слабом кипении до мягкой консистенции и протирают. Полученное пюре соединяют с отваром, добавляют сахар, доводят до кипения, вводят крахмал, разведенный в охлажденной кипяченой воде, и вновь доводят до кипения. Охлаждают и разливают на порции.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Цвет светло-желтый, вкус сладкий, аромат яблок, консистенция средней густоты, однородная, без комков заварившегося крахмала.

16.3. Компоты

Компоты приготовляют из свежих, сушеных, консервированных и замороженных плодов и ягод как в различных сочетаниях, так и из одного какого-либо вида.

Банки с консервированными плодами и ягодами, предназначенные для приготовления компотов, перед вскрытием тщательно промывают теплой водой.

Для приготовления компотов из сухофруктов сушеные плоды и ягоды перебирают, удаляя посторонние примеси, тщательно промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз.

Для улучшения вкуса компоты из сухофруктов рекомендуется варить за 10–12 ч до их подачи, так как в результате настаивания в отвар переходят ароматические и вкусовые вещества (органические кислоты, минеральные соли, сахара), а плоды и ягоды пропитываются сахарным сиропом.

При недостаточной кислотности в компоты добавляют кислоту лимонную.

Компоты отпускают охлажденными до температуры 12–15 °С по 150–200 г на порцию.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 507

Наименование блюда: **Компот из свежих плодов или ягод**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Яблоки свежие	45,4	40						
Вода	172	172						
Черешня или вишня	42,2	40						
или слива	44,4	40						
или абрикосы	46,6	40						
Вода	162	162						
Сахар	15	15						
Кислота лимонная	0,2	0,2						
ИТОГО: по вишне			0,5	0,0	0,2	0,2	23,1	96

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	4,3	0,00	0,2	22	16	14	1,1

Выход: 200

Технология приготовления: Яблоки моют, удаляют семенные гнезда, 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 выдачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Вкус кисло-сладкий с ароматом фруктов, из которых приготовлен компот. Цвет - светлый (для яблок), розовый (для черешни и вишни) различной степени интенсивности. Консистенция жидкая с наличием вареных плодов или ягод.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 508

Наименование блюда: **Компот из смеси сухофруктов**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Смесь сухофруктов	25	30,5 *						
Сахар	15	15						
Вода	190	190						
ИТОГО:			0,5	0,0	0,0	0,0	27,0	110

* Масса сухофруктов отварных.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,01	0,5	0,00	0,0	28	19	7	1,5

Выход: 200

Технология приготовления: Сушеные фрукты перебирают, сортируют по видам, несколько раз промывают в теплой воде, затем закладывают в кипящую воду с сахаром в следующей последовательности: грушу варят 1,5–2 часа; яблоки – 20–30 минут; урюк – 18–20 минут; изюм – 5–10 минут. Охлаждают. Фрукты раскладывают в стаканы, заливают отваром.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Не допускаются посторонние примеси и порченые плоды. Ягоды и плоды сварены до полной готовности и пропитаны отваром. Отвар прозрачный. Вкус сладкий. Вкус и запах соответствуют использованным в компоте сухофруктам. Цвет коричневый или темно-коричневый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 509

Наименование блюда: **Компот из яблок с лимоном**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Яблоки свежие	56	50						
Лимон	16	7						
Вода	180	180						
Сахар	20	20						
ИТОГО:			0,3	0,0	0,2	0,2	25,1	103

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,01	3,3	0,00	0,1	11	7	5	1,2

Выход: 200

Технология приготовления: Яблоки перебирают, моют, удаляют семенные гнезда, нарезают тонкими ломтиками. С лимонов снимают цедру, мякоть нарезают ломтиками острым ножом. Цедру, снятую с лимона, мелко нарезают. Яблочные сердцевины 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 мин. Охлаждают.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Вкус кисло-сладкий, с ароматом яблок и лимона. Цвет слабо-желтый. Консистенция сиропа жидкая с ломтиками яблок и лимона.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 510

Наименование блюда: **Компот из апельсинов с яблоками**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Апельсины	59	40						
Яблоки	42	30						
Сахар	20	20						
Вода	120	120						
ИТОГО:			0,5	0,0	0,2	0,2	22,2	93

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	11,6	0,00	0,1	19	12	8	0,8

Выход: 200

Технология приготовления: Яблоки перебирают, удаляют сердцевину, нарезают тонкими ломтиками. Сердцевины яблок, цедру апельсинов заливают водой и варят 7–10 мин, процеживают. Очищенные апельсины нарезают острым ножом на ломтики. Подготовленные фрукты закладывают в кипящий фруктовый отвар, добавляют сахар, доводят до кипения, варят 2–3 минуты.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Вкус кисло-сладкий, с ароматом яблок и апельсина. Цвет слабо-желтый, с оранжевым оттенком. Консистенция сиропа жидкая, с ломтиками вареных педеформированных яблок и кусочков апельсина.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 511

Наименование блюда: **Компот из крыжовника или смородины черной**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крыжовник	32	30						
или смородина	32	30						
Вода	160	160						
Сахар	15	15						
ИТОГО: по смородине			0,3	0,0	0,1	0,1	17,2	71

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,01	24,0	0,00	0,0	11	10	9	0,4

Выход: 200

Технология приготовления: В горячей воде растворяют сахар, кладут подготовленные ягоды, доводят до кипения, снимают с плиты, охлаждают, разливают в стаканы.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Вкус кисло-сладкий с ароматом ягод, из которых приготовлен компот. Цвет светло-зеленый (для крыжовника), красный (для смородины) различной степени интенсивности. Консистенция жидкая с наличием вареных ягод.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 512

Наименование блюда: **Компот из плодов или ягод сушеных**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Яблоки	15	56 •						
или груши	30	45 •						
или курага	20	37 •						
или чернослив	25	37 •						
или урюк	25	46 •						
или изюм	20	32 •						
Сахар	15	15						
Вода	202	202						
ИТОГО: по яблокам			0,3	0,0	0,0	0,0	20,1	81

• Масса плодов или ягод отварных.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,00	0,8	0,00	0,0	10	6	3	0,6

Выход: 200

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, изюм - 5–10 минут. Компот охлаждают. При отпуске в стакан кладут фрукты и заливают отваром.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Вкус кисло-сладкий или сладкий, в зависимости от входящих в компот сухофруктов. Аромат соответствует виду фрукта. Консистенция жидкая, плоды пропитаны отваром, сварены до полной готовности. Отвар прозрачен. Не допускаются посторонние примеси и порченые плоды.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 513

Наименование блюда: **Компот из вишен и яблок**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Яблоки	30	23						
Вишня	20	18						
Сахар	20	20						
Вода	180	180						
ИТОГО:			0,2	0,0	0,1	0,1	24,1	98

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,01	2,1	0,00	0,1	11	8	7	0,7

Выход: 200

Технология приготовления: Плоды перебирают, яблоки измельчают, тщательно промывают, несколько раз меняя воду. Подготовленные плоды закладывают в кипящий сахарный сироп и варят до готовности. Компот охлаждают. При отпуске в стакан кладут фрукты и заливают отваром.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Вкус кисло-сладкий или сладкий. Аромат вишни и яблок. Консистенция жидкая, плоды пропитаны отваром, сварены до полной готовности. Отвар прозрачен. Не допускаются посторонние примеси и порченые плоды.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 514

Наименование блюда: **Компот из плодов консервированных**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Персики, или айва, или абрикосы (половинки или кусочки)	80	80						
Сахар-песок	13	13						
Сироп консервированного компота	54	54						
Вода	60	60						
или вишня, или черешня, или яблоки, или сливы спелые	73	73						
Сахар-песок	13	13						
Сироп консервированного компота	60	60						
Вода	66	66						
ИТОГО: по персикам, по воде			0,5	0,0	0,2	0,2	32,4	133

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,00	2,0	0,00	0,2	16	16	6	1,5

Выход: 200

Технология приготовления: Сироп варят из сахара и воды, затем в него добавляют сироп консервированных плодов и плоды, доводят до кипения и охлаждают.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Плоды сохранили форму и залиты прозрачным сиропом. Консистенция компота - жидкая, ягод - мягкая. Цвет, присущий вареным плодам в сиропе. Вкус сладко-кисловатый с хорошо выраженным привкусом плодов. Запах типичный для вареных плодов.

16.4. Молоко и кисломолочные продукты

В детские учреждения молоко поступает пастеризованное в бутылках или пакетах, а также разливное во флягах.

Молоко, поступившее во флягах, перед отпуском кипятят в посуде, предназначенной только для этой цели. Потери при кипячении молока составляют 5%. Из бутылок и пакетов молоко, кефир и другие кисломолочные продукты наливают непосредственно в стаканы. При этом потери составляют: кефира - 3,5%; ацидофилина - 7,5%; ряженки - 3%; простокваши - 5%.

Молоко и кисломолочные продукты подают в стаканах.

Кисломолочные продукты можно отпускать с сахаром по 5–10 г, а также с кукурузными или пшеничными хлопьями - по 15 г на порцию.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 515

Наименование блюда: **Молоко кипяченое**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Молоко	210	200 *						
ИТОГО:			5,8	5,8	5,0	0,0	9,6	106

* Масса молока кипяченого.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	2,6	0,04	0,0	240	180	28	0,2

Выход: 200

Технология приготовления: Молоко кипятят в посуде, предназначенной только для этой цели, охлаждают, разливают в стаканы.

Температура подачи: 65 °С (горячего) и 14 °С (холодного).

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид - напиток белого цвета. Вкус чуть сладковатый, аромат кипяченого молока. Консистенция жидкая, однородная. Не допускается изменение цвета молока, привкус пригорелого молока.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 516

Наименование блюда: **Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Кефир	206	200						
или ацидофилин	216	200						
или простокваша	200	200						
или ряженка	205	200						
ИТОГО: по кефиру			5,8	5,8	5,0	0,0	8,0	100

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	1,4	0,04	0,0	240	180	28	0,2

Выход: 200

Технология приготовления: Из бутылок и пакетов кисломолочные продукты наливают непосредственно в стаканы. Кисломолочные продукты можно отпускать с сахаром по 5–10 г, а также с кукурузными или пшеничными хлопьями по 15 г на порцию.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Кисломолочные напитки имеют белый цвет, ряженка слегка кремовый, консистенция, свойственная виду напитка, не допускается излишне кислый вкус.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 517

Наименование блюда: **Йогурт**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				У	Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж			
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Йогурт сладкий 3,2% жирности	206	200						
ИТОГО:			10,0	10,0	6,4	0,0	17,0	174

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	1,2	0,04	0,0	238	182	28	0,2

Выход: 200

Технология приготовления: Из бутылок и пакетов йогурт наливают непосредственно в стаканы.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: По внешнему виду и консистенции это однородная жидкость, в меру вязкая. Вкус и запах чистые, кисломолочные, без посторонних привкусов и запахов, для сладкого — в меру сладкий вкус. Цвет молочно-белый, равномерный по всей массе, при выработке с вкусоароматическими добавками и пищевыми красителями — обусловлен цветом введенных добавок. Не допускается излишне кислый вкус.

16.5. Плодово-ягодные прохладительные напитки

Плодово-ягодные прохладительные напитки готовят из лимонов, ревеня, клюквы, других плодов и ягод, а также из варенья и сиропов.

Отпускают напитки охлажденными в стаканах.

При приготовлении прохладительных напитков сахар рекомендуется предварительно растворить в воде и процедить.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 518

Наименование блюда: **Соки овощные, фруктовые и ягодные**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				У	Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж			
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Сок яблочный	100	100						
ИТОГО:			0,5	0,0	0,1	0,1	0,1	46
Сок абрикосовый	100	100						
ИТОГО:			0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	55
Сок апельсиновый	100	100						
ИТОГО:			0,7	0,0	0,1	0,1	0,1	60
Сок сливовый	100	100						
ИТОГО:			0,3	0,0	0,1	0,1	0,1	68
Сок томатный	100	100						
ИТОГО:			1,0	0,0	0,1	0,1	0,1	18
Сок морковный	100	100						
ИТОГО:			1,1	0,0	0,1	0,1	12,6	56

Сок яблочный

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,01	2,0	0,00	0,0	7	0	0	1,4

Сок абрикосовый

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	4,0	0,00	0,0	20	0	0	0,2

Сок апельсиновый

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	4,0	0,00	0,0	18	0	0	0,3

Сок сливовый

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,01	4,0	0,00	0,0	10	0	0	0,3

Сок томатный

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	1,0	0,00	0,0	7	0	0	0,7

Сок морковный

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,01	3,0	0,00	0,0	19	0	0	0,6

Выход: 100

Технология приготовления: Сок, выпускаемый промышленностью, разливают в стаканы порциями непосредственно перед отпуском.
Температура подачи: 14 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид, консистенция, цвет, вкус, запах приятные, соответствующие виду сока, без порочащих признаков.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 519

Наименование блюда: **Напиток из шиповника**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Шиповник (целые плоды)	20	20						
Сахар	15	15						
Вода	230	230						
ИТОГО:			0,7	0,0	0,3	0,3	22,8	97

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,01	70,0	0,00	0,0	12	3	3	1,5

Выход: 200

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

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Напиток имеет вкус и аромат, свойственные шиповнику, сладкий, цвет красно-коричневый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 520

Наименование блюда: **Напиток клюквенный**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Клюква	22	20						
Вода	201,5	201,5						
Сахар	20	20						
ИТОГО:			0,1	0,0	0,0	0,0	20,7	83

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,00	1,2	0,00	0,0	3	2	3	0,2

Выход: 200

Технология приготовления: Подготовленные ягоды моют, ошпаривают, протирают и отжимают сок, ставят в холодильный шкаф при температуре +4 - +6 °С. Мезгу заливают горячей водой, варят 5–8 минут, процеживают, добавляют сахар, доводят до кипения, вливают отжатый сок и снова доводят до кипения. Охлаждают. Разливают в стаканы.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Вкус кисло-сладкий, запах соответствует виду ягод, цвет красный, слегка мутный. Консистенция жидкая.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 521

Наименование блюда: **Напиток морковно-апельсиновый**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	52	42						
Апельсины	58	22						
Вода	140	140						
Сахар	20	20						
ИТОГО:			0,6	0,0	0,1	0,1	24,5	101

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	4,9	0,00	0,2	19	28	19	0,4

Выход: 200

Технология приготовления: Из очищенных апельсинов, очищенной, ошпаренной и измельченной моркови, отжимают сок. Морковную мезгу и мелко нарезанную цедру апельсина заливают водой, варят 5–8 минут, затем охлаждают. После процеживания в отвар добавляют сахар, доводят до кипения, сразу же вливают отжатый сок апельсинов и моркови и еще раз доводят до кипения. Охлаждают и разливают в стаканы.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Цвет - светло-оранжевый, мутный. Выражен аромат моркови и цитрусовых, вкус сладко-кислый. Консистенция жидкая.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 522

Наименование блюда: **Напиток морковно-яблочный**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	52	42						
Яблоки	14	12						
Вода	140	140						
Сахар	10	10						
ИТОГО:			0,6	0,0	0,1	0,1	14,0	59

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	1,1	0,00	0,2	13	21	15	0,5

Выход: 200

Технология приготовления: Из очищенных яблок и очищенной, ошпаренной и измельченной моркови, отжимают сок, ставят в холодильную камеру при температуре +4 - +6 °С, мезгу заливают водой, варят 5–8 минут и процеживают. После процеживания в отвар добавляют сахар, доводят до кипения, сразу же вливают отжатый сок моркови и яблок и еще раз доводят до кипения. Охлаждают и разливают в стаканы.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Цвет напитка светло-оранжевый, мутный, выражен аромат моркови и яблок, вкус сладкий. Консистенция жидкая.

17. Мучные изделия

Мучные изделия приготовляют из муки тонкого помола высшего или первого сорта с добавлением молока или воды, сахара, жира, яиц, сметаны и некоторых других пищевых продуктов. Большинство мучных изделий готовят с дрожжами.

В рецептурах, где сортность муки не указана, допускается использовать муку обоих сортов.

В рецептурах на мучные блюда (пельмени, вареники, блины, оладьи, блинчики) нормы расхода муки даются без учета ее влажности.

В рецептурах на все мучные кулинарные изделия (пирожки, ватрушки, кулебяки и т.д.) расход пшеничной муки указан с базисной влажностью 14,5%. При использовании пшеничной муки с влажностью ниже 14,5% расход ее снижается в размере 1% на каждый процент снижения влажности муки. При этом на такое же количество увеличивается расход влаги (воды, молока).

В случае использования муки с влажностью выше 14,5% расход ее соответственно увеличивается, количество влаги, предусмотренное рецептурой, уменьшается.

К сырью, используемому для приготовления мучных изделий, предъявляются следующие технологические требования:

1. В холодное время, если мука имеет низкую температуру, ее следует выдержать в теплом помещении, с тем чтобы температура муки повысилась не менее чем до 12 °С.

2. Перед употреблением муку просеивают в специальных просеивателях или вручную, при этом, помимо того, что при просеивании удаляются комочки и посторонние предметы, мука обогащается кислородом воздуха, что облегчает замес теста, улучшает его качество и способствует лучшему его подъему. Потери при просеивании муки, составляющие 1%, учтены в рецептурах при определении выхода готовых изделий.

3. Прессованные дрожжи перед употреблением разводят в теплой воде с температурой 30–35 °С, замороженные - подвергают постепенному размораживанию при температуре 4–6 °С и процеживают, сухих дрожжей (в виде порошка, крупки или таблеток) берут по массе в три раза меньше, чем свежих, при этом дрожжи разводят теплой водой и дают 1 ч постоять, а затем процеживают. Для приготовления опары рекомендуется смешать сухие дрожжи с мукой и развести в теплой воде (на 100 г дрожжей и 1 кг муки 3 л воды), а через 1 ч процедить.

4. Сахар, рафинадную пудру и соль просеивают через сито с размером ячеек 2–3 мм или их предварительно растворяют в воде и раствор процеживают.

5. Углекислый аммоний измельчают и просеивают через сито с размером ячеек 1,5–2 мм или растворяют в воде с температурой не выше 25 °С. На одну часть углекислого аммония расходуют четыре части воды.

6. Двууглекислый натрий (соду) просеивают через сито с размером ячеек не более 1,5–2 мм или растворяют в воде и процеживают через сито с размером ячеек 0,5 мм.

7. Жиры, вводимые в растопленном виде, процеживают через сито с размером ячеек не более 1 мм, а используемые в твердом состоянии предварительно разрезают на куски и размягчают.

8. Молоко цельное процеживают через сито с размером ячеек не более 1,0 мм, сухое - предварительно растворяют в воде, используемой для замеса.

9. Яйца перед использованием обрабатывают в соответствии с действующими санитарными правилами.

10. Яйца или яичный меланж для смазывания изделия взбивают до однородного состояния с добавлением воды в соотношении 1:0,3.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 523

Наименование блюда: **Тесто для пельменей**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в\с	700	700						
Вода	260	260						
Яйцо	1 ½ шт.	60						
Соль йодированная	15	15						
Масса теста	-	1000						
ИТОГО:			83,2	7,6	16,0	9,1	489,7	2436

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1.23	0.0	15.00	10.9	159	717	119	9,9

Выход: 1000

Технология приготовления: В муку добавляют нагретую до 30–35 °С воду, яйцо, йодированную соль и замешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию. Подготовленное тесто выдерживают 30–40 мин для набухания клейковины и придания тесту эластичности, после чего используют для приготовления пельменей.

Температура подачи: не ниже 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид: эластичный кусок набухшего теста, хорошо промешанный, однородной консистенции, кремового цвета. Вкус сырого теста, муки, умеренно соленый с запахом сырой муки.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 524

Наименование блюда: **Пельмени мясные (полуфабрикат)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Тесто для пельменей	-	450						
Говядина	584	430						
Лук репчатый	50	42						
Соль йодированная	9	9						
Сахар	0,5	0,5						
Вода	90	90						
Масса фарша	-	560						
Яйцо для смазки	1/2 шт.	20						
Масса пельменей	-	1000						
ИТОГО:			120,5	86,9	78,4	4,2	224,4	2085

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,84	4,2	0,10	6,8	134	1194	157	16,9

Выход: 1000

Технология приготовления: Для фарша говядину и лук измельчают на мясорубке, добавляют йодированную соль, сахар и холодную воду, затем все тщательно перемешивают.
Готовое тесто (ТК № 523) раскатывают в пласт толщиной 1,5–2 мм. Края раскатанного пласта шириной 5–6 см смазывают яйцом. На середину смазанной полосы, вдоль нее, кладут рядами шарики фарша массой 7–8 г на расстоянии 3–4 см один от другого. Затем края смазанной полосы теста приподнимают, накрывают им фарш, после чего вырезают пельмени специальным приспособлением или формочкой с заостренными краями и с затупленным ободком. Масса одной штуки должна быть 12–13 г. Оставшиеся обрезки теста используют при повторной раскатке. Сформированные пельмени укладывают в один ряд на обсыпанные мукой деревянные лотки и до варки хранят при температуре 0 °С.

Температура подачи: не ниже 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид пельменей: полукруглые, размером 2,5–3 см, места соединения теста аккуратно защипаны, поверхность пельменей гладкая. Консистенция оболочки – мягкая, плотная, фарша – сочная, мягкая. Цвет оболочки от светло-кремового до светло-желтого, фарша – красный. На вкус умеренно соленые.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 525

Наименование блюда: **Пельмени мясные отварные**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Пельмени п/ф (ТК № 524)	186	185						
Масса отварных пельменей	-	200						
Масло сливочное	5	5						
Выход	-	205						
ИТОГО:			21,3	16,1	16,6	0,8	39,1	391

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,15	0,6	0,05	1,3	22	195	27	2,5

Выход: 205

Технология приготовления: Подготовленные пельмени опускают в кипящую подсоленную воду (на 1 кг пельменей берут 4 л воды и 15 г йодированной соли), доводят до кипения и продолжают варить при слабом кипении 5–7 мин. Когда пельмени всплывут на поверхность, их осторожно вынимают шумовкой с крупными отверстиями или дуршлагом и поливают прокипяченным сливочным маслом. Пельмени рекомендуется отваривать небольшими порциями в широкой посуде. Использование вставной решетки с крупными отверстиями дает возможность одновременно извлечь из воды все сваренные пельмени и сохранить их форму.
Пельмени при отпуске можно посыпать мелко нарезанной зеленью укропа или петрушки (3–4 г на порцию).
Рекомендуются для детей старшей возрастной группы.

Температура подачи: не ниже 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид пельменей: полукруглые, размером 2,5–3 см, места соединения теста аккуратно защипаны, поверхность пельменей гладкая. Консистенция оболочки – мягкая, плотная, фарша – сочная, мягкая. Цвет оболочки от светло-кремового до светло-желтого, фарша – красный. На вкус умеренно соленые с запахом мяса и репчатого лука.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 526

Наименование блюда: **Тесто для вареников**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в/с	695	695 *						
Яйца	1 1/3 шт.	53 **						
Молоко	245	245						
или вода	245	245						
Сахар	25	25						
Соль йодированная	12	12						
ИТОГО:			83,7	13,9	18,4	8,3	525,3	2616

* 7–10 г указанного количества используется для раскатки теста при формовке вареников.

** В т.ч. для смазки теста при формовке вареников.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1,30	3,2	0,18	10,7	503	931	154	10,1

Выход: 1000

Технология приготовления: Муку высыпают горкой, делают в ней углубление в виде воронки. В муку добавляют нагретое до 30–35 °С молоко или воду. Затем вводят яйца, йодированную соль, сахар и замешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию. Перед формовкой тесто выдерживают 30–40 мин для созревания.

Требования к качеству: Тесто должно быть эластичным. Влажность: 37,00%.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 527

Наименование блюда: **Вареники с творожными, овощными или фруктовыми фаршами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Тесто для вареников:		82						
Мука пшеничная в/с	57	57						
Молоко или вода	20	20 *						
Яйца	1/8 шт.	5						
Сахар	2	2						
Соль йодированная	0,8	0,8						
Фарш**	-	103						
Масса сырых вареников	-	185						
Масса вареных вареников	-	200						
Масло сливочное	10	10						
ИТОГО:			7,4	1,3	10,1	0,7	42,9	292

* Для вареников с картофелем или капустой берут только воду в количестве 22 г для выхода теста 82 г и не добавляют сахар.

** Расчет химического состава дан без учета фарша.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,11	0,1	0,08	1,0	38	79	13	0,9

Выход: с маслом 210

Технология приготовления: Просеянную муку высыпают горкой, делают в ней углубление в виде воронки. В муку добавляют нагретое до 30–35 °С молоко или воду, затем вводят яйца, сахар, йодированную соль и замешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию, перед формовкой тесто выдерживают 30–40 минут для созревания теста. Готовое тесто раскатывают в пласт толщиной в 2 мм. Край раскатанного пласта шириной 50–60 мм смазывают яйцом. На середину смазанной полосы вдоль нее, кладут рядами шарики фарша массой 12–13 г на расстоянии 49–50 мм один от другого. Затем края смазанной полосы теста приподнимают, накрывают им фарш, после чего формуют вареники специальной формочкой с заостренными концами и затупленным ободком (для зажима). Масса одной штуки должна быть 22–24 г (10–11 г теста, 12–13 г фарша). Вареники опускают в кипящую слегка подсоленную воду и варят при слабом кипении 5–7 минут.
При отпуске вареники (7–8 штук на порцию) поливают растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: не ниже 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Изделие сохраняет свою форму, цвет белый, тесто эластичное, проварено, фарш сочный. Вкус теста в меру соленый, фарша творожного и фруктового - сладкий.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 525

Наименование блюда: **Пельмени мясные отварные**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Пельмени п/ф (ТК № 524)	186	185						
Масса отварных пельменей	-	200						
Масло сливочное	5	5						
Выход	-	205						
ИТОГО:			21,3	16,1	16,6	0,8	39,1	391

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,15	0,6	0,05	1,3	22	195	27	2,5

Выход: 205

Технология приготовления: Подготовленные пельмени опускают в кипящую подсоленную воду (на 1 кг пельменей берут 4 л воды и 15 г йодированной соли), доводят до кипения и продолжают варить при слабом кипении 5–7 мин. Когда пельмени всплывут на поверхность, их осторожно вынимают шумовкой с крупными отверстиями или дуршлагом и поливают прокипяченным сливочным маслом. Пельмени рекомендуется отваривать небольшими порциями в широкой посуде. Использование вставной решетки с крупными отверстиями дает возможность одновременно извлечь из воды все сваренные пельмени и сохранить их форму.
Пельмени при отпуске можно посыпать мелко нарезанной зеленью укропа или петрушки (3–4 г на порцию).
Рекомендуются для детей старшей возрастной группы.

Температура подачи: не ниже 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид пельменей: полукруглые, размером 2,5–3 см, места соединения теста аккуратно защипаны, поверхность пельменей гладкая. Консистенция оболочки – мягкая, плотная, фарша – сочная, мягкая. Цвет оболочки от светло-кремового до светло-желтого, фарша – красный. На вкус умеренно соленые с запахом мяса и репчатого лука.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 526

Наименование блюда: **Тесто для вареников**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в/с	695	695 *						
Яйца	1 из пт.	53 **						
Молоко	245	245						
или вода	245	245						
Сахар	25	25						
Соль йодированная	12	12						
ИТОГО:			83,7	13,9	18,4	8,3	525,3	2616

* 7–10 г указанного количества используется для раскатки теста при формовке вареников

** В т.ч. для смазки теста при формовке вареников

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1,30	3,2	0,18	10,7	503	931	154	10,1

Выход: 1000

Технология приготовления: Муку высыпают горкой, делают в ней углубление в виде воронки. В муку добавляют нагретое до 30–35 °С молоко или воду. Затем вводят яйца, йодированную соль, сахар и замешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию. Перед формовкой тесто выдерживают 30–40 мин для созревания.

Требования к качеству: Тесто должно быть эластичным. Влажность: 37,00%.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 527

Наименование блюда: **Вареники с творожными, овощными или фруктовыми фаршами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Тесто для вареников:		82						
Мука пшеничная в/с	57	57						
Молоко или вода	20	20 *						
Яйца	1/8 шт.	5						
Сахар	2	2						
Соль йодированная	0,8	0,8						
Фарш**	-	103						
Масса сырых вареников	-	185						
Масса вареных вареников	-	200						
Масло сливочное	10	10						
ИТОГО:			7,4	1,3	10,1	0,7	42,9	292

* Для вареников с картофелем или капустой берут только воду в количестве 22 г для выхода теста 82 г и не добавляют сахар.

** Расчет химического состава дан без учета фарша.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,11	0,1	0,08	1,0	38	79	13	0,9

Выход: с маслом 210

Технология приготовления: Просеянную муку высыпают горкой, делают в ней углубление в виде воронки. В муку добавляют нагретое до 30–35 °С молоко или воду, затем вводят яйца, сахар, йодированную соль и замешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию, перед формовкой тесто выдерживают 30–40 минут для созревания теста. Готовое тесто раскатывают в пласт толщиной в 2 мм. Край раскатанного пласта шириной 50–60 мм смазывают яйцом. На середину смазанной полосы вдоль нее, кладут рядами шарики фарша массой 12–13 г на расстоянии 49–50 мм один от другого. Затем края смазанной полосы теста приподнимают, накрывают им фарш, после чего формуют вареники специальной формочкой с заостренными концами и затупленным ободком (для зажима). Масса одной штуки должна быть 22–24 г (10–11 г теста, 12–13 г фарша). Вареники опускают в кипящую слегка подсоленную воду и варят при слабом кипении 5–7 минут.
При отпуске вареники (7–8 штук на порцию) поливают растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: не ниже 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Изделие сохраняет свою форму, цвет белый, тесто эластичное, проварено, фарш сочный. Вкус теста в меру соленый, фарша творожного и фруктового - сладкий.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 528

Наименование блюда: **Блинчики с маслом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в/с	63	63						
Молоко или вода	156	156						
Яйца	1/3 шт.	13						
Сахар	4	3,8						
Масло сливочное	5	5						
Соль йодированная	1,2	1,2						
Масса теста	-	230						
Масло растительное	5	5						
Масса жареных блинчиков	-	150						
Масло сливочное	10	10						
ИТОГО:			12,0	5,8	19,8	5,2	47,9	418

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,14	1,0	0,13	3,4	205	216	33	1,2

Выход: с маслом 160

Технология приготовления: Яйца, сахар, йодированную соль размешивают, добавляют холодное молоко или воду (1/2 нормы), всыпают муку и взбивают до получения однородной массы, постепенно добавляя оставшееся молоко или воду. Готовое жидкое тесто (влажность 66%) процеживают. Блинчики выпекают на смазанных растительным маслом и разогретых сковородах диаметром 240–260 мм с двух сторон.
Отпускают с маслом по 3 шт. на порцию.

Температура подачи: не ниже 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Блинчики одинакового размера и толщины, хорошо пропечены, без трещин и пузырьков. Цвет от желтого до светло-коричневого, консистенция мягкая, эластичная.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 529

Наименование блюда: **Блинчики с вареньем**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в/с	63	63						
Молоко или вода	156	156						
Яйца	1/3 шт.	13						
Сахар	4	3,8						
Масло сливочное	5	5						
Соль йодированная	1,2	1,2						
Масса теста	-	230						
Масло растительное	5	5						
Масса жареных блинчиков	-	150						
Варенье	15,2	15						
ИТОГО:			12,0	5,8	2,4	5,2	57,0	388

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,13	2,1	0,10	2,5	206	215	34	1,4

Выход: с вареньем 165

Технология приготовления: Яйца, сахар, йодированную соль размешивают, добавляют холодное молоко или воду (1/2 нормы), всыпают муку и взбивают до получения однородной массы, постепенно добавляя оставшееся молоко или воду. Готовое жидкое тесто (влажность 66%) процеживают. Блинчики выпекают на смазанных растительным маслом и разогретых сковородах диаметром 240–260 мм с двух сторон.
Отпускают с вареньем по 3 шт. на порцию.

Температура подачи: не ниже 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Блинчики одинакового размера и толщины, хорошо пропечены, без трещин и пузырьков. Цвет от желтого до светло-коричневого, консистенция мягкая, эластичная.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 530

Наименование блюда: **Блинчики с джемом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в/с	63	63						
Молоко или вода	156	156						
Яйца	1/3 шт.	13						
Сахар	4	3,8						
Масло сливочное	5	5						
Соль йодированная	1,2	1,2						
Масса теста	-	230						
Масло растительное	5	5						
Масса жареных блинчиков	-	150						
Джем	15,2	15						
ИТОГО:			12,1	5,8	12,4	5,2	57,2	389

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,14	5,1	0,07	3,3	211	216	35	1,3

Выход: с джемом 165

Технология приготовления: Яйца, сахар, йодированную соль размешивают, добавляют холодное молоко или воду (1/2 нормы), всыпают муку и взбивают до получения однородной массы, постепенно добавляя оставшееся молоко или воду. Готовое жидкое тесто (влажность 66%) процеживают. Блинчики выпекают на смазанных растительным маслом и разогретых сковородах диаметром 240–260 мм с двух сторон.
Отпускают с джемом по 3 шт. на порцию.

Температура подачи: не ниже 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Блинчики одинакового размера и толщины, хорошо пропечены, без трещин и пузырьков. Цвет от желтого до светло-коричневого, консистенция мягкая, эластичная.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 531

Наименование блюда: **Блинчики с медом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в/с	63	63						
Молоко или вода	156	156						
Яйца	1/3 шт.	13						
Сахар	4	3,8						
Масло сливочное	5	5						
Соль йодированная	1,2	1,2						
Масса теста	-	230						
Масло растительное	5	5						
Масса жареных блинчиков	-	150						
Мед	15,2	15						
ИТОГО:			12,1	5,8	12,4	5,2	58,2	393

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,14	2,0	0,07	3,3	206	216	33	1,3

Выход: с медом 165

Технология приготовления: Яйца, сахар, йодированную соль размешивают, добавляют холодное молоко или воду (1/2 нормы), всыпают муку и взбивают до получения однородной массы, постепенно добавляя оставшееся молоко или воду. Готовое жидкое тесто (влажность 66%) процеживают. Блинчики выпекают на смазанных растительным маслом и разогретых сковородах диаметром 240–260 мм с двух сторон.
Отпускают с медом по 3 шт. на порцию.

Температура подачи: не ниже 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Блинчики одинакового размера и толщины, хорошо пропечены, без трещин и пузырьков. Цвет от желтого до светло-коричневого, консистенция мягкая, эластичная.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 532

Наименование блюда: **Блинчики с фаршем (1-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в/с	77	77						
Молоко или вода	192	192						
Яйца	1/3 шт.	13						
Сахар	5	5						
Соль йодированная	1,5	1,5						
Масло растительное	3	3						
Масса жареных блинчиков	-	185						
Фарш*	93	93						
или джем, варенье	101	93						
Масса полуфабриката	-	278						
Масло сливочное	10	10						
Масса жареных блинов с фаршем	-	250						
Масло сливочное	10	10						
ИТОГО: по молоку			15,2	7,1	26,0	3,8	63,4	548

*Расчет химического состава дан без учета фарша, джема, варенья

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,21	2,5	0,19	2,7	249	262	40	1,5

Выход: с маслом 260

Технология приготовления: Яйца, сахар, йодированную соль размешивают, добавляют холодное молоко или воду (1/2 нормы), всыпают муку и взбивают до получения однородной массы, постепенно добавляя оставшееся молоко или воду. Готовое жидкое тесто (влажность 66%) процеживают. Блинчики выпекают на смазанных растительным маслом и разогретых сковородах диаметром 240–260 мм, обжаривая с одной стороны. На поджаренную сторону охлажденных блинчиков раскладывают фарш, джем или варенье, завертывают в виде плоских прямоугольных пирожков, слегка обжаривают с обеих сторон на сковороде и доводят до готовности в жарочном шкафу 5–6 мин при температуре 220 °С. Отпускают по 2 шт. на порцию со сливочным маслом.

Температура отпуска: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Блинчики прямоугольной формы, золотистого цвета, консистенция теста эластичная. Фарш соответствует требованиям к качеству фарша.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 533

Наименование блюда: **Блинчики с фаршем (2-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
		Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.			
Мука пшеничная в/с	77	77						
Молоко или вода	192	192						
Яйца	1/3 шт.	13						
Сахар	5	5						
Соль йодированная	1,5	1,5						
Масло растительное	3	3						
Масса жареных блинчиков	-	185						
Фарш*	93	93						
или джем, варенье	101	93						
Масса полуфабриката	-	278						
Масло сливочное	10	10						
Масса жареных блинов с фаршем	-	250						
Пудра рафинадная	10	10						
ИТОГО:			15,1	7,0	18,2	3,8	68,3	497

*Расчет химического состава дан без учета фарша, джема, варенья.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,21	2,5	0,13	2,6	248	261	40	1,5

Выход: с рафинадной пудрой 260

Технология приготовления: Яйца, сахар, йодированную соль размешивают, добавляют холодное молоко или воду (1/2 нормы), всыпают муку и взбивают до получения однородной массы, постепенно добавляя оставшееся молоко или воду. Готовое жидкое тесто (влажность 66%) процеживают. Блинчики выпекают на смазанных растительным маслом и разогретых сковородах диаметром 240–260 мм, обжаривая с одной стороны. На поджаренную сторону охлажденных блинчиков раскладывают фарш, джем или варенье, завертывают в виде плоских прямоугольных пирожков, слегка обжаривают с обеих сторон на сковороде и доводят до готовности в жарочном шкафу 5–6 мин при температуре 220 °С. Отпускают по 2 шт. на порцию с рафинадной пудрой.

Температура отпуска: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Блинчики прямоугольной формы, золотистого цвета, консистенция теста эластичная. Фарш соответствует требованиям к качеству фарша.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 534

Наименование блюда: **Тесто для оладий**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в/с	481	481						
Сахар	17	17						
Яйца	3/5 шт.	23						
Соль йодированная	9	9						
Дрожжи (прессованные)	14	14						
Молоко или вода	481	481						
ИТОГО:			69,7	16,9	22,8	6,2	376,2	1989

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1,07	6,2	0,15	7,3	679	919	151	7,1

Выход: 1000

Технология приготовления: В небольшом количестве воды растворяют соль и сахар, добавляют предварительно разведенные дрожжи, смесь процеживают, соединяют с остальной водой, подогретой до 30 °С, добавляют просеянную муку, яйца и перемешивают до образования однородной массы. Тесто оставляют в теплом месте на 3–4 часа. Во время брожения тесто 2–3 раза обминают.

Требования к качеству: Тесто белого цвета с серовато оттенком, увеличение теста в объеме в 2–2,5 раза. Запах приятный спиртовой, структура пышная.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 535

Наименование блюда: **Оладьи с изюмом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Тесто:		156						
Мука пшеничная в/с	75	75						
Яйца	1/10 шт.	4						
Сахар	2,7	2,7						
Соль йодированная	1,4	1,4						
Дрожжи	2,2	2,2						
Молоко или вода	75	75						
Изюм	20,4	20						
Масса полуфабриката	-	176						
Масло растительное	9	9						
Масса готовых оладий	-	150						
Масло сливочное	10	10						
ИТОГО:			10,0	2,6	18,9	9,1	65,1	471

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,17	1,0	0,07	5,3	119	135	26	1,7

Выход: с маслом 160

Технология приготовления: В небольшом количестве воды растворяют йодированную соль и сахар, добавляют предварительно разведенные дрожжи, смесь процеживают, соединяют с остальной водой, подогретой до 35 °С, добавляют просеянную муку, яйца и перемешивают до образования однородной массы. Тесто оставляют в теплом месте на 3–4 часа. Во время брожения тесто 1–2 раза обминают. Во время последней обминки добавляют тщательно перебранный и промытый изюм. Выпекают на хорошо разогретых сковородах, подают с маслом по 3 шт. на порцию.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Изделия имеют пышную структуру, толщиной не более 6 мм. Золотистый колер, приятный вкус, аромат. Изюм равномерно распределен, вкус в меру соленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 536

Наименование блюда: **Оладьи с маслом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Тесто для оладий:		176						
Мука пшеничная	85	85						
Яйца	1/10 шт	4						
Молоко	85	85						
или вода	85	85						
Дрожжи прессованные	2,5	2,5						
Сахар	3	3						
Соль йодированная	1,5	1,5						
Масло растительное	9	9						
Масса готовых оладий	-	150						
Масло сливочное	10	10						
ИТОГО:			12,0	2,9	20,2	9,6	61,9	477

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,17	1,1	0,09	5,4	119	161	26	1,2

Выход: с маслом 160

Технология приготовления: В небольшом количестве воды растворяют йодированную соль и сахар, добавляют предварительно разведенные дрожжи, смесь процеживают, соединяют с остальной водой, подогретой до 35 °С, добавляют просеянную муку, яйца и перемешивают до образования однородной массы. Тесто оставляют в теплом месте на 3–4 часа. Во время брожения тесто 1–2 раза обминают. Выпекают на хорошо разогретых сковородах, подают с маслом, по 3 штуки на порцию.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Изделия имеют пышную структуру, толщиной не более 6 мм, золотистый цвет, приятный вкус, без излишней кислоты. Мякиш пористый, пропеченный.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 537

Наименование блюда: **Оладьи с джемом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Тесто для оладий:		176						
Мука пшеничная	85	85						
Яйца	1/10 шт.	4						
Молоко	85	85						
или вода	85	85						
Дрожжи прессованные	2,5	2,5						
Сахар	3	3						
Соль йодированная	1,5	1,5						
Масло растительное	9	9						
Масса готовых оладий	-	150						
Джем	15,2	15						
ИТОГО: по молоку			11,9	2,9	12,2	9,6	71,8	445

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,16	1,5	0,03	5,4	121	119	26	1,2

Выход: с джемом 165

Технология приготовления: В небольшом количестве воды растворяют йодированную соль и сахар, добавляют предварительно разведенные дрожжи, смесь процеживают, соединяют с остальной водой, подогретой до 35 °С, добавляют просеянную муку, яйца и перемешивают до образования однородной массы. Тесто оставляют в теплом месте на 3–4 часа. Во время брожения тесто 1–2 раза обминают. Выпекают на хорошо разогретых сковородах, подают с джемом по 3 штуки на порцию.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Изделия имеют пышную структуру, толщиной не более 6 мм, золотистый цвет, приятный вкус, без излишней кислоты. Мякиш пористый, пропеченный.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 538

Наименование блюда: **Оладьи с яблоками**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Тесто:		161						
Мука пшеничная	78	78						
Яйца	1/10 шт.	4						
Сахар	2,7	2,7						
Соль йодированная	1,4	1,4						
Дрожжи	2,5	2,5						
Вода	80	80						
Яблоки	21	15						
Масса полуфабриката	-	176						
Масло растительное	9	9						
Масса готовых оладий	-	150						
Масло сливочное	10	10						
ИТОГО:			8,4	0,5	13,1	9,0	57,3	381

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,11	1,3	0,04	5,2	22	80	15	1,4

Выход: с маслом 160

Технология приготовления: В небольшом количестве воды растворяют йодированную соль и сахар, добавляют предварительно разведенные дрожжи, смесь процеживают, соединяют с остальной водой, подогретой до 35 °С, добавляют просеянную муку, яйца и перемешивают до образования однородной массы. Вводят растительное масло и снова перемешивают. Тесто оставляют в теплом месте на 3–4 часа. Во время брожения тесто 1–2 раза обминают. Во время последней обминки добавляют очищенные от кожицы нарезанные соломкой яблоки. Выпекают на хорошо разогретых сковородах, подают с маслом или с сахаром по 3 шт. на порцию.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Изделия имеют пышную структуру, толщиной 6 мм, цвет золотистый. Вкус и аромат приятные, с запахом яблок. Яблоки равномерно распределены в мякише.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 539

Наименование блюда: **Тесто для ватрушек, пирогов, кулебяк и других кулинарных изделий**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в/с	641	641						
Сахар	34	34						
Масло сливочное	29	29						
Яйца	4/5 шт.	34						
Соль йодированная	10	10						
Дрожжи (прессованные)	19	19						
Вода	258	258						
ИТОГО:			73,7	4,5	36,2	8,3	482,5	2551

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1,11	0,0	0,26	10,1	139	622	107	8,7

Выход: 1000

Технология приготовления:
Безопарный способ: в дежу тестомесильной машины вливают подогретую до температуры 35–40 °С воду, предварительно разведенные в воде, с температурой не выше 40 °С, процеженные дрожжи, сахар, йодированную соль, добавляют яйца, всыпают муку и все перемешивают в течение 7–8 мин. После этого вводят растопленный маргарин и замешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию и будет легко отделяться от стенок дежи. Дежу закрывают крышкой и ставят на 3–4 часа для брожения в помещение с температурой 35–40 °С. Когда тесто увеличится в объеме в 1,5–2 раза производят обминку в течение 1–2 мин и вновь оставляют для брожения, в процессе которого тесто обминают еще 1–2 раза. Тесто, приготовленное из муки со слабой клейковиной, обминают 1 раз.
Опарный способ: в дежу вливают подогретую до температуры 35–40 °С воду (60–70% от общего количества), добавляют разведенные в воде и процеженные дрожжи, всыпают муку (35–60%) и перемешивают до получения однородной массы. Поверхность опары посыпают мукой, дежу накрывают крышкой и ставят в помещение с температурой 35–40 °С на 2,5–3 часа для брожения. Когда опара увеличится в 2–2,5 раза и начнет опадать, к ней добавляют остальную жидкость с растворенными солью и сахаром, яйца, затем все перемешивают, всыпают оставшуюся муку и замешивают тесто. Перед окончанием замеса добавляют растопленное масло. Дежу закрывают крышкой и оставляют на 2–2,5 часа для брожения. За время брожения тесто обминают 2–3 раза.

Требования к качеству: Выбродившее тесто увеличивается в объеме в 2,5 раза, при надавливании пальцем медленно выравнивается, поверхность выпуклая. Тесто имеет приятный спиртовой запах. Влажность: 38,00%.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 540

Наименование блюда: **Ватрушки с повидлом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Тесто дрожжевое:		46,4						
Мука пшеничная в/с	29,8	29,8						
Сахар	1,6	1,6						
Масло сливочное	1,3	1,3						
Яйца	1/26 шт.	1,5						
Соль йодированная	0,5	0,5						
Дрожжи прессованные	0,9	0,9						
Вода	12	12						
Мука на подпыл	1,4	1,4						
Повидло	30,3	30						
Яйца	1/30 шт.	1,3						
Масло растительное для смазки листов	0,2	0,2						
ИТОГО:			3,7	0,4	1,7	0,4	40,9	194

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	0,1	0,01	0,5	11	31	7	0,7

Выход: 60

Технология приготовления: Дрожжевое тесто, приготовленное опарным способом, выкладывают на подпыленный мукой стол, отрезают от него кусок массой 1–1,5 кг, закатывают его в жгут и делят на куски массой 46 г. Укладывают их швом вниз на лист, смазанный жиром, дают неполную расстойку, а затем деревянным пестиком диаметром 5 см делают в них углубления, которые заполняют начинкой по 30 г.
После полной расстойки ватрушки смазывают яйцом и выпекают при температуре 230–240 °С 6–8 минут.
При приготовлении ватрушек с повидлом яйцом смазывают только края теста, при этом смазывать края теста следует до заполнения лепешек повидлом.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Форма ватрушек круглая, хорошо сохранена. Поверхность глянцевая, цвет корочки от золотистого до светло-коричневого. Вкус сладковатый, в меру соленый, с ароматом, свойственным виду фарша.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 541

Наименование блюда: **Ватрушки с творожным, овощным, фруктовым, сладким фаршем**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Тесто дрожжевое:		46,4						
Мука пшеничная в/с	29,8	29,8						
Сахар	1,6	1,6						
Масло сливочное	1,3	1,3						
Яйца	1/26 шт.	1,5						
Соль йодированная	0,5	0,5						
Дрожжи прессованные	0,9	0,9						
Вода	12	12						
Мука на подпыл	1,4	1,4						
Фарш*	30	30						
Яйца	1/30 шт.	1,3						
Масло растительное для смазки листов	0,2	0,2						
ИТОГО:			3,6	0,4	1,7	0,4	22,2	118

*Расчет химического состава велся без учета фарша.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	0,0	0,01	0,5	7	28	5	0,4

Выход: 60

Технология приготовления: Дрожжевое тесто, приготовленное опарным способом, выкладывают на подпыленный мукой стол, отрезают от него кусок массой 1–1,5 кг, закатывают его в жгут и делят на куски массой 46 г. Укладывают их швом вниз на лист, смазанный жиром, дают неполную расстойку, а затем деревянным пестиком диаметром 5 см делают в них углубления, которые заполняют начинкой по 30 г.

После полной расстойки ватрушки смазывают яйцом и выпекают при температуре 230–240 °С 6–8 минут.

При приготовлении ватрушек с повидлом яйцом смазывают только края теста, при этом смазывать края теста следует до заполнения лепешек повидлом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Форма ватрушек круглая, хорошо сохранена. Поверхность глянцевая, цвет корочки от золотистого до светло-коричневого. Вкус сладковатый, в меру соленый, с ароматом, свойственным виду фарша. Консистенция фарша соответствует требованиям.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 542

Наименование блюда: **Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Тесто дрожжевое:		43						
Мука пшеничная в/с	27,5	27,5						
Сахар	2	2						
Масло сливочное	3	3						
Яйца	1/13 шт.	3						
Соль йодированная	0,3	0,3						
Дрожжи прессованные	1	1						
Вода	7,4	7,4						
Мука на подпыл	0,9	0,9						
Повидло	25,25	25						
Масло раст. для смазки	0,9	0,9						
Яйца для смазки пирожков	1/30 шт.	1,3						
ИТОГО:			3,6	0,5	3,2	0,4	36,6	190

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	0,1	0,03	0,5	11	32	6	0,7

Выход: 60

Технология приготовления: Дрожжевое тесто, приготовленное опарным способом, выкладывают на подпыленный мукой стол, отрезают от него кусок массой 1–1,5 кг, закатывают его в жгут и делят на кусочки массой 43 г. Затем кусочки формуют в шарики, дают им расстояться 5–6 минут и раскатывают на круглые лепешки толщиной 0,5–1 см. На середину каждой лепешки кладут повидло по 25 г на пирожок и защипывают края, придавая пирожку форму «лодочки». Сформованные пирожки укладывают швом вниз на кондитерский лист, предварительно смазанный растительным маслом, для расстойки. За 5–10 минут перед выпечкой изделия смазывают яйцом. Пирожки выпекают при температуре 200–240 °С 8–10 минут.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Пирожки продолговатые, с блестящей поверхностью, от золотистой до коричневой окраски, форма не расплывчатая. Не допускается наличие трещин, вытекания повидла. Мякиш хорошо пропечен, с равномерной пористостью. Вкус теста сладковатый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 543

Наименование блюда: **Пирожки печеные из сдобного теста с фаршем**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Тесто дрожжевое:		43						
Мука пшеничная в/с	27,5	27,5						
Сахар	2	2						
Масло сливочное	3	3						
Яйца	1/13 шт.	3						
Соль йодированная	0,3	0,3						
Дрожжи прессованные	1	1						
Вода	7,4	7,4						
Мука на подпыл	0,9	0,9						
Фарш*	25	25						
Масло растит. для смазки	0,9	0,9						
Яйца для смазки пирожков	1/30 шт.	1,3						
ИТОГО:			3,5	0,6	3,7	0,4	21,0	131

*Расчет химического состава велся без учета фарша.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	0,0	0,03	0,9	7	30	5	0,4

Выход: 60

Технология приготовления: Дрожжевое тесто, приготовленное опарным способом, выкладывают на подпыленный мукой стол, отрезают от него кусок массой 1–1,5 кг, закатывают его в жгут и делят на кусочки массой 43 г. Затем кусочки формуют в шарики, дают им расстояться 5–6 минут и раскатывают на круглые лепешки толщиной 0,5–1 см. На середину каждой лепешки кладут фарш мясной, рыбный, овощной, фруктовый по 25 г на пирожок и защипывают края, придавая пирожку форму «лодочки». Сформованные пирожки укладывают швом вниз на кондитерский лист, предварительно смазанный растительным маслом, для расстойки. За 5–10 минут перед выпечкой изделия смазывают яйцом. Пирожки выпекают при температуре 200–240 °С 8–10 минут.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Пирожки продолговатые, с блестящей поверхностью, от золотистой до коричневой окраски, форма не расплывчатая. Не допускается наличие трещин, вытекания фарша. Мякиш хорошо пропечен, с равномерной пористостью. Вкус теста сладковатый, в меру соленый, с ароматом продукта фарша. Консистенция фарша соответствует требованиям.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 544

Наименование блюда: **Тесто дрожжевое простое**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в/с	633	633						
Сахар	44	44						
Масло сливочное	19	19						
Соль йодированная	10	10						
Дрожжи (прессованные)	19	10						
Вода	300	300						
ИТОГО:			68,5	0,1	23,9	8,2	486,5	2435

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1,08	0,0	0,11	9,7	118	548	101	7,8

Выход: 1000

Технология приготовления: Простое тесто готовят безопарным способом.

Безопарный способ: в дежу тестомесильной машины вливают подогретую до температуры 28–30 °С воду или смесь воды и молока, предварительно разведенные в воде с температурой не выше 40 °С и процеженные дрожжи, сахар, йодированную соль, всыпают просеянную муку и все перемешивают в течение 7–8 мин. После этого вводят растопленное сливочное или растительное масло и замешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию. Готовое тесто легко отделяется от стенок дежи и рук. Консистенция теста должна быть более густой, чем при опарном способе.

Дежу закрывают крышкой и ставят на 3–4 часа для брожения в помещение с температурой не выше 30 °С. Когда тесто увеличится в объеме в 1,5–2 раза, производят обминку в течение 1–2 мин и вновь оставляют для брожения, в процессе которого тесто обминают еще раз.

Из безопарного теста готовят пироги, пирожки с различным фаршем, рулеты, кексы, сдобные булочки.

Разделка: готовое тесто перекладывают на стол (с деревянным покрытием, чтобы не допустить охлаждения теста), подпыленный мукой. Отрезают равный по толщине кусок, закатывают в длинный жгут и режут ножом или отрывают куски требуемой массы руками, формуют шарики. После короткой (8–10 мин) расстойки производят окончательное формование изделий.

Требования к качеству: Выбродившее тесто увеличивается в объеме в 2,5 раза, при надавливании пальцем медленно выравнивается, поверхность выпуклая, тесто имеет приятный спиртовой запах. Влажность: 42,00%.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 545

Наименование блюда: **Тесто дрожжевое слобное (1-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в/с	640	640						
Сахар	46	46						
Масло сливочное	69	69						
Яйца	1¼ шт.	69						
Соль йодированную	8	8						
Дрожжи (прессованные)	23	23						
Вода	170	170						
ИТОГО:			78,2	9,1	73,2	8,3	494,3	2949

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1,14	0,0	0,58	10,7	163	696	111	9,7

Выход: 1000

Технология приготовления: Сдобное тесто готовят опарным способом.
Опарный способ: в дежу вливают подогретую до температуры 35–40 °С воду (60–70% от общего количества), добавляют разведенные в воде и процеженные дрожжи, всыпают просеянную муку (35–60%) и перемешивают до получения однородной массы. Поверхность опары посыпают мукой, дежу накрывают крышкой и ставят в помещение с температурой не выше 30 °С. Густая опара бродит 3,5 часа и увеличивается в объеме в 1,5–2 раза, жидкая (при 100% воды) - 1,5 часа и увеличивается в объеме в 2 раза. Готовность опары определяют по появлению «морщин» на поверхности. В готовую опару добавляют остальную жидкость с растворенными йодированной солью и сахаром, яйца, затем все перемешивают, всыпают оставшуюся муку и замешивают тесто. Перед окончанием замеса добавляют растопленное сливочное или растительное масло и замешивают до однородной консистенции. Температура теста 28–30 °С. Дежу закрывают крышкой и оставляют на 2–2,5 часа для брожения. За время брожения тесто обминают 1–2 раза, чтобы удалить продукты брожения, угнетающие жизнедеятельность дрожжей, и для более равномерного распределения углекислого газа. Это позволяет получить изделия с хорошей пористостью. После второй обминки тесто дозируют и формуют изделия.
Из опарного теста готовят пироги закрытые, пирожки с различными фаршами, ватрушки.
Разделка: готовое тесто перекладывают на стол (с деревянным покрытием, чтобы не допустить охлаждения теста), подпыленный мукой. Отрезают равный по толщине кусок, закатывают в длинный жгут и режут ножом или отрывают куски требуемой массы руками, формуют шарики. После короткой (8–10 мин) расстойки производят окончательное формование изделий.

Требования к качеству: Выбродившее тесто увеличивается в объеме в 2,5 раза, при надавливании пальцем медленно выравнивается, поверхность выпуклая, тесто имеет приятный спиртовой запах. Влажность: 33,00%.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 546

Наименование блюда: **Тесто дрожжевое слобное (2-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в/с	565	565						
Сахар	60	60						
Масло сливочное	60	60						
Яйца	1 шт.	40						
Соль йодированная	10	10						
Дрожжи (прессованные)	20	20						
Вода	270	270						
ИТОГО:			66,4	5,4	61,4	7,3	455,6	2641

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,99	0,0	0,45	9,3	133	574	95	8,1

Выход: 1000

Технология приготовления: Сдобное тесто готовят опарным способом.
Опарный способ: в дежу вливают подогретую до температуры 35–40 °С воду (60–70% от общего количества), добавляют разведенные в воде и процеженные дрожжи, всыпают просеянную муку (35–60%) и перемешивают до получения однородной массы. Поверхность опары посыпают мукой, дежу накрывают крышкой и ставят в помещение с температурой не выше 30 °С. Густая опара бродит 3,5 часа и увеличивается в объеме в 1,5–2 раза, жидкая (при 100% воды) - 1,5 часа и увеличивается в объеме в 2 раза. Готовность опары определяют по появлению «морщин» на поверхности. В готовую опару добавляют остальную жидкость с растворенными йодированной солью и сахаром, яйца, затем все перемешивают, всыпают оставшуюся муку и замешивают тесто. Перед окончанием замеса добавляют растопленное сливочное или растительное масло и замешивают до однородной консистенции. Температура теста 28–30 °С. Дежу закрывают крышкой и оставляют на 2–2,5 часа для брожения. За время брожения тесто обминают 1–2 раза, чтобы удалить продукты брожения, угнетающие жизнедеятельность дрожжей, и для более равномерного распределения углекислого газа. Это позволяет получить изделия с хорошей пористостью. После второй обминки тесто дозируют и формуют изделия.
Из опарного теста готовят пироги закрытые, пирожки с различными фаршами, ватрушки.
Разделка: готовое тесто перекладывают на стол (с деревянным покрытием, чтобы не допустить охлаждения теста), подпыленный мукой. Отрезают равный по толщине кусок, закатывают в длинный жгут и режут ножом или отрывают куски требуемой массы руками, формуют шарики. После короткой (8–10 мин) расстойки производят окончательное формование изделий.

Требования к качеству: Выбродившее тесто увеличивается в объеме в 2,5 раза, при надавливании пальцем медленно выравнивается, поверхность выпуклая, тесто имеет приятный спиртовой запах. Влажность: 33,00%.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 547

Наименование блюда: **Тесто дрожжевое сдобное на растительном масле**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в/с	565	565						
Сахар	60	60						
Масло растительное	40	40						
Яйца	1 шт.	40						
Соль йодированная	10	10						
Дрожжи (прессованные)	20	20						
Вода	290	290						
ИТОГО:			66,1	5,1	51,9	47,3	455,1	2552

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,99	0,0	0,10	26,3	125	563	95	8,0

Выход: 1000

Технология приготовления: Сдобное тесто готовят опарным способом.
Опарный способ: в дежу вливают подогретую до температуры 35–40 °С воду (60–70% от общего количества), добавляют разведенные в воде и процеженные дрожжи, всыпают просеянную муку (35–60%) и перемешивают до получения однородной массы. Поверхность опары посыпают мукой, дежу накрывают крышкой и ставят в помещение с температурой не выше 30 °С. Густая опара бродит 3,5 часа и увеличивается в объеме в 1,5–2 раза, жидкая (при 100% воды) - 1,5 часа и увеличивается в объеме в 2 раза. Готовность опары определяют по появлению «морщин» на поверхности. В готовую опару добавляют остальную жидкость с растворенными йодированной солью и сахаром, яйца, затем все перемешивают, всыпают оставшуюся муку и замешивают тесто. Перед окончанием замеса добавляют растопленное сливочное или растительное масло и замешивают до однородной консистенции. Температура теста 28–30 °С. Дежу закрывают крышкой и оставляют на 2–2,5 часа для брожения. За время брожения тесто обминают 1–2 раза, чтобы удалить продукты брожения, угнетающие жизнедеятельность дрожжей, и для более равномерного распределения углекислого газа. Это позволяет получить изделия с хорошей пористостью. После второй обминки тесто дозируют и формуют изделия.
Из опарного теста готовят пироги закрытые, пирожки с различными фаршами, ватрушки.
Разделка: готовое тесто перекладывают на стол (с деревянным покрытием, чтобы не допустить охлаждения теста), подпыленный мукой. Отрезают равный по толщине кусок, закатывают в длинный жгут и режут ножом или отрывают куски требуемой массы руками, формуют шарики. После короткой (8–10 мин) расстойки производят окончательное формование изделий.

Требования к качеству: Выбродившее тесто увеличивается в объеме в 2,5 раза, при надавливании пальцем медленно выравнивается, поверхность выпуклая, тесто имеет приятный спиртовой запах. Влажность: 33,00%.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 548

Наименование блюда: **Колбасные изделия, запеченные в тесте**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Сосиски	52	50						
или сардельки	52	50						
или колбаса вареная	58	50						
или мясо отварное	110	50*						
Мука пшеничная в/с	40	40						
Сахар	2,5	2,5						
Масло сливочное	1,5	1,5						
Яйца для смазки	1/13 шт.	3						
Соль йодированная	0,5	0,5						
Дрожжи	1,5	1,5						
Вода	18	18						
Масса теста	-	58						
Мука пшеничная на подпыл	2	2						
Масло растительное для смазки листов	0,3	0,3						
ИТОГО: по сосискам			10,3	5,9	13,4	0,5	31,0	286

* Масса отварной говядины.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,12	0,0	0,02	1,7	26	111	16	1,3

Выход: 100

Технология приготовления: Предварительно отваренные сосиски или сардельки, или обжаренную вареную колбасу, или порции отварного мяса охлаждают. Готовое дрожжевое тесто раскатывают в пласт толщиной 1 см, кладут мясопродукты и завертывают в виде рулета или пирожков овальной формы. Шов у пирожков делают сверху, часть его оставляют не защипанной с тем, чтобы был виден запеченный продукт. После расстойки изделия смазывают яйцом и выпекают в течение 20–30 мин. при температуре 230–240 °С.
Можно подавать горячими и охлажденными.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Изделия аккуратные, запеченный продукт виден, корочка золотистая, не толстая, мягкая. Вкус и аромат свежевыпеченного дрожжевого теста и обжаренных мясных продуктов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 549

Наименование блюда: **Пицца школьная**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Тесто дрожжевое	-	60,0						
Начинка:								
Колбаса вареная	15,3	15						
Сыр	15,6	15						
Помидоры свежие	23,5	20						
Зелень	4	3						
Томатная паста	5	5						
Масса начинки	-	55						
Масло растительное для смазки листов	0,25	0,25						
Яйца для смазки пиццы	1/20 шт	1,5						
Масса полуфабриката	-	113						
ИТОГО:			10,2	5,2	10,8	1,5	30,2	259

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,10	4,9	0,10	1,0	147	144	23	0,7

Выход: 100

Технология приготовления: Из дрожжевого теста, приготовленного безопарным или опарным способом, формуют шарики массой 60 г, которые раскатывают до толщины 0,5–0,7 мм, укладывают на лист, смазанный жиром, дают неполную расстройку, а затем делают углубление, которое смазывают томатной пастой, заполняют слоями: кружочек свежего помидора, колбаса, нарезанная мелкими кубиками, посыпают тертым сыром. Края верха пиццы смазывают яйцом и выпекают при температуре 230–240 °С.

Температура подачи: 60–65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид: круглой формы, поверхность блестящая. Консистенция мягкая, пышная. Цвет от желтого до светло-коричневого. Вкус выпеченного изделия. Запах выпеченного изделия.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 550

Наименование блюда: **Шанежка наливная**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в/с	30	30						
Сахар	2	2						
Масло сливочное	2	2						
Яйца	1/40 шт.	1						
Соль йодированная	0,35	0,35						
Дрожжи	1	1						
Вода	12,5	12,5						
Масса теста	-	48						
Сметана	10	10						
Мука пшеничная в/с	1,5	1,5						
Сахар	0,5	0,5						
Масса фарша	-	12						
Яйцо для смазки	1/40 шт.	1						
Масло растительное для смазки	0,2	0,2						
ИТОГО:			3,8	0,5	3,4	0,4	23,2	139

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	0,0	0,02	0,5	15	33	6	0,4

Выход: 50

Технология приготовления: Дрожжевое тесто готовят опарным способом. Готовое тесто дозируют, закатывают шарики массой 60 г, расстаивают 10 мин., раскатывают в лепешки и укладывают на смазанные жиром листы на расстоянии 4 см друг от друга. Снова дают расстояться. Затем лепешки смазывают сметанным фаршем и выпекают 40 мин. при температуре 120–200 °С.

После выпечки шанежки можно смазать маслом, увеличив закладку в рецептуре.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Шанежки с боковых сторон имеют золотистый цвет, на поверхности румяная корочка. Мякиш пышный, хорошо пропечен, с равномерной пористостью. Вкус приятный.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 551

Наименование блюда: **Шанежка с яблоками**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в/с	18	18						
Сахар	0,74	0,74						
Масло сливочное	0,87	0,87						
Яйца	1/20 шт.	2						
Дрожжи	0,6	0,6						
Молоко	6,85	6,85						
Масса теста	-	26,5						
Яблоки свежие	37	37						
Сахар	10	10						
Масса фарша	-	33						
Яйца для смазки изделия	1/40 шт.	1						
Сметана для смазки изделия	0,5	0,5						
Жир для смазки листов	0,15	0,15						
ИТОГО:			2,6	0,6	7,7	0,4	26,2	184

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	2,3	0,03	0,4	19	29	7	1,0

Выход: 50

Технология приготовления: Готовое дрожжевое тесто после первой обминки дозируют, формуют шарики массой около 60 г, раскатывают на лепешки. Укладывают на смазанный жиром лист, на середину каждой лепешки кладут яблочный фарш, ставят на расстойку (20–30 мин.). Перед выпечкой смазывают яйцом, сметаной и выпекают при температуре 220 °С 25–35 мин.

Для фарша: очищенные от сердцевины яблоки, нарезают тонкими ломтиками, пересыпают сахаром и варят на слабом огне или запекают в жарочном шкафу до полуготовности. Спелые мягкие яблоки можно не уваривать.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Шанежки с боковых сторон имеют золотистый цвет, на поверхности яблок светло-золотистая корочка. Мякиш пышный, хорошо пропечен, с равномерной пористостью. Вкус приятный.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 552

Наименование блюда: **Шанежка наливная с яйцом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в/с	37	37						
Мука на подпыл	0,9	0,9						
Сахар	2,6	2,6						
Яйца	1/40 шт.	1,2						
Соль йодированная	0,5	0,5						
Дрожжи	1,1	1,1						
Вода	18	18						
Масса теста	-	61						
Яйца	1/4 шт.	10						
Сметана	3,7	3,7						
Масса яично-сметанной смеси	-	13,7						
Масса полуфабриката	-	73						
Масло растительное для смазки	0,1	0,1						
Рафинадная пудра	0,4	0,4						
ИТОГО:			5,5	1,5	2,2	0,5	28,5	156

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,0	0,03	0,6	15	50	70	0,7

Выход: 60

Технология приготовления: Тесто готовят безопарным способом.

Готовое тесто делят на куски массой 60 г и раскатывают на лепешки толщиной 10 мм. На смазанный растительным маслом кондитерский лист укладывают лепешки и ставят для расстойки. Сваренные вкрутую яйца рубят, соединяют со сметаной и перемешивают. Перед выпечкой поверхность лепешек смазывают яично-сметанной смесью и выпекают при температуре 230–240 °С в течение 8–10 мин.

Готовые шанежки посыпают рафинадной пудрой.

Температура подачи: не ниже 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Поверхность изделий золотистого цвета, форма круглая, хорошо сохранена. Вкус теста сладковатый, в меру соленый, с ароматом яиц и сметаны. Мякиш пористый, хорошо пропечен.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 553

Наименование блюда: **Шанежка с картофелем**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в/с	36	36						
Мука на подпыл	0,9	0,9						
Сахар	1,5	1,5						
Масло сливочное	1,75	1,75						
Яйца	1/13 шт.	3,5						
Соль йодированная	0,5	0,5						
Дрожжи	1,1	1,1						
Молоко	13,5	13,5						
Масса теста	-	53						
Картофель отварной	41	41						
Молоко	13,2	13,2						
Яйца	1/13 шт.	3,5						
Масло сливочное	3,3	3,3						
Сметана	0,6	0,6						
Масса полуфабриката	-	72,5						
Масло растительное для смазки	0,2	0,2						
Масло для смазки готовых изделий	0,9	0,9						
ИТОГО:			6,3	1,2	6,2	0,6	33,2	214

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,10	4,0	0,05	0,7	45	83	18	0,9

Выход: 60

Технология приготовления: Тесто готовят безопарным способом. Готовое тесто делят на куски массой 53 г и раскатывают в шарики. Через 5 мин раскатывают и укладывают на противни, смазанные жиром. Оставляют для расстойки на 30–40 мин. После расстойки на тесто кладут картофельную массу, полностью покрывая поверхность. Перед выпечкой поверхность лепешек смазывают яично-сметанной смесью и выпекают при температуре 230–240 °С в течение 10 мин. Готовые шанежки смазывают сливочным маслом.

Картофельная масса: очищенный картофель заливают горячей водой, добавляют соль, варят до готовности при закрытой крышке и слабом кипении. Отвар сливают, картофель обсушивают и горячим протирают. Добавляют горячее растопленное масло, кипящее молоко, массу перемешивают, взбивают, постепенно добавляя яйца.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Картофельная масса равномерно покрывает всю поверхность теста. Цвет от золотистого до кремового. Вкус, свойственный картофелю и дрожжевому тесту с ароматом сметаны и яиц. Мякиш пористый, пропеченный.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 554

Наименование блюда: **Булочки «Пермская»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука в\с	37	37						
Масло сливочное	10	10						
Яйцо	1/7 шт	5,6						
Сахар песок	6,3	6,3						
Соль йодированная	0,75	0,75						
Дрожжи свежие	0,14	0,14						
Вода	16	16						
Повидло	10	10						
Пудра сахарная	0,2	0,2						
Масса теста	-	75						
Масса п/ф	-	85						
Масса готового изделия	-	75						
ИТОГО:			4,8	0,8	9,4	0,5	39,0	260

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	0,0	0,07	0,7	13	45	7	0,7

Выход: 75

Технология приготовления: Булочки готовят из дрожжевого слоеного теста. Слоение производят следующим образом. Тесто после брожения выкладывают на столы кусками 3–4 кг, которые раскатывают в пласты толщиной 15–20 мм. Половину раскатанного теста смазывают размягченным маслом, покрывают смазанную часть пласта второй его половиной, несмазанной маслом и снова раскатывают. После этого половину раскатанного теста еще раз смазывают маслом, накрывают несмазанной половиной теста и оставляют на расстойку на 20–30 мин. Готовое тесто раскатывают в пласт, нарезают на треугольники с основанием 10–12 см. Из кондитерского мешочка с металлическим наконечником отсаживают повидло, изделие формуют в форме рогалика. Выпекают при температуре 210–240° С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид: форма рогалика. Цвет золотистый, посыпан сахарной пудрой. Вкус сладкий, приятный. Слоистость хорошо выражена. Влажность: 35–36%.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 555

Наименование блюда: **«Крендель сахарный»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в\с	42	42						
Масло сливочное	10,5	10,5						
Яйцо	1/7 шт.	5,1						
Сахар песок	12	12						
Соль йодированная	0,23	0,23						
Дрожжи свежие	0,3	0,3						
Вода	15	15						
Итог сырья	-	87,9						
Выход п/ф	-	87						
Яйцо для смазки	-	1,2						
Сахар для обсыпки	-	4,5						
Масло растительное	-	0,38						
Масса готового изделия	-	75						
ИТОГО:			5,2	0,8	9,8	0,7	44,1	285

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,0	0,07	0,9	12	44	7	0,6

Выход: 75

Технология приготовления: Крендель сахарный выпекают из дрожжевого теста, приготовленного опарным способом. Готовое тесто раздельвают в виде шариков, которые раскатывают в жгуты и формируют в виде кренделя (восьмерок). Изделия складывают на лист, смазанный жиром, и дают расстояться. После расстойки изделие смазывают яйцом и посыпают сахаром. Выпекают при температуре 230–240 °С в течение 10–15 мин.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид: крендель золотистого цвета, смазан яйцом и посыпан сахаром, мякиш хорошо пропечен, эластичный, пористый. Вкус сладкий, приятный, без посторонних привкусов и запахов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 556

Наименование блюда: **Булочка «Медовушка»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука в/с	48,8	48,8						
Масло сливочное	3,8	3,8						
Яйцо	1/10 шт.	3,8						
Сахар песок	6	6						
Соль йодированная	0,75	0,75						
Дрожжи свежие	0,13	0,13						
Вода	18	18						
Мед натуральный	2,25	2,25						
Масса теста	-	78						
На прослойку:								
Сахар-песок	3,8	3,8						
Масло сливочное	3,0	3,0						
Масса п/ф	-	85,5						
Масса готового изделия	-	75						
ИТОГО:			5,6	0,5	6,5	0,6	43,1	253

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	0,0	0,05	0,8	11	45	8	0,7

Выход: 75

Технология приготовления: Готовое тесто делят на равные части, раскатывают в пласт толщиной 6–8 см, смазывают растопленным маслом, посыпают сахарным песком, закатывают в рулет диаметром 6–8 см и нарезают на куски. Укладывают на листы и ставят на расстойку. Выпекают при температуре 240–260 °С. Охлаждают, посыпают сахарной пудрой.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид: прямоугольной формы, пышное, слоистость хорошо выражена. Цвет светло-коричневый, посыпан сахарной пудрой. Вкус сладкий, приятный.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 557

Наименование блюда: **Слойка «Свердловская»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в/с	30	30						
Сахар	7,58	7,58						
Масло сливочное	7,58	7,58						
Соль йодированная	0,03	0,03						
Дрожжи прессованные	0,12	0,12						
Яйцо	1/8 шт.	4,8						
Вода	7,9	7,9						
Молоко натуральное	3,95	3,95						
Масса п/ф	-	63,5						
Масло растительное	0,25	0,25						
Масса готового изделия	-	50						
ИТОГО:			3,9	0,6	7,3	0,6	27,7	192

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	0,0	0,06	0,7	13	36	6	0,5

Выход: 50

Технология приготовления: Слойку готовят из теста дрожжевого слоеного. Слоение производят следующим образом. Тесто после брожения выкладывают на столы кусками 3–4 кг, которые раскатывают в пласты толщиной 15–20 мм. Половину раскатанного теста смазывают размягченным маслом, покрывают смазанную часть пласта второй его половиной, несмазанной маслом и снова раскатывают. После этого половину раскатанного теста еще раз смазывают маслом, накрывают несмазанной половиной теста и оставляют на расстойку на 20–30 мин. После расстойки слоеное тесто раскатывают в ровный слой толщиной 10–12 мм и разрезают ножом на полоски шириной 10 см. От полос отрезают куски теста и формируют конвертики (углы квадратика соединяют в виде конвертика накрест к центру, один на другой; последний угол прижимают пальцем руки). Сформированные конвертики укладывают на листы швом вверх на близком расстоянии друг от друга с таким расчетом, чтоб после расстойки края их соприкасались между собой, образуя прилипшики. Листы должны быть смазаны тонким слоем масла. Продолжительность расстойки 1,2–2 ч при температуре 30 °С. За 10 мин до окончания расстойки поверхность изделия смазывают яйцом, равномерно посыпают крошкой, приготовленной из смеси сахара, масла и муки. Выпекают при температуре 165 °С 18–20 мин.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Изделия пышные, мягкие, при надавливании вновь принимают прежнюю форму. Не допускаются закалы, непропеченность и деформация. Цвет золотистый, смазаны яйцом и посыпаны крошкой.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 558

Наименование блюда: **Булочка «Алтайская»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в/с	38	38						
Мука пшеничная на подпыл	1	1						
Дрожжи прессованные	0,95	0,95						
Морковь	5,3	3,8						
Масса моркови отварной протертой	-	3,8						
Соль йодированная	0,4	0,4						
Масло растительное	2	2						
Яйца (для смазки)	1/40 шт	0,95						
Вода	14	14						
Масса полуфабриката	-	58						
ИТОГО:			4,3	0,1	2,5	2,5	26,4	145

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	1,0	0,00	1,5	8	33	7	0,5

Выход: 50

Технология приготовления: Дрожжевое тесто готовят опарным способом с добавлением в опару пюре из отварной протертой моркови. Из теста формуют шарики массой 58 г, кладут их швом вниз на смазанные жиром листы и ставят в теплое место для расстойки на 20–25 мин. Перед выпечкой на поверхности делают три-четыре косых надреза. Выпекают 10–12 мин при температуре 230–240 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Форма круглая, поверхность с тремя-четырьмя косыми неглубокими надрезами. Консистенция: мякиш хорошо пропечен, пористый. Цвет изделия от желтого до светло-коричневого. Цвет мякиша с желтым оттенком. Вкус приятный с легким привкусом и ароматом моркови. Влажность: не более 38%.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 559

Наименование блюда: **Булочка «Веснушка»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в/с	42	42						
Мука пшеничная на подпыл	0,85	0,85						
Сахар	4,3	4,3						
Дрожжи прессованные	1,3	1,3						
Соль йодированная	0,4	0,4						
Масло сливочное	3,8	3,8						
Яйца (для смазки)	1/30 шт	1,3						
Изюм	2,1	2,1						
Вода	17,2	17,2						
Масса теста	-	69						
Масса полуфабриката	-	70						
ИТОГО:			4,7	0,2	3,7	0,6	34,2	189

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,0	0,03	0,7	10	38	7	0,6

Выход: 60

Технология приготовления: Из дрожжевого теста, приготовленного опарным способом, формуют шарики, кладут их в формы или на смазанные маслом листы, на расстоянии 3–4 см друг от друга и ставят в теплое место для расстойки на 30–40 минут. Поверхность смазывают яйцами, делают 3–4 притиски изюмом. Выпекают в течение 8–10 минут при температуре 230 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Булочка круглой формы, с тремя-четырьмя притисками изюма. Поверхность от светло-коричневого до коричневого цвета. Мякиш белый, равномерно пористый. Вкус приятный, в меру соленый. Влажность: не более 35,00%. Кислотность не более 2,5°.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 560

Наименование блюда: **Булочки «Нежная»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная п/с	37,8	37,8						
Сахар	7,2	7,2						
Масло сливочное	7,8	7,8						
Соль йодированная	0,36	0,36						
Дрожжи прессованные	1	1						
Сыворотка молочная	14,8	14,8						
Масса теста	-	67						
Крошка:								
Мука пшеничная	1,2	1,2						
Масло сливочное	1,2	1,2						
Масло для смазки булочек	1,2	1,2						
Масло растит. для смазки листов	1,5	1,5						
ИТОГО:			4,1	0,1	7,7	0,5	33,1	218

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,0	0,05	0,7	8	31	6	0,5

Выход: 60

Технология приготовления: Тесто готовят безопарным способом. Из теста формуют сочни овальной формы массой 67 г, сверху делают 3–4 надреза. Сформованные булочки кладут на лист, дают хорошо расстояться, сверху смазывают маслом, посыпают крошкой. Для приготовления крошки муку и масло тщательно перемешивают, а затем протирают через сито. Выпекают 8–10 минут при температуре 230–240 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Поверхность булочек неровная с золотистым колером, отделана крошкой. Форма овальная. Мякиш равномерно пористый. Вкус приятный, в меру соленый. Влажность: не более 36,00%.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 561

Наименование блюда: **Булочка «Осенняя»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в/с	37	37						
Мука пшеничная на подпыл	1,5	1,5						
Сахар	6	6						
Дрожжи прессованные	0,8	0,8						
Соль йодированная	0,4	0,4						
Морковь	3,5	2,5						
Масса моркови отварной протертой	-	2,5						
Масло сливочное	7	7						
Яйца (для смазки)	1/40 шт	1						
Вода	16,5	16,5						
Масса полуфабриката	-	68						
ИТОГО:			4,2	0,2	6,2	0,5	31,8	200

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,7	0,04	0,7	9	34	7	0,5

Выход: 60

Технология приготовления: Дрожжевое тесто готовят опарным способом с добавлением в опару пюре из отварной протертой моркови. Из готового теста формуют шарики массой 68 г, укладывают их швом вниз на смазанные маслом листы, делают разрез от середины до края заготовки и ставят в теплое место для расстойки на 40–50 минут. Поверхность изделий смазывают яйцом. Выпекают 8–10 минут при температуре 230–240 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Поверхность булочек гладкая, глянцевая, Окраска от золотисто-желтой до светло-коричневой. Форма «листика», не расплывчатая. Тесто хорошо пропечено, мякиш с равномерной пористостью. Цвет мякиша с желтым оттенком. Вкус приятный, с легким привкусом и ароматом моркови. Влажность: не более 35,00%. Кислотность: не более 3,0°.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 562

Наименование блюда: **Булочка «Розовая»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				У	Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в/с	43	43						
Мука пшеничная на подпыл	1,5	1,5						
Сахар	2	2						
Дрожжи прессованные	1,3	1,3						
Соль йодированная	0,7	0,7						
Свекла	4,5	3,6						
Масло сливочное	1,3	1,3						
Яйца (для смазки)	1/40 шт	1						
Вода	18	18						
Масса полуфабриката	-	68						
ИТОГО:			4,8	0,1	1,7	0,6	32,1	163

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	0,1	0,01	0,7	9	37	8	0,6

Выход: 60

Технология приготовления: Дрожжевое тесто готовят опарным способом с добавлением пюре из отварной протертой свеклы. Из готового теста формуют шарики массой 68 г, кладут их швом вниз на смазанные маслом листы и ставят в теплое место для расстойки на 40–50 минут. Поверхность изделий перед выпечкой смазывают яйцом и выпекают 8–10 минут при температуре 230–240 °С. Готовые изделия можно посыпать рафинадной пудрой из расчета 2 г на 1 штуку.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Поверхность булочек коричневого цвета, равномерно обсыпана рафинадной пудрой. Форма круглая, не расплывчатая. Тесто хорошо пропечено, мякиш розовый, с равномерной пористостью. Вкус приятный, слабо соленый. При нажатии на булочку она восстанавливает первоначальную форму. Влажность: не более 38,00%. Кислотность: не более 3,0°.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 563

Наименование блюда: **Булочка ванильная**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				У	Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в/с	39,3	39,3						
Мука пшеничная на подпыл	1,2	1,2						
Сахар	7	7						
Масло сливочное	5	5						
Яйца	1/17 шт	2,4						
Яйца (для смазки)	1/33 шт	1,2						
Соль йодированная	0,8	0,8						
Дрожжи прессованные	0,8	0,8						
Ванилин	0,03	0,03						
Вода	18	18						
Масса полуфабриката	-	70						
ИТОГО:			4,7	0,4	4,8	0,5	33,9	198

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,0	0,04	0,7	9	37	6	0,5

Выход: 60

Технология приготовления: Из дрожжевого теста формуют шарики массой 70 г, кладут их швом вниз на смазанные маслом листы и ставят в теплое место для расстойки на 30–40 минут. Поверхность шариков смазывают яйцами и выпекают 8–10 минут при температуре 230–240 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Булочка круглой формы, поверхность блестящая, светло-коричневого цвета. Мякиш ровный, хорошо пропечен. Вкус приятный, с ароматом ванилина. Влажность: не более 37,00%.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 564

Наименование блюда: **Булочка домашняя**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				У	Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в/с	39	39						
Мука пшеничная на подпыл	2	2						
Сахар	7	7						
Сахар (для отделки)	2	2						
Масло сливочное	9	9						
или растительное	9	9						
Яйца (для смазки)	1/36 шт.	1,2						
Соль йодированная	0,4	0,4						
Дрожжи прессованные	1	1						
Вода	17	17						
Масса полуфабриката	-	72,5						
ИТОГО:			4,5	0,2	7,8	0,5	36,2	233

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,0	0,05	0,7	9	35	6	0,5

Выход: 60

Технология приготовления: Из дрожжевого теста формуют шарики, кладут их швом вниз на смазанные маслом листы на расстоянии 8–10 см и ставят в теплое место для расстойки на 30–40 минут. Поверхность шариков смазывают яйцом, посыпают сахаром и выпекают 5 минут при температуре 230–240 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Булочки круглые, от золотисто-желтого до светло-коричневого цвета, поверхность блестящая. Тесто хорошо пропечено. Мякиш равномерно пористый, пышный. Вкус в меру соленый, с привкусом сахара, приятный. Влажность не более 34,00%.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 565

Наименование блюда: **Булочка дорожная**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
		Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.			
Мука пшеничная в/с	37	37						
Мука пшеничная на подпыл	1,2	1,2						
Сахар	7	7						
Масло сливочное	8	8						
Масло сливочное (для смазки)	1,2	1,2						
Соль йодированная	0,4	0,4						
Дрожжи прессованные	0,9	0,9						
Вода	18,5	18,5						
Масса полуфабриката без крошки	-	68,4						
Крошка:								
Мука пшеничная	1,2	1,2						
Масло сливочное	1,2	1,2						
Масса полуфабриката с крошкой	-	70,8						
ИТОГО:			4,2	0,1	8,3	0,5	33,5	226

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,0	0,05	0,7	8	32	6	0,5

Выход: 60

Технология приготовления: Дрожжевое тесто разделывают на куски массой около 68 г, придавая им овальную форму, делают на поверхности 3–4 поперечных надреза, укладывают на смазанные маслом листы и ставят в теплое место для расстойки на 30–40 минут. Поверхность шариков смазывают растопленным сливочным маслом, посыпают крошкой. Выпекают 8–10 минут при температуре 230–240 °С.
Для приготовления крошки муку и масло тщательно перемешивают и протирают через сито.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Форма булочек овальная. Поверхность с тремя-четырьмя неглубокими надрезами, отделана крошкой. Окраска от светло-коричневой до коричневой. Мякиш равномерно пористый. Вкус приятный, в меру соленый. Влажность: не более 36,00%.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 566

Наименование блюда: **Булочка молочная**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в/с	38,5	38,5						
Мука пшеничная в/с на подпыл	1,5	1,5						
Дрожжи прессованные	0,48	0,48						
Молоко	20	20						
Соль йодированная	0,48	0,48						
Масса полуфабриката	-	58						
Масло растительное (для смазки)	-	1,3						
ИТОГО:			4,8	0,6	1,1	0,5	28,1	142

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	0,1	0,00	0,6	30	47	9	0,5

Выход: 50

Технология приготовления: Из дрожжевого теста формуют шарики массой 58 г, кладут их швом вниз на смазанные жиром листы и ставят в теплое место для расстойки на 20–25 мин. Перед выпечкой на поверхности делают три-четыре косых надреза. Выпекают 10–12 мин при температуре 230–240 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Форма круглая, поверхность с тремя-четырьмя косыми неглубокими надрезами. Консистенция: мякиш хорошо пропечен, пористый. Цвет от желтого до светло-коричневого. Вкус, свойственный свежевыпеченному изделию из дрожжевого теста. Запах приятный, свойственный свежевыпеченному изделию из дрожжевого теста. Влажность: не более 38%.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 567

Наименование блюда: **Булочка российская**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в/с	34	34						
Мука пшеничная на подпыл	1	1						
Сахар	10	10						
Сахар (для отделки)	2	2						
Масло сливочное	5	5						
Молоко	5	5						
Яйца	1/20 шт	2						
Яйца (для смазки)	1/20 шт	2						
Соль йодированная	0,35	0,35						
Дрожжи прессованные	1	1						
Ванилин	0,02	0,02						
Вода	11,5	11,5						
Масса полуфабриката	-	71						
ИТОГО:			4,3	0,6	5,0	0,4	35,3	203

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	0,0	0,04	0,6	14	38	6	0,5

Выход: 60

Технология приготовления: Из дрожжевого теста формуют шарики массой 71 г, кладут их швом вниз на смазанные маслом листы и ставят в теплое место для расстойки на 30–40 минут. На поверхности шариков делают крестообразные надрезы, смазывают яйцом, посыпают сахаром и выпекают 8–10 минут при температуре 230–240 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Булочка круглая, с неглубоким крестообразным надрезом в середине, посыпана сахарным песком. Поверхность золотистого или светло-коричневого цвета. Мякиш белый, равномерно пористый, пышный. Вкус сладковатый, в меру соленый, с ароматом ванилина. Влажность: не более 35,00%.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 568

Наименование блюда: **Булочка с орехами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в/с	30,4	30,4						
Мука пшеничная на подпыл	1,2	1,2						
Сахар	7,9	7,9						
Масло сливочное	5,5	5,5						
Яйца	1/8 шт.	5						
Яйца (для смазки)	1/33 шт	1,2						
Молоко	6,3	6,3						
Изюм	7,7	7,7						
Ядра орехов	0,63	0,63						
Соль йодированная	0,33	0,33						
Дрожжи прессованные	1,6	1,6						
Ванилин	0,06	0,06						
Вода	7,2	7,2						
Масса полуфабриката	-	71						
ИТОГО:			4,4	1,0	5,9	0,6	31,5	197

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	0,1	0,05	0,6	19	46	8	0,6

Выход: 60

Технология приготовления: Из дрожжевого теста формуют шарики массой 71 г, кладут их швом вниз на смазанные маслом листы и ставят в теплое место для расстойки на 30–40 минут. Поверхность шариков смазывают яйцом, посыпают дробленными орехами, выпекают в течение 8–10 минут при температуре 230–240 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Булочка круглой формы, поверхность блестящая, светло-коричневого цвета. Мякиш пышный, с равномерной пористостью, хорошо пропечен. Вкус приятный, с ароматом жареных орехов, в меру соленый. Влажность: не более 34,00%.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 569

Наименование блюда: **Кольцо сдобное, обсыпанное сахарной пудрой**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в/с	29	29						
Мука пшеничная на подпыл	0,3	0,3						
Сахар	6	6						
Масло сливочное для теста	9,5	9,5						
Яйца	1/8 шт.	4,7						
Молоко цельное	7	7						
Изюм	5	5						
Дрожжи прессованные	1,2	1,2						
Соль йодированная	0,4	0,4						
Ванильный сахар	1,8	1,8						
Масло сливочное для прослойки теста	2,4	2,4						
Масло растит. для смазки	0,12	0,12						
Пудра сахарная для обсыпки	2	2						
Масса теста	-	71						
ИТОГО:			4,0	0,8	10,6	0,4	30,9	235

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	0,1	0,08	0,6	20	44	8	0,6

Выход: 60

Технология приготовления: Тесто готовят опарным способом. Тесто после процесса брожения охладить до 18 °С. Куски теста массой 2,5–3 кг раскатывают в пласт толщиной 15–20 мм и смазывают половину теста сливочным маслом, размягченным до консистенции густой сметаны. Пласт складывают вдвое и повторяют раскатку еще раз. После этого тесто расстаивают в течение 20–30 мин и раскатывают до толщины 5–6 см. Раскатанное тесто еще раз смазывают растопленным маслом и формуют из него изделия. Раскатывают слоеное дрожжевое тесто в пласт толщиной 1,5 см, нарезают на полоски длиной 15 см. Скручивают по 3 жгута и формуют в виде венка. После расстойки смазывают яйцом и выпекают при температуре 220–240 °С 10 мин. Охлажденные изделия сверху посыпают сахарной пудрой.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Изделие хорошо пропечено, сверху равномерно обсыпано сахарной пудрой, консистенция теста эластичная, пористая, на разрезе изюм распределен равномерно. Хорошая слоистость теста. Влажность: не более 34,00%.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 570

Наименование блюда: **Сдоба обыкновенная**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в/с	43	43						
Мука пшеничная на подпыл	1,8	1,8						
Сахар	4,4	4,4						
Масло сливочное	1,3	1,3						
Соль йодированная	0,7	0,7						
Дрожжи прессованные	0,7	0,7						
Вода	19	19						
Масса теста	-	69						
Масло сливочное для разделки	1,8	1,8						
Яйца (для смазки)	1/25 шт	1,6						
Масса полуфабриката	-	72						
ИТОГО:			5,1	0,2	2,8	0,6	35,3	187

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	0,0	0,02	0,7	9	38	7	0,6

Выход: 60

Технология приготовления: Изделия изготовляют в виде плюшек. Дрожжевое тесто делят на куски, прокатывают их в жгут, разрезают на куски и раскатывают в продольную лепешку. Лепешку смазывают жиром, свертывают в виде рулета, выравнивают растягиванием, перегибают пополам, при этом концы накладывают один на другой и скрепляют. После этого рулет разрезают по длине ножом на две части для одинарной плюшки и на три части для двойной плюшки, оставляя не разрезанными скрепленные концы, разворачивают в стороны по линии разреза. Разделанные плюшки укладывают на листы, смазанные маслом, ставят в теплое место для расстойки на 40–50 минут. За 15–20 минут до конца расстойки поверхность смазывают яйцом. Выпекают изделия в течение 10–12 минут при температуре 200–220 °С. Изделия можно изготовлять в форме плетенки или устрицы.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Форма может быть разная. Поверхность глянцевая. Окраска ярко-коричневая. В местах разрезов, складок более светлая. Мякиш хорошо пропечен, равномерно пористый. Вкус приятный, в меру соленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 571

Наименование блюда: **Слойка «Уральская»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в/с	36	36						
Сахар	5,6	5,6						
Масло сливочное	5,4	5,4						
Соль йодированная	0,2	0,2						
Дрожжи прессованные	1	1						
Вода	12	12						
Масло растительное	0,2	0,2						
Молоко сгущенное	2	2						
Ванилин	0,02	0,02						
Масса теста	-	70						
Мука пшеничная в/с на подпыл	1,5	1,5						
Сахар для посыпки изделия	5,6	5,6						
Яйца для смазки изделия	1/8 шт.	5						
ИТОГО:			4,7	0,8	5,7	0,6	37,0	218

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,0	0,05	0,7	15	42	7	0,6

Выход: 60

Технология приготовления: Дрожжевое тесто раскатывают в пласты толщиной 15 мм. Половину раскатанного теста смазывают размягченным до консистенции сметаны маслом или маргарином, покрывают смазанную часть пласта второй его половиной, несмазанной маслом, и снова раскатывают до толщины 15 мм. Процесс смазывания маслом повторяют два раза, после второго прослаивания тесто оставляют для расстойки на 15–20 мин. Затем тесто раскатывают в пласт толщиной 7 мм, разрезают на куски квадратной формы массой 70 г, углы квадрата смазывают взбитым яйцом, загибают в центр и соединяют, слегка прижимая. Разрезать тесто необходимо острым ножом, углы к центру сильно не прижимать. Несоблюдение этих правил вызывает резкое снижение подъема изделий при расстойке и закал при выпечке. После расстойки поверхность булочек смазывают взбитым яйцом, посыпают сахарным песком и выпекают при температуре 250–260 °С 25–35 мин.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Изделия пышные, мягкие, при надавливании вновь принимают прежнюю форму. Не допускаются закалы, непропеченность и деформация.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 572

Наименование блюда: **Слойка с повидлом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Мука пшеничная в/с	33,6	33,6						
в т.ч. на подпыл	1,6	1,6						
и на прокатку	2	2						
Сахар	6,3	6,3						
Масло сливочное	6,4	6,4						
Яйца	1/13 шт	3						
Соль йодированная	0,4	0,4						
Дрожжи прессованные	1,1	1,1						
Вода	12	12						
Повидло для начинки	8	8						
Яйца для смазки изделия	1/20 шт	1,6						
Масса теста	-	62						
Масса полуфабриката	-	70						
Масло растительное	0,2	0,2						
ИТОГО:			4,7	0,6	6,3	0,6	36,1	220

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,0	0,05	0,7	10	38	7	0,6

Выход: 60

Технология приготовления: Тесто готовят опарным или безопарным способом средней густоты. После брожения тесто охлаждают до температуры 20–22 °С. Масло или маргарин должны иметь ту же температуру. Охлажденное тесто раскатывают в пласт толщиной 10–15 мм, часть (2/3) покрывают размятым маслом или маргарином. Пласт складывают втрое так, чтобы получилось два слоя масла и три слоя теста. Повертывают пласт на 180°, посыпают мукой и снова раскатывают до толщины 10 мм, сметают муку и складывают вчетверо. Можно, если осталось масло повторить операцию прослаивания, причем тесто складывает вдвое, втрое, вчетверо. Слоение и разделку теста производят при температуре 20–22 °С. При более высокой температуре тесто необходимо охлаждать, но при этом следить, чтобы масло не затвердело. Окончательно тесто раскатывают в пласт толщиной 10 мм. От пласта по всей длине отрезают полоску шириной 10–12 мм. По всей длине полосы, посередине, из кондитерского мешка отсаживают повидло по 10 г на порцию. Один край полосы сначала образуется корочка, а мякиш не пропекается. При более низкой температуре из изделия может вытечь масло.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Изделия прямоугольной формы, пышные. Слоистость хорошо выражена, цвет светло-коричневый, поверхность блестящая.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 573

Наименование блюда: **«Гребешок» из дрожжевого теста**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Тесто дрожжевое	80	80						
Мука на подпыл	2	2						
Повидло яблочное	15	15						
Сахарная пудра	3	3						
Масло растительное для смазки листов	0,25	0,25						
Яйца для смазки	0,15	0,15						
ИТОГО:			6,0	0,1	3,9	3,8	49,4	257

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	0,1	0,03	0,9	15	52	10	0,9

Выход: 60

Технология приготовления: Дрожжевое тесто, приготовленное безопарным или опарным способом, делят на куски массой по 80 г, формуют шарики, кладут швом вниз на расстойку, затем придают форму круглой лепешки, на половину которой кладут начинку, защипывают края, по краям делают надрезы, придавая форму гребешка и ставят на расстойку. Перед выпечкой смазывают яйцом, выпекают при температуре 180–200 °С 15–20 мин.

Температура подачи: 60–65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид: форма гребешка, поверхность посыпана сахарной пудрой. Консистенция мягкая, пышная. Цвет от желтого до светло-коричневого. Вкус выпеченного изделия из дрожжевого теста. Запах выпеченного изделия из дрожжевого теста.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 574

Наименование блюда: **Булочка школьная**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Мука пшеничная в/с	47	40						
Мука пшеничная на подпыл	2,34	2						
Сахар-песок	3	3						
Масло сливочное	1,5	1,5						
Масло растительное	0,24	0,24						
Дрожжи прессованные	0,47	0,12						
Соль	0,7	0,7						
Вода	24	24						
Масса полуфабриката	-	71						
ИТОГО:			4,8	0,0	2,0	0,8	33,5	171

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,0	0,01	0,9	9	36	7	0,5

Выход: 60

Технология приготовления: Из дрожжевого теста формуют шарики, кладут их швом вниз на смазанные жиром листы на расстоянии 10 мм один от другого и ставят в теплое место для расстойки на 40–50 мин. Выпекают в увлажненной камере 21–23 мин при температуре 170–200 °С.

Температура подачи: 60–65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 575

Наименование блюда: **Булочка «К завтраку»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Мука пшеничная в/с	37	32						
Мука пшеничная (на подпыл)	1	1						
Сахар-песок	3	3						
Творог	7	7						
Масло растительное	1	1						
Картофель отварной	7	7						
Яйца (для смазки)	1/40 шт.	1						
Соль	0,4	0,4						
Дрожжи прессованные	1,5	1,5						
Тмин	0,2	0,2						
Вода	18	18						
Масса полуфабриката	-	71						
ИТОГО:			4,8	1,2	2,5	1,4	26,2	147

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,7	0,01	1,0	17	44	8	0,5

Выход: 60

Технология приготовления: Дрожжевое тесто готовят безопарным способом. В дежу тестомесильной машины загружают подготовленный творог, вареный протертый картофель. Подливая воду температурой 70–100 °С (40–50% рецептурного количества), доводят температуру смеси до 35–40 °С, добавляют сахар (15–20% рецептурного количества), муку (2–4% рецептурного количества), подготовленные дрожжи. Смесь перемешивают и выдерживают при температуре 35–40 °С до увеличения объема в 1,5–2 раза в течение 30–40 мин. В подготовленную смесь добавляют оставшиеся по рецептуре воду (температурой 35–40 °С), сахар, соль, тмин, муку и перемешивают в течение 7–8 мин. Затем вводят растительное масло и замешивают тесто до однородной консистенции и легкого отделения его стенок от стенок дежи. Тесто ставят для брожения 1,5–2 ч при температуре 35–40 °С. Первую обминку производят через 50–60 мин. В процессе брожения тесто обминают 2 раза. Разделку производят машинным способом или вручную. Из готового теста формуют шарики массой 71 г, укладывают их швом вниз на смазанные жиром листы, ставят для расстойки на 30–35 мин. Поверхность заготовки смазывают яйцом. Выпекают при температуре 200–220 °С в течение 10–12 мин.

Температура подачи: 60–65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид: форма правильная в соответствии с технологией, поверхность, смазанная яйцом, глянцевая. Консистенция: мякиш хорошо пропеченный, не липкий, не влажный на ощупь, пористость хорошо развита, равномерная. Цвет корочки - светло-коричневый. Вкус приятный, слобный с ароматом наполнителя свежевыпеченной булочки. Запах приятный, с ароматом наполнителя свежевыпеченного изделия.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 576

Наименование блюда: **Ватрушка «Лакомка»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука в\с	20	20						
Масло сливочное	20	20						
Яйцо	1/15 шт.	2,6						
Сахар-песок	10	10						
Творог	50	50						
Масса теста	-	102,6						
ИТОГО:			10,1	8,0	23,6	0,2	24,6	351

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	0,1	0,15	0,7	79	122	14	0,5

Выход: 75

Технология приготовления: Масло сливочное взбивают с сахарным песком до однородной пышной массы. Затем добавляют протертый творог, массу перемешивают, всыпают муку. Тесто замешивают в течение 1–2 минуты. Готовое тесто раскатывают в пласт толщиной 7–8 мм и формируют двумя разными формочками различного диаметра круглые сочни. Первый слой изделия (большего диаметра) смазывают яйцом, накладывают сверху второй. Сверху делают углубление и заполняют сахарным песком. Выпекают при температуре 220–230 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид готового изделия: круглой формы, посыпано сахарным песком, золотистого цвета. Вкус приятный сладкий, без посторонних привкусов и запахов. Консистенция мягкая.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 577

Наименование блюда: **Творожники песочные**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука в\с	17,5	17,5						
Масло сливочное	7,5	7,5						
Яйцо	1/16 шт.	2,5						
Сахар-песок	4	4						
Сметана	1,5	1,5						
Масса теста	-	33						
Мука в\с	2,5	2,5						
Сахар-песок	3,5	3,5						
Яйцо	1/16 шт.	2,5						
Творог	16,5	16,5						
Ванилин	0,02	0,02						
Натрий двууглекислый	0,07	0,07						
Эссенция	0,07	0,07						
Соль йодированная	0,04	0,04						
Масса фарша	-	25						
Масса п/ф	-	58						
Масса готового изделия	-	50						
ИТОГО:			5,1	3,0	9,3	0,2	21,2	189

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	0,1	0,07	0,4	33	62	7	0,4

Выход: 50

Технология приготовления: Изготовление песочного п/ф: масло сливочное, сахар-песок, яйцо, соду, йодированную соль, эссенцию перемешивают в течение 20–30 мин, до получения однородной массы. Песочное тесто должно иметь гладкую поверхность без комочков и непромеса, цвет от светло-желтого, приятный запах и легкий аромат без эссенции. Приготовление фарша: творог взбивают в взбивательной машине при малом числе оборотов в течение 5–7 мин., до однородной массы. Во взбивательную машину добавляют муку, яйца, сахар и взбивают еще 10 мин, в конце взбивания добавляют ванилин. Готовое песочное тесто разминают по 33 гр и раскатывают в круглые лепешки. На середину лепешки раскладывают творожный фарш (25 гр). Края лепешки накладывают друг на друга. Сформированное изделие выпекают 10–15 мин при температуре 230–250 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Форма полукруглая, мякиш - хорошо пористый, рассыпчатый, светло-коричневый. Фарш сочный, без комков.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 578

Наименование блюда: **Бантики с корицей**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в/с	36	36						
Сахар	17	17						
Масло сливочное	4	4						
Яйца	1/4 шт.	9,6						
Сметана	11,3	11,3						
Натрий двууглекислый	0,15	0,15						
Соль йодированная	0,05	0,05						
Сахар на обсыпку	2,3	2,3						
Корица на обсыпку	0,4	0,4						
Масса полуфабриката	-	68						
ИТОГО:			5,4	1,5	6,3	0,4	44,9	258

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	0,0	0,05	0,7	23	57	8	0,7

Выход: 60

Технология приготовления: Размягченное масло растирают с сахарным песком до белого цвета, добавляют постепенно сметану, йодированную соль, растворенный разрыхлитель, а затем всыпают просеянную муку и замешивают тесто в течение 1–4 минут. Приготовленное тесто раскатывают в виде пласта толщиной 3–4 мм, смазывают яичным, посыпают корицей, смешанной с сахаром, вынимают круглой выемкой лепешки и придают им форму бантика. Или нарезают ромбиками и перекручивают в виде бантика. Выкладывают на листы и выпекают при температуре 200–220 °С в течение 7–10 минут.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Изделия имеют форму бантика. Равномерно посыпаны корицей, смешанной с сахаром. Цвет светло-коричневый, консистенция рассыпчатая. Влажность: не более 14,50%.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 579

Наименование блюда: **Коржик молочный**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в/с	32	32						
Мука пшеничная на подпыл	1,8	1,8						
Сахар	17	17						
Масло сливочное	8	8						
Яйца	1/20 шт	2						
Яйца (для смазки)	1/40 шт	1						
Молоко	6	6						
Натрий двууглекислый	0,45	0,45						
Ванилин	0,01	0,01						
Масса полуфабриката	-	66						
ИТОГО:			4,1	0,6	7,3	0,4	39,3	239

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	0,0	0,06	0,6	15	37	6	0,5

Выход: 60

Технология приготовления: Размягченное масло взбивают с сахаром до полного его растворения, добавляют яйца и молоко, растворенные разрыхлитель и ванилин, а затем всыпают муку и замешивают тесто в течение 1–4 минут. Приготовленное тесто раскатывают в виде пласта толщиной 6–7 мм, наносят рисунок рифленой скалкой, вырезают изделия круглой формы диаметром 95 мм, укладывают на листы, смазывают яйцом и выпекают при температуре 200–220 °С в течение 10–12 минут.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Изделия круглой формы с узорчатой поверхностью, края с зубчиками. Цвет светло-желтый. Влажность: не более 14,50%.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 580

Наименование блюда: **Хлебец «Калорийный»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная в/с	30	30						
Мука пшеничная на подпыл	1,2	1,2						
Сахар	9,6	9,6						
Масло сливочное	9,5	9,5						
Яйца	1/7 шт.	6						
Яйца (для смазки)	1/27 шт	1,7						
Изюм	8,9	8,4						
Орехи для обсыпки	3	3						
Сода пищевая	0,5	0,5						
Масса полуфабриката	-	68						
Масло растительное для смазки	0,25	0,25						
ИТОГО:			4,9	1,0	10,7	2,2	35,9	260

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	0,1	0,08	0,7	19	57	12	0,8

Выход: 60

Технология приготовления: Масло растирают с сахаром до белого цвета, постепенно добавляют яйца, соду, просеянную муку, промытый и обсушенный изюм. Быстро замешивают тесто. Тесто раскатывают в пласт толщиной 5–6 мм, из которого с помощью овальной выемки формуют изделия длиной 9–12 см. Или нарезают в виде прямоугольников, укладывают на смазанный маслом противень, смазывают яйцом, посыпают сверху дробленными орехами и выпекают при температуре 190–200 °С 10–12 мин.

Температура подачи: 60–65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Изделия овальной или прямоугольной формы, сверху посыпаны орехами, светло-коричневого цвета. Тесто рассыпчатое. Влажность не более 34,00%.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 581

Наименование блюда: **Рулет с орехами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Мука пшеничная в/с	47,5	47,5						
Мука пшеничная на подпыл	2,5	2,5						
Сахар	7,5	7,5						
Масло сливочное	5	5						
Яйца	3/40 шт	3						
Соль	0,5	0,5						
Дрожжи	4	4						
Вода для замеса теста	25	25						
Масса теста	-	92,2						
Фарш:								
Орех грецкий ядро	20	20						
Сахар	7,5	7,5						
Масло растительное для смазки листов	0,3	0,3						
Масса фарша	-	27,5						
Яйцо для смазки рулета	1/40 шт	1						
Масса полуфабриката	-	120						
ИТОГО:			8,8	0,5	16,9	12,4	49,4	385

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,13	0,2	0,04	1,3	28	104	30	1,0

Выход: 100

Технология приготовления: Дрожжевое тесто, приготовленное безопарным или опарным способом, раскатывают в прямоугольный пласт толщиной в 5 см. На пласт кладут мелко нарубленные орехи с сахаром и формируют рулет, ставят на расстойку, смазывают яйцом и выпекают при температуре 210–220 °С 25–30 мин.

Температура подачи: 60–65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид: форма рулета, поверхность глянцевая, смазана яйцом. Консистенция мягкая, пышная. Рулет хорошо пропеченный, не липкий и не влажный на ощупь. Цвет от желтого до светло-коричневого. Вкус выпеченного изделия из дрожжевого теста с орехами. Запах выпеченного изделия из дрожжевого теста с орехами.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 582

Наименование блюда: **Пирожки песочные с яблоками**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Мука пшеничная в/с	26	26						
Мука пшеничная на подпыл	2	2						
Сахар-песок	10	10						
Масло сливочное	8	8						
Яйца	1/10 шт.	5						
Творог	7,5	7,5						
Натрий двууглекислый	0,026	0,026						
Соль	0,1	0,1						
Масса теста	58	58						
Фарш яблочный	25	25						
Масло растительное для смазки листов	0,25	0,25						
Яйца для смазки пирожков	1/20 шт.	2						
ИТОГО:			5,3	1,9	9,0	0,8	128,2	615

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,10	20,1	0,07	1,1	66	83	32	7,1

Выход: 75

Технология приготовления: Размягченное масло сливочное взбивают с сахаром-песком до полного его растворения, добавляют яйца и творог, растворенные разрыхлители, а затем всыпают муку и замешивают тесто в течение 1–4 мин. Из теста раскатывают пласт толщиной 3–5 мм и круглой выемкой вырезают лепешки по две штуки на изделие. На нижнюю лепешку кладут фарш, края смазывают яйцом, закрывают сверху второй лепешкой и прижимают друг к другу, сверху смазывают яйцом. Пирожки укладывают на смазанные маслом растительным листы, выпекают при температуре 220–240 °С в течение 10–12 мин.

Температура подачи: 60–65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид: форма круглая. Консистенция пористая, хорошо пропеченная. Цвет светло-коричневый. Вкус, свойственный выпеченному изделию из песочного теста, фарша. Запах, свойственный свежевыпеченному изделию из песочного теста.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 583

Наименование блюда: **Кекс «Столичный»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Мука пшеничная в/с	24	20						
Сахар-песок	18	18						
Масло сливочное	17,5	17,5						
Яйца	1/4 шт	4						
Соль	0,07	0,07						
Изюм	17,5	14						
Пудра рафинадная	0,8	0,8						
Эссенция	0,07	0,07						
Натрий двууглекислый	0,07	0,07						
ИТОГО:			3,0	0,6	14,8	0,3	40,0	305

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	0,0	0,11	0,6	18	41	9	0,8

Выход: 75

Технология приготовления: Размягченное сливочное масло взбивают в течение 7–10 мин, добавляют сахар-песок и взбивают еще 5–7 мин, постепенно вливая яйца. К взбитой массе добавляют подготовленный изюм, эссенцию, соду и соль, тщательно перемешивают, добавляют муку и замешивают тесто. Тесто раскладывают в формы, предварительно смазанные маслом или выстланные бумагой, и выпекают при температуре 205–215 °С в течение 25–30 мин. Выпеченные и охлажденные кексы посыпают рафинадной пудрой.

Температура подачи: 60–65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид: кекс прямоугольной или круглой формы, поверхность посыпана рафинадной пудрой, на разрезе виден равномерно распределенный изюм. Консистенция: мякиш плотный. Цвет желтый. Вкус сладкий. Запах свежевыпеченного теста, приятный.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 584

Наименование блюда: **Кекс «Творожный»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Мука пшеничная в/с	29	29						
Сахар-песок	33	33						
Масло сливочное	15	15						
Яйца	1/8 шт.	5						
Творог	26	25						
Пудра рафинадная	1	1						
Натрий двууглекислый	0,05	0,05						
ИТОГО:			7,5	4,4	16,5	0,4	52,4	388

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,1	0,11	0,7	46	83	10	0,6

Выход: 75

Технология приготовления: Размягченное сливочное масло и сахар-песок взбивают в течение 10–15 мин, добавляют творог и взбивают до получения однородной массы. Затем добавляют яйца, соду, тщательно перемешивают, добавляют муку и замешивают тесто в течение 3–5 мин. Тесто раскладывают в подготовленные формы и выпекают при температуре 160–185 °С в течение 55–60 мин. Выпеченные и охлажденные кексы посыпают рафинадной пудрой.

Температура подачи: 60–65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид: кекс прямоугольной или другой формы, поверхность выпуклая, посыпана рафинадной пудрой. Консистенция: мякиш плотный. Цвет желтый. Вкус сладкий. Запах свежевыпеченного теста, приятный.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 585

Наименование блюда: **Кекс «Детский»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Мука пшеничная в/с	24	20						
Сахар-песок	18	18						
Масло сливочное	18	18						
Яйца	1/3 шт.	13						
Соль	0,07	0,07						
Морковь очищенная	9	9						
Изюм	9	7						
Пудра рафинадная	0,82	0,82						
Эссенция	0,07	0,07						
Натрий двууглекислый	0,07	0,07						
Масса полуфабриката	-	90						
ИТОГО:			4,1	1,7	16,1	0,3	36,3	306

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	0,1	0,14	0,7	20	53	11	0,8

Выход: 75

Технология приготовления: Размягченное сливочное масло и сахар-песок взбивают в течение 10–15 мин, затем добавляют яйца, соду, изюм, морковь, натертую на мелкой терке, тщательно перемешивают, добавляют муку и замешивают тесто в течение 3–5 мин. Тесто раскладывают в подготовленные формы и выпекают при температуре 205–215 °С в течение 20–30 мин. Выпеченные и охлажденные кексы посыпают рафинадной пудрой.

Температура подачи: 60–65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид: кекс прямоугольной или другой формы, посыпан рафинадной пудрой, на разрезе виден равномерно распределенный изюм. Консистенция: мякиш плотный. Цвет желтый. Вкус сладкий. Запах свежевыпеченного теста, приятный.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 586

Наименование блюда: **Полоска песочная с повидлом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Мука пшеничная в/с	24	20,40						
Сахар-песок	9	9						
Масло сливочное	13	9						
Яйца	1/4 шт.	10						
Эссенция	0,07	0,07						
Натрий двууглекислый	0,07	0,07						
Соль	0,03	0,03						
Итого сырья	-	50						
Повидло	10	10						
Масса полуфабриката	-	58						
ИТОГО:			2,7	0,5	7,9	0,2	28,6	196

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	0,0	0,06	0,4	8	25	4	0,5

Выход: 50

Технология приготовления: Размягченное сливочное масло и сахар-песок взбивают в течение 10–15 мин, затем добавляют яйца, соду, тщательно перемешивают, добавляют муку и замешивают тесто в течение 3–5 мин. Тесто раскладывают в пласт толщиной 0,5 см, режут на полоски, на середину которых из кондитерского мешка отсаживают повидло и накрывают другой полоской. Сверху смазывают яйцом и посыпают крошкой. Выпекают при температуре 220–250 °С в течение 15 мин.

Температура подачи: 60–65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид: изделие прямоугольной или другой формы, посыпано рафинадной пудрой. Консистенция: мякиш плотный. Цвет желтый. Вкус сладкий. Запах свежевыпеченного теста, приятный.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 587

Наименование блюда: **Песочник с изюмом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Мука пшеничная в/с	26	23						
Сахар-песок	8	8						
Масло сливочное	7,5	6,3						
Яйца	1/4 шт.	9						
Соль	0,1	0,1						
Натрий двууглекислый	0,1	0,1						
Изюм	9	7						
Орехи ядро	2,5	2,4						
Масло сливочное для смазки листов	0,25	0,21						
Масса полуфабриката	-	62						
ИТОГО:			4,1	1,1	7,8	1,7	27,9	198

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,1	0,06	0,6	17	49	10	0,7

Выход: 50

Технология приготовления: Размягченное сливочное масло и сахар-песок взбивают в течение 10–15 мин, затем добавляют яйца, соду, изюм, тщательно перемешивают до получения однородной массы, добавляют муку и замешивают тесто в течение 3–5 мин.
Влажность готового теста 25%.
Тесто раскладывают и вырезают изделия овальной формы, сверху смазывают яйцом и посыпают рублеными орехами, выпекают при температуре 220–230 °С в течение 10–15 мин.
Температура подачи: 60–65 °С.
Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид: изделия овальной формы, посыпаны рублеными орехами, на разрезе виден равномерно распределенный изюм. Консистенция: мякиш плотный. Цвет желтый. Вкус сладкий. Запах свежевыпеченного теста, приятный.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 588

Наименование блюда: Вафли

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Вафли с фруктово-ягодными начинками	100	100						
ИТОГО:			2,8	0,0	3,3	3,3	77,3	350

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	0,0	0,00	0,7	16	36	10	1,5

Выход: 100

Требования к качеству: Вафли - сухие, хрустящие, легкие, мелкопористые. Не допускаются вафли с салистыми, прогорклыми, затхлыми привкусами и запахами; загрязненные, влажные на ощупь; поломанные.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 589

Наименование блюда: **Пряники**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Пряники заварные	100	100						
ИТОГО:			5,9	0,0	4,7	4,7	75,0	366

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	0,0	0,00	2,4	11	50	9	0,8

Выход: 100

Требования к качеству: Поверхность пряников целая, не подгорелая, без трещин и вздутий. Цвет коричневый. Вкус и запах приятные.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 590

Наименование блюда: **Печенье**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Печенье сахарное	100	100						
ИТОГО:			7,5	0,0	9,8	9,8	74,4	417

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	0,0	0,01	3,5	29	90	20	2,1

Выход: 100

Требования к качеству: Форма изделия должна быть правильная, без изломов. Печенье должно иметь четкий рисунок на лицевой стороне. Вкус и запах приятные.

18. Фарши

В разделе приводятся рецептуры фаршей из картофеля, овощей, риса, рыбы, мяса, творога, яблок. Эти фарши предназначены для приготовления мучных изделий - пирожков, ватрушек, кулебяк и др.

Нормы расхода продуктов в рецептурах даны на 1 кг выхода готового фарша с учетом потерь при порционировании: 1% - для мясных, овощных, творожных, 1,5% - для рисовых, яблочных и 2% - для рыбных фаршей.

Муку, указанную в рецептурах, используют для приготовления белого соуса, которым заправляют фарш. Соус приготовляют на бульоне, полученном при варке или тушении мяса, рыбы и других продуктов, из которых приготовляют фарш. Для 1 кг фарша используют 100–150 г соуса. При этом выход фаршей не изменяется.

При изготовлении фаршей допускается заменять: репчатый лук - зеленым луком; яйца - сухим яичным порошком или меланжем; свежую зелень петрушки, укропа, сельдерея - сушеной или соленой зеленью.

Сухой яичный порошок перед внесением в фарш смешивают с четырехкратным количеством воды и запекают до готовности в жарочном шкафу. Полученный омлет мелко режут.

Фарши следует приготовлять в небольших количествах по мере их реализации. Готовые фарши следует немедленно охладить, не допуская замерзания. Хранить фарши без охлаждения не разрешается. Оставлять фарши на следующий день не допускается.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 591

Наименование блюда: **Фарш из зеленого лука с яйцом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Лук зеленый	1031	825						
Масло сливочное	70	70						
Яйца	3 шт.	120						
Зелень (петрушка)	20	15						
ИТОГО:			26,6	15,6	72,4	0,9	12,6	808

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,24	227,6	1,21	10,0	922	470	171	11,6

Выход: 1000

Технология приготовления: Зеленый лук перебирают, очищают, промывают в проточной воде, обсушивают, мелко режут, соединяют с вареными рублеными яйцами, заправляют растопленным сливочным маслом, йодированной солью, мелко нарезанной зеленью петрушки и перемешивают.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Лук аккуратно мелко нарезан, фарш заправлен сливочным маслом. Вкус островатый, в меру соленый. Цвет, свойственный основным продуктам. Не допускаются кусочки потемневшего или пожелтевшего пера лука.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 592

Наименование блюда: **Фарш из свежей капусты (1-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста белокочанная	1500	1200						
Масло сливочное	70	70						
Масса готовой капусты	-	900						
Яйца	2 ½ шт.	100						
Петрушка (зелень)	14	10						
ИТОГО:			32,9	11,1	58,8	1,3	51,5	867

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,31	218,5	0,66	6,3	772	620	110	11,6

Выход: 1000

Технология приготовления: Свежую очищенную капусту мелко шинкуют, затем кладут слоем не более 3 см на противень с растопленным маслом и припускают до готовности в собственном соку. Готовую капусту охлаждают, добавляют йодированную соль, сваренные вкрутую рубленые яйца, мелко нарезанную зелень петрушки. Солить капусту при тепловой обработке нельзя, так как при этом из нее выделяется влага, что снижает качество фарша и повышает потери в массе.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Форма нарезки мелкая рубка, консистенция капусты - сочная, слабохрустящая. Цвет, свойственный овощам. Вкус в меру соленый, аромат - входящих в состав продуктов. Не допускается запах пареной капусты.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 593

Наименование блюда: **Фарш из свежей капусты (2-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста белокочанная	1500	1200						
Масло сливочное	70	70						
Масса готовой капусты	-	900						
Лук репчатый	238	200						
Масло сливочное	30	30						
Масса пассерованного лука	-	100						
Петрушка (зелень)	14	10						
ИТОГО:			21,4	0,4	69,6	1,4	58,1	944

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,30	176,4	0,59	2,6	565	469	203	8,5

Выход: 1000

Технология приготовления: Свежую очищенную капусту мелко шинкуют, затем кладут слоем не более 3 см на противень с растопленным маслом и припускают до готовности в собственном соку. Готовую капусту охлаждают, добавляют йодированную соль, пассерованный лук, мелко нарезанную зелень петрушки. Солить капусту при тепловой обработке нельзя, так как при этом из нее выделяется влага, что снижает качество фарша и повышает потери в массе.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Форма нарезки мелкая рубка, консистенция капусты, лука мягкая. Цвет, свойственный овощам. Вкус в меру соленый, аромат - входящих в состав продуктов. Не допускается запах пареной капусты.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 594

Наименование блюда: **Фарш из свеклы**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Свекла	1296	1080						
Сахар	20	20						
Масло сливочное	50	50						
ИТОГО:			16,1	0,2	38,5	1,0	108,5	821

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,20	70,2	0,30	1,6	392	445	224	14,7

Выход: 1000

Технология приготовления: Свеклу моют, заливают горячей водой, варят при закрытой крышке и слабом кипении до готовности, очищают от кожуры, пропускают через протирочную машину, добавляют йодированную соль, масло, сахар, все хорошо перемешивают и прогревают при слабом нагреве при непрерывном помешивании до кипения, затем охлаждают и используют.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция однородная, пастообразная, цвет бордово-красный. Вкус сладкий, аромат вареной свеклы. Не допускается привкус сырой свеклы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 595

Наименование блюда: **Фарш из свеклы и яблок**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Свекла	720	576						
Яблоки свежие	471	415						
Сахар	20	20						
Масло сливочное	40	40						
ИТОГО:			10,4	0,2	32,4	2,1	109,4	771

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,21	49,5	0,24	1,8	279	286	158	16,4

Выход: 1000

Технология приготовления: Свеклу моют, заливают горячей водой, варят при закрытой крышке и слабом кипении до готовности, очищают от кожицы, пропускают через протирочную машину. Яблоки промывают, удаляют сердцевину и поврежденные части и нарезают мелкими ломтиками или кубиками. Нарезанные яблоки пересыпают сахаром, соединяют со свеклой, добавляют сливочное масло, соль, все хорошо перемешивают и прогревают при слабом нагреве при постоянном помешивании до кипения, затем охлаждают и используют.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Однородная свекольная масса с мелкими ломтиками яблок. Цвет бордово-красный, вкус сладкий. Не допускается привкус сырой свеклы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 596

Наименование блюда: **Фарш картофельный с луком**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	1209	880*						
Лук репчатый	310	130*						
Масло растительное	40	40*						
ИТОГО:			18,6	0,0	42,0	42,0	84,7	791

* Масса овощей после тепловой обработки

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,95	37,8	0,00	6,2	115	498	188	7,4

Выход: 1000

Технология приготовления: Очищенный картофель варят, отвар сливают, картофель обсушивают, в горячем виде протирают. Репчатый лук мелко нарезают, бланшируют и слегка пассеруют на растительном масле. В протертый картофель добавляют пассерованный лук, соль, хорошо перемешивают.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция густая, однородная, без кусочков непротертого картофеля. Цвет от белого до кремового. Не допускается синеватый водянистый оттенок, липкая консистенция. Вкус слегка соленый, нежный с привкусом пассерованного лука и сливочного масла.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 597

Наименование блюда: **Фарш морковный**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	1359	1087						
Масса готовой моркови	-	1000						
Сахар	10	10						
Масло сливочное	50	50						
ИТОГО:			13,7	0,2	40,6	1,0	79,0	736

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,57	27,0	0,30	9,5	300	578	398	7,8

Выход: 1000

Технология приготовления: Морковь очищают, промывают и пропускают через овощерезку (мелкий кубик), затем припускают в небольшом количестве воды (8–10% к массе нетто моркови) с маслом. К припущенной моркови добавляют сахар и перемешивают.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция моркови мягкая, нарезка может быть частично деформирована, цвет оранжевый. Вкус сладкий, аромат, свойственный для моркови и сливочного масла.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 598

Наименование блюда: **Фарш морковный с изюмом (1-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	1005	804						
Масса готовой моркови	-	740						
Масло сливочное	70	70						
Изюм	153	150						
Сахар	120	120						
ИТОГО:			13,8	0,3	56,9	1,4	267,7	1638

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,63	20,1	0,41	8,1	348	622	356	10,6

Выход: 1000

Технология приготовления: Морковь очищают, промывают и нарезают мелким кубиком, припускают до полуготовности в небольшом количестве воды (8–10% к массе нетто моркови) со сливочным маслом. Затем в морковь добавляют перебранный и промытый в теплой воде изюм, сахар и припускают до готовности в течение 10–15 минут, до выпаривания излишней воды.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Форма нарезки должна сохраниться, консистенция моркови и изюма мягкая. Цвет оранжевый, вкус сладкий, аромат, свойственный отварной моркови, изюму, сливочному маслу.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 599

Наименование блюда: **Фарш морковный с изюмом (2-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	1047	873						
Изюм	150	147						
Масло сливочное	80	80						
Вода	100	100						
ИТОГО:			15,1	0,4	64,9	1,6	153,8	1260

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,68	21,8	0,47	9,4	373	677	394	11,0

Выход: 1000

Технология приготовления: Очищенную промытую морковь пропускают через овощерезку (мелкий кубик), выкладывают в сотейник, добавляют воду (10% от массы) и масло, а затем припускают до готовности. К припущенной моркови добавляют подготовленный изюм и все хорошо перемешивают. Изюм заливают холодной водой на 5 минут, хорошо промывают, вынимая изюм из воды, ошпаривают. Слив воду закрывают крышкой, обсушивают (оставшаяся вода поглощается изюмом).

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Форма нарезки сохранившаяся, консистенция моркови и изюма - мягкая. Вкус сладкий, аромат свойственный отварной моркови и изюму. Цвет оранжевый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 600

Наименование блюда: **Фарш морковный с рисом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	1019	815						
Масса готовой моркови	-	750						
Крупа рисовая	89	89						
Масса вареного риса	-	250						
Сахар	10	10						
Масло сливочное	80	80						
ИТОГО:			17,0	0,4	62,3	1,6	128,2	1141

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,47	20,4	0,47	4,4	232	566	340	6,6

Выход: 1000

Технология приготовления: Морковь очищают, промывают и пропускают через овощерезку, затем припускают в небольшом количестве воды (8–10% к массе нетто моркови) с маслом. К припущенной моркови добавляют соль, сахар, рассыпчатый рис и перемешивают.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Нарезка моркови аккуратная, однородная. Консистенция моркови и риса мягкая, крупа проварена, зерна крупы набухшие, сохранившие форму. Цвет бело-оранжевый. Вкус и аромат, свойственные моркови, отварному рису, сливочному маслу.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 601

Наименование блюда: **Фарш морковный с яблоками**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	550	440						
Яйцо	1 ½ шт.	60						
Сахар	5	5						
Масло сливочное	40	40						
Яблоки свежие	575	506						
Сахар	150	150						
ИТОГО:			15,4	7,7	39,0	2,3	230,7	1335

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,39	36,3	0,39	3,5	237	399	211	15,6

Выход: 1000

Технология приготовления: Морковь чистят и моют, пропускают через овощерезку, затем припускают с добавлением сливочного масла. Яблоки промывают, удаляют сердцевину, нарезают мелкими кубиками, заправляют сахаром, затем к полученной массе из яблок добавляют припущенную морковь, сваренные вкрутую и мелко нарубленные яйца, соль, сахар и все перемешивают.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Цвет - оранжевый. Морковь, яблоки, белок яйца - мягкие. Вкус сладкий, аромат, свойственный вареной моркови, свежим яблокам и вареным яйцам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 602

Наименование блюда: **Фарш морковный с яйцом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Морковь	1183	946						
Масло сливочное	80	80						
Масса готовой моркови	-	870						
Яйца	3 ¼ шт.	130						
Сахар	10	10						
ИТОГО:			28,9	16,7	78,6	0,9	75,3	1124

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,52	23,6	0,80	5,4	303	746	360	9,8

Выход: 1000

Технология приготовления: Морковь очищают, промывают и пропускают через овощерезку, затем припускают в небольшом количестве воды (8–10% к массе нетто моркови) с маслом. К припущенной моркови добавляют соль, сахар, мелко рубленые вареные яйца, растопленное сливочное масло и хорошо перемешивают.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Морковь должна иметь тонкую, мелкую нарезку ломтиками или кубиками, яйца мелко нарубленные, заправлены маслом. Консистенция моркови мягкая, яйца не переварены, белок мягкий. Цвет оранжевый. Вкус и аромат, свойственные отварной моркови, яйцам, сливочному маслу.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 603

Наименование блюда: **Фарш яблочный (1-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч раст		
Яблоки свежие	1150	1012						
Сахар	300	300						
Вода	20	20						
ИТОГО:			4,0	0,0	4,0	4,0	398,6	1646

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,30	86,0	0,00	2,0	171	111	91	23,2

Выход: 1000

Технология приготовления: Свежие яблоки промывают, удаляют сердцевину, нарезают тонкими ломтиками. Нарезанные яблоки пересыпают сахаром, добавляют воду и варят при слабом нагреве до загустения яблочного пюре. Во время варки массу периодически помешивают. Яблоки можно очищать от кожицы, соответственно увеличив вес брутто (потери увеличиваются на 3%).

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция пастообразная, однородная, допускаются небольшие кусочки яблок. Вкус сладкий или кисло-сладкий.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 604

Наименование блюда: **Фарш яблочный (2-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Яблоки свежие	1186	830						
Сахар	200	200						
ИТОГО:			3,3	0,0	3,3	3,3	280,9	1166

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,25	70,5	0,00	1,7	139	91	75	18,9

Выход: 1000

Технология приготовления: Готовят из сортов яблок с мягкой мякотью. У яблок удаляют семенное гнездо и кожицу, а затем нарезают тонкими ломтиками или мелкими кубиками 0,3×0,3 см и пересыпают сахаром, немедленно используют, так как нарезанные яблоки быстро темнеют.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Нарезка однородная, аккуратная, цвет – допускается небольшое потемнение (светло-бурый оттенок). Консистенция мягкая, аромат яблок.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 605

Наименование блюда: **Фарш из квашеной капусты**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста квашеная	1589	1112						
Масло сливочное	48	48						
Масса готовой капусты	-	945						
Лук репчатый	95	80						
Масло сливочное	12	12						
Масса пассерованного лука	-	40						
Сахар	15	15						
Зелень (укроп)	14	10						
ИТОГО:			20,4	0,2	44,2	1,1	52,0	687

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,21	109,0	0,34	3,4	535	393	182	7,8

Выход: 1000

Технология приготовления: Квашеную капусту перебирают, отжимают (если она очень кислая, ее следует несколько раз промыть в холодной воде и отжать), мелко рубят, кладут в сотейник с разогретым маслом слоем не более 3–4 см, добавляют небольшое количество воды – 5–6% от массы капусты и при слабом нагреве тушат до готовности. В конце тушения жидкость должна полностью испариться. В готовую капусту добавляют мелко нарезанный бланшированный, затем пассерованный лук, сахар, соль, мелко нарезанную зелень и перемешивают.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Овощи мелко нашинкованы без крупных частиц капусты. Консистенция сочная, упругая, не волокнистая. Цвет светло-коричневый. Не допускается запах пареной капусты.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 606

Наименование блюда: **Фарш рисовый с яйцом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа рисовая	300	300						
Масса вареного риса	-	840						
Яйца	3 шт.	120						
Масло сливочное	80	80						
Зелень (петрушка)	14	10						
ИТОГО:			36,8	15,6	82,8	3,0	218,0	1759

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,29	15,0	0,77	2,9	124	701	171	6,3

Выход: 1000

Технология приготовления: Готовят отварной рис. Для этого подготовленную крупу засыпают в подсоленный кипяток (8 л воды и 50 г йодированной соли на 1 кг крупы) и варят до готовности. Готовый рис откидывают, дают стечь воде. Затем добавляют растопленное сливочное масло, рубленые вареные яйца, мелко нарезанную зелень и осторожно перемешивают.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Зерна крупы хорошо набухшие, отделяются одно от другого. Вкус, свойственный рису, яйцам, сливочному маслу, зелени, без привкусов горечи и затхлости. Цвет от белого до кремового с желтыми частицами желтка яиц. Консистенция мягкая, однородная.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 607

Наименование блюда: **Фарш творожный (для ватрушек, пирожков и вареников) (1-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Творог обезжиренный	792	784						
Яйца	2 шт.	80						
Сахар	90	90						
Мука пшеничная	40	40						
Масло сливочное	40	40						
Ванилин	0,1	0,1						
или ванильный сахар	20	20						
ИТОГО:			144,0	139,7	148,6	0,5	141,4	2479

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,48	3,9	1,01	3,8	1289	1920	196	6,4

Выход: 1000

Технология приготовления: Творог пропускают через протирочную машину. Затем добавляют просеянную муку, сырые яйца, сахар, размягченное сливочное масло, ванильный сахар и все тщательно перемешивают.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Цвет белый, консистенция однородная, без комочков непротертого творога и муки. Вкус сладкий.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 608

Наименование блюда: **Фарш творожный (для ватрушек, пирожков и вареников) (2-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Творог	915	906						
Яйца	1 шт.	40						
Сахар	50	50						
Мука пшеничная	40	40						
Ванилин	0,1	0,1						
или ванильный сахар	20	20						
ИТОГО:			158,9	154,6	86,7	0,5	104,4	1833

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,50	4,5	1,01	3,6	1453	2104	220	5,7

Выход: 1000

Технология приготовления: Творог пропускают через протирочную машину. Затем добавляют сырые яйца, просеянную муку, сахар и ванильный сахар и все тщательно перемешивают.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Цвет белый. Консистенция однородная, без комочков непротертого творога и непромешанной муки. Вкус сладкий.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 609

Наименование блюда: **Фарш мясной с луком**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина (котлетное мясо)	1709	1258						
Масло сливочное	40	40						
Лук репчатый	119	100						
Масса пассерованного лука	-	50						
Мука пшеничная	10	10						
Зелень	9	7						
ИТОГО:			218,0	215,4	159,6	0,2	15,7	2371

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,70	14,3	0,24	2,9	168	2446	294	35,1

Выход: 1000

Технология приготовления:

1-й вариант

Мякоть мяса говядины нарезают на куски 40–50 г, слегка обжаривают на сливочном масле, затем перекладывают в сотейник, заливают горячей водой (20% от массы), тушат на слабом огне до готовности. Готовое мясо пропускают через мясорубку вместе с пассерованным (предварительно бланшированным) луком, выкладывают слоем 3 см на противень и подвергают термической обработке в жарочном шкафу 5–7 мин при температуре 160 °С. На бульоне от тушения мяса готовят белый соус (муку прогревают без изменения цвета до температуры 110 °С). Охлажденное мясо соединяют с соусом, рубленой зеленью (добавляют соль по вкусу), хорошо перемешивают.

2-й вариант

Мясо с костью заливают горячей водой (на 1 кг - 1,5 л воды), доводят до кипения, снимают пену и жир, уменьшают нагрев и продолжают варку при слабом кипении до готовности. А далее охлаждают и готовят так же как в 1-ом варианте.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция фарша однородная, сочная, мягкая, хорошо держит форму. Цвет серый, вкус и аромат, свойственные мясу, луку, соусу. Не допускается привкус и запах пригорелого лука.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 610

Наименование блюда: **Фарш мясной с рисом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина (котлетное мясо)	1359	1000						
Масло сливочное	60	60						
Лук репчатый	100	84						
Масса пассерованного лука	-	42						
Крупа рисовая	100	100						
Масса вареного риса	-	280						
Мука пшеничная	8	8						
Зелень	9	7						
ИТОГО:			180,3	172,9	143,3	0,9	82,2	2340

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,56	13,2	0,35	5,4	141	2099	285	29,0

Выход: 1000

Технология приготовления: Котлетное мясо промывают, разрезают на куски по 40–50 г, слегка обжаривают, заливают водой (20% от массы мяса) и тушат в сотейнике при слабом нагреве до готовности. Тушеное мясо и предварительно бланшированный, пассерованный лук измельчают в мясорубке. Выкладывают слоем 3 см на противень и подвергают термической обработке в жарочном шкафу при температуре 160 °С 5–7 мин.
Подсушенную муку разводят бульоном, оставшимся после тушения мяса, и проваривают 15 мин. Полученный белый соус соединяют с измельченным мясом, добавляют соль, мелко нарезанную зелень, рассыпчатую рисовую кашу и перемешивают.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция однородная, сочная, мягкая, хорошо сохраняет форму. Цвет серо-белый, вкус - в меру соленый, аромат мяса, риса, лука, масла.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 611

Наименование блюда: **Фарш рыбный**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Треска *	1405	1026						
или окунь морской *	1555	1026						
или минтай неразделан.	2052	1026						
или минтай потрошеный обезглавленный	1350	1026						
Масса готовой рыбы	-	841						
Лук репчатый	167	140						
Масса пассерованного лука	-	70						
Мука пшеничная	10	10						
Масло сливочное	100	100						
ИТОГО: (по треске)			125,8	123,5	78,4	0,4	19,3	1286

* Нормы закладки даны на окунь морской, минтай, треску потрошеные обезглавленные

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,68	21,1	0,51	10,7	204	1471	207	4,7

Выход: 1000

Технология приготовления: Филе окуня морского, или трески, или минтая с кожей без костей нарезают на куски 40–50 г, укладывают на противень, добавляют горячую воду, соль и припускают (на 1 кг рыбы 0,3 л воды или бульона). Готовую рыбу измельчают, добавляют предварительно бланшированный, пассерованный лук (мелкая рубка), белый соус, приготовленный из бульона, оставшегося при припускании, и тщательно перемешивают, кладут на противень слоем 3 см и подвергают термической обработке в жарочном шкафу при температуре 160 °С 5–7 мин.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Фарш должен иметь однородную консистенцию, не рассыпаться, быть сочным и рыхлым. Вкус должен соответствовать рыбе. Цвет белый с сероватым оттенком, в меру соленый. Не допускается привкус и запах подгоревшей муки.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 612

Наименование блюда: **Фарш рыбный с рисом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Окунь морской *	1136	750						
или треска *	1027	750						
или минтай неразделан.	1500	750						
или минтай потрошеный обезглавленный	1014	750						
Масса готовой рыбы	-	615						
Крупа рисовая	120	120						
Масса рассыпчатого риса	-	336						
Лук репчатый	100	84						
Масса пассерованного лука	-	42						
Мука пшеничная	10	10						
Масло сливочное	40	40						
Зелень (петрушка)	9	7						
ИТОГО: по треске			98,9	90,1	34,3	1,3	100,9	1105

* Нормы закладки даны на окунь морской, треску потрошеные обезглавленные

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,55	23,0	0,23	8,1	160	1186	191	4,3

Выход: 1000

Технология приготовления: Филе свежей рыбы с кожей без костей, нарезают на куски массой 40–50 г, укладывают на противень, добавляют горячую воду или бульон (из костей рыбы) - на 1 кг рыбы - 0,3 л жидкости, йодированную соль и припускают в течение 20 мин до готовности. Рыбу можно отварить. Приготовить рассыпчатый рис способом припускания из расчета 1 кг риса - 2,1 л воды или откидным способом. Готовую рыбу измельчают (ножом), соединяют с рассыпчатым рисом, бланшированным и пассерованным луком, растопленным маслом. Хорошо перемешивают, доводят до вкуса, кладут на противень слоем не более 3 см и подвергают термической обработке в жарочном шкафу при температуре 160 °С 5–7 мин.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Рыба хорошо измельчена, фарш сочный, рыхлый, но при дозировке не рассыпается. Вкус в меру соленый, соответствует виду использованной рыбы, риса. Аромат рыбы, риса и сливочного масла. Цвет белый с сероватым оттенком.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 613

Наименование блюда: **Фарш рисовый с рыбными консервами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Рыбные консервы в масле или в собственном соку:								
Скумбрия	635	615						
или сайра	635	615						
или лосось	635	615						
Рис	120	120						
Масса вареного риса	-	336						
Лук репчатый	100	84						
Масло сливочное для пассерования лука	13	13						
Масса пассерованного лука	-	42						
Мука пшеничная в/с	10	10						
Масло сливочное для заправки риса	27	27						
Петрушка зелень	9	7						
Перец молотый	0,5	0,5						
Соль	12	12						
ИТОГО: по скумбрии			105,1	95,4	113,4	1,5	103,1	1853

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,21	12,4	0,12	12,6	252	1629	315	5,6

Выход: 1000

Технология приготовления: Консервные банки обмывают, обсушивают салфеткой, вскрывают консервным ножом. Содержимое выкладывают в посуду. Рис перебирают, промывают, закладывают в подсоленную кипящую воду (в соотношении 1:6), варят до готовности, откидывают на дуршлаг до полного удаления воды. Лук нарезают мелким кубиком, пассеруют.

Для фарша из рыбы в собственном соку готовят сухую мучную пассеровку. Муку прогревают без жира на сухой сковороде до кремового оттенка и запаха каленого ореха. Мучную пассеровку разводят соком из рыбных консервов и проваривают. Рыбные консервы соединяют с рассыпчатым рисом, пассерованным луком, белым соусом, хорошо перемешивают. По вкусу добавляют соль, перец, петрушку.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: В фарше хорошо видны кусочки рыбы, рассыпчатого риса и лука, нарезанного кубиками. Фарш сочный, консистенция риса, рыбы, лука мягкая. Вкус и аромат, свойственные входящим в состав продуктам.

19. Витаминизированные блюда и напитки

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 614

Наименование блюда: **Кисель с витаминами «Киселек Валетек»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Концентрат киселя с витаминами «Киселек Валетек» для детей дошкольного и школьного возраста	20	20						
Вода	200	200						
ИТОГО:			0,0	0,0	0,0	0,0	18,4	74

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,30	20,0	0,12	2,3	0	0	0	0,0

Выход: 200

Технология приготовления: Для приготовления 5 л киселя (25 порций) 500 г концентрата разводят в 1,5 л холодной воды, тщательно перемешивают, вливают в кипящую воду (3,5 л), размешивают и доводят до кипения. Охлаждают до необходимой температуры.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид и консистенция: вязкая однородная жидкость без комочков, допускается опалесценция. Цвет, свойственный используемой вкусо-ароматической добавке, допускается наличие коричневых точек бета-каротина или ликопина, допускается наличие включений бордового цвета. Вкус и аромат, кисло-сладкие, свойственные используемой вкусо-ароматической добавке, не допускаются посторонние привкус и запах.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 615

Наименование блюда: **Кисель с витаминами и кальцием «Валетек»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Концентрат киселя с витаминами, кальцием «Валетек»	20	20						
Вода	200	200						
ИТОГО:			0,0	0,0	0,0	0,0	18,0	72

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,60	30,0	0,50	3,5	50	0	0	0,0

Выход: 200

Технология приготовления: Для приготовления 5 л киселя (25 порций) 500 г концентрата разводят в 1,5 л холодной воды, тщательно перемешивают, вливают в кипящую воду (3,5 л), размешивают и доводят до кипения. Охлаждают до необходимой температуры.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид и консистенция: вязкая однородная жидкость без комочков, допускается опалесценция. Цвет, свойственный используемой вкусо-ароматической добавке, допускается наличие коричневых точек бета-каротина или ликопина, допускается наличие включений бордового цвета. Вкус и аромат, кисло-сладкие, свойственные используемой вкусо-ароматической добавке, не допускаются посторонние привкус и запах.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 616

Наименование блюда: **Чай из сухой смеси с витаминами «Валетек Классные Витаминки»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Чай	0,6	0,6						
Смесь сухая с витаминами «Валетек классные витаминки»	10	10						
Вода	200	200						
ИТОГО:			0,2	0,0	0,0	0,0	10,0	40

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,15	10,0	0,06	1,2	3	5	3	0,5

Выход: 200

Технология приготовления: В чайник насыпают чай и сухую смесь «Валетек Классные Витаминки» на необходимое количество порций, заливают кипятком на то же количество порций и настаивают 5 минут. Процеживают, остужают до температуры 60 °С, разливают по чашкам.
Заваренный чай кипятить или длительно хранить на плите нельзя, так как его вкус и аромат ухудшаются.
Температура подачи: 60 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Вкус и аромат чая характерены для сорта чая. Цвет темно-коричневый, на свет - прозрачен. Если чай мутный, значит, он неправильно заварен.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 617

Наименование блюда: **Напиток «Валетек» с витаминами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Концентрат напитка «Валетек»	20	20						
Вода	200	200						
ИТОГО:			0,0	0,0	0,0	0,0	18,4	74

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	30,0	0,50	0,0	0	0	0	0,0

Выход: 200

Технология приготовления: 20 г концентрата растворить в 200 мл кипяченой воды температурой 30–40 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Подают температурой 30–40 °С или охлажденным до 14 °С.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 618

Наименование блюда: **Напиток с витаминами, кальцием и магнием «Валетек»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Смесь сухая с витаминами, кальцием и магнием для напитка «Валетек»	20	20						
Вода	200	200						
ИТОГО:			0,0	0,0	0,0	0,0	17,4	67

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,40	28,0	0,17	3,3	250	0	14	0,0

Выход: 200

Технология приготовления: 20 г концентрата растворить в 200 мл кипяченой воды температурой 30–40 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Подают температурой 30–40 °С или охлажденным до 14 °С.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 619

Наименование блюда: **Напиток с витаминами «Валетек Классные Витаминки»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Смесь сухая с витаминами для напитка «Валетек Классные Витаминки» для детей дошкольного и школьного возраста	20	20						
Вода	200	200						
ИТОГО:			0,0	0,0	0,0	0,0	19,4	75

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,30	20,0	0,12	2,3	0	0	0	0,0

Выход: 200

Технология приготовления: 20 г концентрата растворить в 200 мл кипяченой воды температурой 30–40 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Подают температурой 30–40 °С или охлажденным до 14 °С.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 620

Наименование блюда: **Напиток с витаминами «Валетек Классные Витаминки + Пребиотик»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Смесь сухая с витаминами для напитка «Валетек Классные Витаминки + Пребиотик» для детей дошкольного и школьного возраста	20	20						
Вода	200	200						
ИТОГО:			0,0	0,0	0,0	0,0	18,6	73

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,30	20,0	0,12	2,3	0	0	0	0,0

Выход: 200

Технология приготовления: 20 г концентрата растворить в 200 мл кипяченой воды температурой 30–40 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Подают температурой 30–40 °С или охлажденным до 14 °С.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 621

Наименование блюда: **Напиток с витаминами «Валетек Плюс»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Смесь сухая с витаминами для напитка «Валетек Плюс» для детей дошкольного и школьного возраста	20	20						
Вода	200	200						
ИТОГО:			0,0	0,0	0,0	0,0	19,4	75

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,42	28,8	0,17	3,3	0	0	0	5,0

Выход: 200

Технология приготовления: 20 г концентрата растворить в 200 мл кипяченой воды температурой 30–40 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Подают температурой 30–40 °С или охлажденным до 14 °С.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 622

Наименование блюда: **Напиток с витаминами «Валетек Лайт низкокалорийный»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Смесь сухая с витаминами для напитка «Валетек Лайт низкокалорийный»	9	9						
Вода	200	200						
ИТОГО:			0,0	0,0	0,0	0,0	8,6	34

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,40	28,0	0,17	3,3	0	0	0	0,0

Выход: 200

Технология приготовления: 20 г концентрата растворить в 200 мл кипяченой воды температурой 30–40 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Подают температурой 30–40 °С или охлажденным до 14 °С.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 623

Наименование блюда: **Компот из смеси сухофруктов с использованием концентрата напитка «Валетек» с витаминами и кальцием**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Смесь сухофруктов	20	20						
Концентрат напитка «Валетек» с витаминами и кальцием	20	20						
Вода	170	170						
ИТОГО:			0,4	0,0	0,0	0,0	27,0	108

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,40	28,4	0,17	3,3	272	15	20	1,2

Выход: 200

Технология приготовления: Смесь сухофруктов перебрать для удаления примесей и поврежденных плодов, отсортировать яблоки и груши. Перебранные сухофрукты промыть в теплой воде, отобранные яблоки и груши залить холодной водой и варить при слабом кипении 20–30 мин. После этого добавить остальные фрукты и варить в течение 8–10 мин. За 2 мин. до готовности добавить концентрат напитка «Валетек» с витаминами и каротином, тщательно перемешать, довести до кипения. Охладить до температуры 30–40 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Вкус кисло-сладкий, с ароматом фруктов, из которых приготовлен компот. Цвет светлый (для яблок), различной степени интенсивности. Консистенция жидкая с наличием вареных плодов или ягод.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 624

Наименование блюда: **Каша пшеная молочная жидкая с использованием смеси сухой с витаминами, кальцием и магнием напитка «Валетек» для детей**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Пшено	10	10						
Молоко	75	75						
Масло сливочное	3	3						
Смесь сухая с витаминами, кальцием и магнием напитка «Валетек» для детей	3,6	3,6						
Соль	0,2	0,2						
ИТОГО:			3,3	2,2	4,9	0,3	13,2	110

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,12	6,0	0,06	0,6	137	91	21	0,3

Выход: 100

Технология приготовления: В кипящую воду заложить пшеную крупу и варить 10–15 мин, помешивая. Потом добавить горячее молоко, соль и варить, периодически помешивая. За 3 мин. до готовности всыпать смесь сухую с витаминами, кальцием и магнием для напитка «Валетек» для детей, тщательно перемешать и дать прокипеть 1–2 мин. В готовую кашу добавить прокипяченное сливочное масло, все тщательно перемешать.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция растекающаяся, однородная, зерна полностью набухшие, мягкие. Не допускаются посторонние запахи, привкусы, в том числе и пригорелой каши. Цвет белый с кремовым оттенком.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 625

Наименование блюда: **Каша из пшена и риса молочная жидкая «Дружба» с использованием смеси сухой с витаминами, кальцием и магнием для напитка «Валетек» для детей**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Пшено	5	5						
Крупа рисовая	5	5						
Молоко	75	75						
Масло сливочное	3	3						
Смесь сухая с витаминами, кальцием и магнием напитка «Валетек» для детей	3.6	3,6						
Соль	0,2	0,2						
ИТОГО:			3.1	2,2	4,8	0,2	13.5	110

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,12	6,0	0,06	0,1	136	87	20	0,3

Выход: 100

Технология приготовления: В кипящую воду заложить пшеную крупу и варить 10–15 мин, помешивая. Затем всыпать рисовую крупу и варить 5–10 мин, потом добавить горячее молоко, соль и варить, периодически помешивая. За 3 мин. до готовности всыпать смесь сухую с витаминами, кальцием и магнием для напитка «Валетек» для детей, тщательно перемешать и дать прокипеть 1–2 мин. В готовую кашу добавить прокипяченное сливочное масло, все тщательно перемешать.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция растекающаяся, однородная, зерна полностью набухшие, мягкие. Не допускаются посторонние запахи, привкусы, в том числе и пригорелой каши. Цвет белый с кремовым оттенком.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 626

Наименование блюда: **Каша манная молочная жидкая с использованием смеси сухой с витаминами, кальцием и магнием для напитка «Валетек» для детей**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Крупа манная	10	10						
Молоко	75	75						
Масло сливочное	3	3						
Смесь сухая с витаминами, кальцием и магнием напитка «Валетек» для детей	3,6	3,6						
Соль	0,2	0,2						
ИТОГО:			3,2	2,2	4,7	0,1	13,6	109

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,11	6,0	0,06	0,2	137	76	14	0,2

Выход: 100

Технология приготовления: В кипящую воду положить соль, подготовленную крупу и варить 20 мин., добавить горячее молоко и варить, периодически помешивая. За 3 мин. до готовности всыпать смесь сухую с витаминами, кальцием и магнием для напитка «Валетек» для детей, тщательно перемешать и дать прокипеть 1–2 мин. В готовую кашу добавить прокипяченное сливочное масло, все тщательно перемешать.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция жидкой каши однородная растекающаяся по тарелке. Зерна крупы полностью набухшие. Без посторонних привкусов и запахов. Не допускается пригорание каши. Цвет белый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 627

Наименование блюда: **Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» молочная жидкая с использованием смеси сухой с витаминами, кальцием и магнием для напитка «Валетек» для детей**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Овсяные хлопья «Геркулес»	10	10						
Молоко	75	75						
Масло сливочное	3	3						
Смесь сухая с витаминами, кальцием и магнием напитка «Валетек» для детей	3,6	3,6						
Соль	0,2	0,2						
ИТОГО:			3,4	2,2	5,2	0,6	12,7	111

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,14	6,0	0,06	0,2	140	100	26	0,4

Выход: 100

Технология приготовления: Смесь молока и воды довести до кипения, добавить соль, ввести крупу «Геркулес», варить при помешивании. За 3 мин. до готовности всыпать смесь сухую с витаминами, кальцием и магнием для напитка «Валетек» для детей, тщательно перемешать и дать прокипеть 1–2 мин. В готовую кашу добавить прокипяченное сливочное масло, все тщательно перемешать.
Температура подачи: 65 °С.
Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Каша растекается на тарелке, цвет белый с сероватым оттенком, консистенция однородная, хлопья мягкие. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 628

Наименование блюда: **Сырники творожные, запеченные с использованием концентрата напитка «Валетек» с витаминами, кальцием и магнием**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Творог полужирный	92,5	92						
Мука пшеничная	7,5	7,5						
Яйца куриные	1/4 шт.	10						
Концентрат напитка «Валетек» с витаминами, кальцием и магнием	4,5	4,5						
Мука пшеничная (для панировки)	4	4						
Масло сливочное	3	3						
Масло растительное (для смазывания противня)	2	2						
ИТОГО:			17,3	16,1	15,9	0,1	14,0	268

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,15	5,1	0,14	1,3	200	225	26	0,8

Выход: 100

Технология приготовления: Концентрат напитка «Валетек» с витаминами, кальцием и магнием смешивают с яйцом, предварительно обработанным согласно СанПиН 2.3.6.1079-01. Творог протирают, добавляют смесь яйца с концентратом напитка, масло, муку, тщательно перемешивают. Формируют круглые сырники толщиной 1,5 см, панируют их в муке, выкладывают на смазанный маслом противень и запекают в духовом шкафу при температуре 200–220° С 25–30 минут.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Форма сырника круглая, приплюснутая, без трещин. Консистенция нежная, без комочков непромешанных продуктов. Без посторонних привкусов и запахов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 629

Наименование блюда: **Пудинг из творога (запеченный) с использованием концентрата напитка «Валетек» с витаминами, кальцием и магнием**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Творог полужирный	38	37,5						
Крупа манная	3,3	3,3						
Яйца куриные	1/20 шт	2,5						
Концентрат напитка «Валетек» с витаминами, кальцием и магнием	4,7	4,7						
Изюм	5,1	5,1						
Масло сливочное	2	2						
Ванилин	0,01	0,01						
Сметана	2	2						
Молоко сгущенное	20	20						
ИТОГО: (с молоком сгущенным)			8,3	7,8	8,9	0,1	21,1	198

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,13	5,2	0,10	1,0	180	138	21	0,5

Выход: 70

Технология приготовления: В горячей воде растворяют ванилин, затем всыпают манную крупу и, помешивая, заваривают. В протертый творог добавляют яичные желтки, растертые с концентратом напитка «Валетек» с витаминами, кальцием и магнием, охлажденную заваренную манную крупу, размягченное сливочное масло, соль, подготовленный и обсушенный изюм. Массу тщательно перемешивают. Яичные белки взбивают до образования густой пены и вводят в подготовленную массу перед запеканием. Полученную массу выкладывают на смазанный маслом противень (или формы), смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу в течение 25–35 мин. Готовый пудинг выдерживают 5–10 мин и вынимают из форм. Пудинг, запеченный на противне, не выкладывая, разрезают на порционные куски. Отпускают пудинг с молоком сгущенным.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Порции имеют правильную, не деформированную форму. Консистенция пышная, нежная, вкус входящих в рецептуру продуктов с ароматом ванилина. Соус соответствует рецептуре.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 630

Наименование блюда: **Запеканка из творога с использованием концентрата напитка «Валетек» с витаминами, кальцием и магнием**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Творог полужирный	47	46						
Мука пшеничная	3,8	3,8						
Яйца куриные	0,05 шт.	2						
Концентрат напитка «Валетек» с витаминами, кальцием и магнием	4,2	4,2						
Масло сливочное	2	2						
Ванилин	0,01	0,01						
Сметана	2	2						
Молоко сгущенное	20	20						
ИТОГО: (с молоком сгущенным)			9,5	9,1	9,9	0,0	18,0	199

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,12	4,7	0,09	1,0	182	149	20	0,3

Выход: 70

Технология приготовления: Концентрат напитка «Валетек» с витаминами, кальцием и магнием смешивают с яйцом, предварительно обработанным согласно СанПиН 2.3.6.1079-01. В протертый творог добавляют муку, яйца с концентратом напитка «Валетек» и соль. Подготовленную массу выкладывают слоем 3–4 мм на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень или форму. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной, запекают в жарочном шкафу 20–30 мин до образования на поверхности румяной корочки. Отпускают запеканку с молоком сгущенным.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Поверхность ровная, без трещин, колер золотистый, равномерный, на разрезе запеканка белая, вкус сладковатый, с запахом входящих продуктов и ванилина.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 631

Наименование блюда: **Соус молочный сладкий с использованием концентрата напитка «Валетек» с витаминами, кальцием и магнием**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Молоко	110	110						
Мука пшеничная	8,5	8,5						
Концентрат напитка «Валетек» с витаминами, кальцием и магнием	7,5	7,5						
ИТОГО:			4,1	3,2	3,2	0,1	17,7	116

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,21	11,9	0,09	1,4	227	106	22	0,2

Выход: 100

Технология приготовления: Муку подсушить на сковороде без жира до светло-желтого цвета, остудить, развести кипяченым молоком и, непрерывно помешивая, варить при слабом кипении 7–10 минут, процедить, посолить и довести до кипения.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция жидкой сметаны, без комков заварившейся муки. Цвет белый, вкус молочный. Не допускается вкус пригорелого молока.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 632

Наименование блюда: **Желе с использованием концентрата напитка «Валетек» с витаминами, кальцием и магнием**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Вода	200	200						
Сахар	15	15						
Желатин	6	6						
Концентрат напитка «Валетек» с витаминами, кальцием и магнием	20	20						
ИТОГО:			5,2	0,0	0,0	0,0	32,4	150

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,40	28,0	0,17	3,3	292	18	19	0,2

Выход: 240

Технология приготовления: В воде (100 мл) растворить сахар и желатин, довести до кипения. Соединить с предварительно растворенным в оставшейся воде концентратом напитка, профильтровать, разлить в формочки и охладить.

Требования к качеству: Консистенция упругая, структура гомогенная. Цвет соответствует входящим в желе компонентам. Вкус умеренно сладкий.

Мучные изделия

Витаминизированные «Валетек-8»

Смесь добавляют из расчета 500 г смеси на 100 кг муки.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 633

Наименование блюда: **Тесто дрожжевое простое**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Мука пшеничная в/с	633	633						
Сахар	44	44						
Масло сливочное	19	19						
Соль	10	10						
Дрожжи (прессованные)	19	10						
Вода	300	300						
ИТОГО:			68,5	0,1	23,9	8,2	486,5	2435

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1,08	0,0	0,11	9,7	118	548	101	7,8

Выход: 1000

Технология приготовления: Простое тесто готовят безопарным способом.

Безопарный способ: в дежу тестомесильной машины вливают подогретую до температуры 28–30 °С воду или смесь воды и молока, предварительно разведенные в воде с температурой не выше 40 °С, процеженные дрожжи, сахар, соль, всыпают просеянную муку с добавлением витаминно-минеральной смеси «Валетек-8» и все перемешивают в течение 7–8 мин. После этого вводят растопленное сливочное или растительное масло и замешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию. Готовое тесто легко отделяется от стенок дежи и рук. Консистенция теста должна быть более густой, чем при опарном способе. Дежу закрывают крышкой и ставят на 3–4 часа для брожения в помещение с температурой не выше 30 °С. Когда тесто увеличится в объеме в 1,5–2 раза, производят обминку в течение 1–2 мин и вновь оставляют для брожения, в процессе которого тесто обминают еще раз.

Из безопарного теста готовят пироги, пирожки с различным фаршем, рулеты, кексы, сдобные булочки.

Разделка: готовое тесто перекладывают на стол (с деревянным покрытием, чтобы не допустить охлаждения теста), подпыленный мукой. Отрезают равный по толщине кусок, закатывают в длинный жгут и режут ножом или отрывают куски требуемой массы руками, формуют шарики. После короткой (8–10 мин) расстойки производят окончательное формование изделий.

Требования к качеству: Выбродившее тесто увеличивается в объеме в 2,5 раза, при надавливании пальцем медленно выравнивается, поверхность выпуклая, тесто имеет приятный спиртовой запах. Влажность: 42,00%.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 634

Наименование блюда: **Тесто дрожжевое сдобное (1-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Мука пшеничная в/с	640	640						
Сахар	46	46						
Масло сливочное	69	69						
Яйца	1,5 шт	69						
Соль	8	8						
Дрожжи (прессованные)	23	23						
Вода	170	170						
ИТОГО:			78,2	9,1	73,2	8,3	494,3	2949

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1,14	0,0	0,58	10,2	163	696	111	9,7

Выход: 1000

Технология приготовления: Сдобное тесто готовят опарным способом.

Опарный способ: в дежу вливают подогретую до температуры 35–40 °С воду (60–70% от общего количества), добавляют разведенные в воде и процеженные дрожжи, всыпают просеянную муку (35–60%) и перемешивают до получения однородной массы. Поверхность опары посыпают мукой, дежу накрывают крышкой и ставят в помещение с температурой не выше 30 °С. Густая опара бродит 3,5 часа и увеличивается в объеме в 1,5–2 раза, жидкая (при 100% воды) - 1,5 часа и увеличивается в объеме в 2 раза. Готовность опары определяют по появлению «морщин» на поверхности. В готовую опару добавляют остальную жидкость с растворенными солью и сахаром, яйца, затем все перемешивают, всыпают оставшуюся муку и смесь витаминно-минеральную «Валетек-8» и замешивают тесто. Перед окончанием замеса добавляют растопленное сливочное или растительное масло и замешивают до однородной консистенции. Температура теста 28–30 °С. Дежу закрывают крышкой и оставляют на 2–2,5 часа для брожения. За время брожения тесто обминают 1–2 раза, чтобы удалить продукты брожения, угнетающие жизнедеятельность дрожжей, и для более равномерного распределения углекислого газа. Это позволяет получить изделия с хорошей пористостью. После второй обминки тесто дозируют и формуют изделия.

Из опарного теста готовят пироги закрытые, пирожки с различными фаршами, ватрушки.

Разделка: готовое тесто перекладывают на стол (с деревянным покрытием, чтобы не допустить охлаждения теста), подпыленный мукой. Отрезают равный по толщине кусок, закатывают в длинный жгут и режут ножом или отрывают куски требуемой массы руками, формуют шарики. После короткой (8–10 мин) расстойки производят окончательное формование изделий.

Требования к качеству: Выбродившее тесто увеличивается в объеме в 2,5 раза, при надавливании пальцем медленно выравнивается, поверхность выпуклая, тесто имеет приятный спиртовой запах. Влажность: 33,00%

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 635

Наименование блюда: **Тесто дрожжевое сдобное (2-й вариант)**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст		
Мука пшеничная в/с	565	565						
Сахар	60	60						
Масло сливочное	60	60						
Яйца	1 шт.	40						
Соль	10	10						
Дрожжи (прессованные)	20	20						
Вода	270	270						
ИТОГО:			67,7	5,4	61,7	7,3	456,4	2652

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1,12	0,0	0,51	10,7	151	675	108	9,2

Выход: 1000

Технология приготовления: Сдобное тесто готовят опарным способом.
Опарный способ: в дежу вливают подогретую до температуры 35–40 °С воду (60–70% от общего количества), добавляют разведенные в воде и процеженные дрожжи, всыпают просеянную муку (35–60%) и перемешивают до получения однородной массы. Поверхность опары посыпают мукой, дежу накрывают крышкой и ставят в помещение с температурой не выше 30 °С. Густая опара бродит 3,5 часа и увеличивается в объеме в 1,5–2 раза, жидкая (при 100% воды) - 1,5 часа и увеличивается в объеме в 2 раза. Готовность опары определяют по появлению «морщин» на поверхности. В готовую опару добавляют остальную жидкость с растворенными солью и сахаром, яйца, затем все перемешивают, всыпают оставшуюся муку и смесь витаминно-минеральную «Валетек-8» и замешивают тесто. Перед окончанием замеса добавляют растопленное сливочное или растительное масло и замешивают до однородной консистенции. Температура теста 28–30 °С. Дежу закрывают крышкой и оставляют на 2–2,5 часа для брожения. За время брожения тесто обминают 1–2 раза, чтобы удалить продукты брожения, угнетающие жизнедеятельность дрожжей, и для более равномерного распределения углекислого газа. Это позволяет получить изделия с хорошей пористостью. После второй обминки тесто дозируют и формуют изделия.
Из опарного теста готовят пироги закрытые, пирожки с различными фаршами, ватрушки.
Разделка: готовое тесто перекладывают на стол (с деревянным покрытием, чтобы не допустить охлаждения теста), подпыленный мукой. Отрезают равный по толщине кусок, закатывают в длинный жгут и режут ножом или отрывают куски требуемой массы руками, формуют шарики. После короткой (8–10 мин) расстойки производят окончательное формование изделий.

Требования к качеству: Выбродившее тесто увеличивается в объеме в 2,5 раза, при надавливании пальцем медленно выравнивается, поверхность выпуклая, тесто имеет приятный спиртовой запах. Влажность: 33,00%

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 636

Наименование блюда: **Тесто дрожжевое сдобное на растительном масле**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Мука пшеничная в/с	565	565						
Сахар	60	60						
Масло растительное	40	40						
Яйца	1 шт.	40						
Соль	10	10						
Дрожжи (прессованные)	20	20						
Вода	290	290						
ИТОГО:			67,4	5,1	52,2	47,3	455,9	2563

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1,06	0,0	0,10	26,3	128	603	100	8,3

Выход: 1000

Технология приготовления: Сдобное тесто готовят опарным способом.
Опарный способ: в дежу вливают подогретую до температуры 35–40 °С воду (60–70% от общего количества), добавляют разведенные в воде и процеженные дрожжи, всыпают просеянную муку (35–60%) и перемешивают до получения однородной массы. Поверхность опары посыпают мукой, дежу накрывают крышкой и ставят в помещение с температурой не выше 30 °С. Густая опара бродит 3,5 часа и увеличивается в объеме в 1,5–2 раза, жидкая (при 100% воды) - 1,5 часа и увеличивается в объеме в 2 раза. Готовность опары определяют по появлению «морщин» на поверхности. В готовую опару добавляют остальную жидкость с растворенными солью и сахаром, яйца, затем все перемешивают, всыпают оставшуюся муку, смесь витаминно-минеральную «Валетек-8» и замешивают тесто. Перед окончанием замеса добавляют растопленное сливочное или растительное масло и замешивают до однородной консистенции. Температура теста 28–30 °С. Дежу закрывают крышкой и оставляют на 2–2,5 часа для брожения. За время брожения тесто обминают 1–2 раза, чтобы удалить продукты брожения, угнетающие жизнедеятельность дрожжей, и для более равномерного распределения углекислого газа. Это позволяет получить изделия с хорошей пористостью. После второй обминки тесто дозируют и формуют изделия.
Из опарного теста готовят пироги закрытые, пирожки с различными фаршами, ватрушки.
Разделка: готовое тесто перекладывают на стол (с деревянным покрытием, чтобы не допустить охлаждения теста), подпыленный мукой. Отрезают равный по толщине кусок, закатывают в длинный жгут и режут ножом или отрывают куски требуемой массы руками, формуют шарики. После короткой (8–10 мин) расстойки производят окончательное формование изделий.

Требования к качеству: Выбродившее тесто увеличивается в объеме в 2,5 раза, при надавливании пальцем медленно выравнивается, поверхность выпуклая, тесто имеет приятный спиртовой запах. Влажность: 33,00%

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 637

Наименование блюда: **Пирожки печеные из сдобного теста**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Тесто дрожжевое:		43						
Мука пшеничная в/с	27,5	27,5						
Сахар	2	2						
Масло сливочное	3	3						
Яйца	1/13 шт	3						
Соль	0,3	0,3						
Дрожжи прессованные	1	1						
Вода	7,4	7,4						
Мука на подпыл	0,9	0,9						
Повидло	25,25	25						
Масло раст. для смазки	0,9	0,9						
Яйца для смазки пирожков	1/30 шт	1,3						
ИТОГО:			3,7	0,6	3,8	0,4	29,9	138

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,05	0,1	0,03	0,9	10	36	6	0,6

Выход: 60

Технология приготовления: Дрожжевое тесто, приготовленное опарным способом со смесью витаминно-минеральной «Валетек-8», выкладывают на подпыленный мукой стол, отрезают от него кусок массой 1–1,5 кг, закатывают его в жгут и делят на кусочки массой 43 г. Затем кусочки формуют в шарики, дают им расстояться 5–6 минут и раскатывают на круглые лепешки толщиной 0,5–1 см. На середину каждой лепешки кладут повидло или джем по 25 г на пирожок и защипывают края, придавая пирожку форму «лодочки». Сформованные пирожки укладывают швом вниз на кондитерский лист, предварительно смазанный растительным маслом, для расстойки. За 5–10 минут перед выпечкой изделия смазывают яйцом. Пирожки выпекают при температуре 200–240 °С 8–10 минут.

Требования к качеству: Пирожки продолговатые, с блестящей поверхностью, от золотистой до коричневой окраски, форма не расплывчатая. Не допускается наличие трещин, вытекания повидла. Мякиш хорошо пропечен, с равномерной пористостью. Вкус теста сладковатый, с ароматом повидла.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 638

Наименование блюда: **Булочка «Пермская»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Мука в/с	37,2	37,2						
Масло сливочное	9,9	9,9						
Яйцо	1/7 шт.	5,6						
Сахар-песок	6,3	6,3						
Соль йодированная	0,75	0,75						
Дрожжи свежие	0,14	0,14						
Вода	16	16						
Повидло	10	10						
Пудра сахарная	0,2	0,2						
Масса теста	-	75						
Масса п/ф	-	85						
Масса готового изделия	-	75						
ИТОГО:			4,3	0,7	9,1	0,5	34,4	237

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,0	0,07	0,7	12	43	7	0,7

Выход: 75

Технология приготовления: Булочки готовят из дрожжевого слоеного теста. При изготовлении теста используют витаминно-минеральную смесь «Валетек-8». Слоение производят следующим образом. Тесто после брожения выкладывают на столы кусками 3–4 кг, которые раскатывают в пласты толщиной 15–20 мм. Половину раскатанного теста смазывают размягченным маслом, покрывают смазанную часть пласта второй его половиной, несмазанной маслом и снова раскатывают. После этого половину раскатанного теста еще раз смазывают маслом, накрывают несмазанной половиной теста и оставляют на расстойку на 20–30 мин. Готовое тесто раскатывают в пласт, нарезают на треугольники с основанием 10–12 см. Из кондитерского мешочка с металлическим наконечниками отсаживают повидло, изделие формируют в форме рогалика. Выпекают при температуре 210–240 °С.

Требования к качеству: Внешний вид: форма рогалика. Цвет золотистый, посыпан сахарной пудрой. Вкус сладкий, приятный. Слоистость хорошо выражена. Влажность 35–36%.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 639

Наименование блюда: **Ватрушка «Лакомка»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Мука в/с	20	20						
Масло сливочное	20	20						
Яйцо	1/15 шт.	2,6						
Сахар-песок	10	10						
Творог	50	50						
Масса теста	-	102,6						
ИТОГО:			10,6	8,3	23,2	0,2	22,5	341

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	0,1	0,16	0,7	80	121	15	0,5

Выход: 75

Технология приготовления: Масло сливочное взбивают с сахарным песком до однородной пышной массы. Затем добавляют протертый творог, массу перемешивают, всыпают муку и витаминно-минеральную смесь «Валетек-8». Тесто замешивают в течение 1–2 минуты. Готовое тесто раскатывают в пласт толщиной 7–8 мм и формируют двумя разными формочками различного диаметра круглые сочни. Первый слой изделия (большого диаметра) смазывают яйцом, накладывают сверху второй. Сверху делают углубление и заполняют сахарным песком. Выпекают при температуре 220–230 °С.

Требования к качеству: Внешний вид готового изделия: круглой формы, посыпано сахарным песком, золотистого цвета. Вкус приятный сладкий, без посторонних привкусов и запахов. Консистенция мягкая.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 640

Наименование блюда: **«Крендель сахарный»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Мука пшеничная в\с	42	42						
Масло сливочное	10,5	10,5						
Яйцо	1/7 шт	5,1						
Сахар-песок	12	12						
Соль	0,23	0,23						
Дрожжи свежие	0,3	0,3						
Вода	15	15						
Итог сырья	-	8,7						
Выход п\ф	-	8,7						
Яйцо для смазки	-	1,2						
Сахар для обсыпки	-	4,5						
Масло растительное	-	0,38						
Масса готового изделия	-	75						
ИТОГО:			5,4	0,8	10,3	0,9	45,9	299

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,08	0,0	0,08	0,9	13	50	7	0,7

Выход: 75

Технология приготовления: Крендель сахарный выпекают из дрожжевого теста, приготовленного опарным способом. При приготовлении теста используют витаминно-минеральную смесь «Валитек-8». Готовое тесто разделывают в виде шариков, которые раскатывают в жгуты и формируют в виде кренделя (восьмерок). Изделия складывают на лист, смазанный жиром, и дают расстояться. После расстойки изделия смазывают яйцом и посыпают сахаром. Выпекают при температуре 230–240 °С в течение 10–15 мин.

Требования к качеству: Внешний вид: крендель золотистого цвета, смазан яйцом и посыпан сахаром, мякиш - хорошо пропечен, эластичный, пористый. Вкус сладкий, приятный, без посторонних привкусов и запахов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 641

Наименование блюда: **Булочка «Медовушка»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Мука в\с	48,8	48,8						
Масло сливочное	3,8	3,8						
Яйцо	1/10 шт.	3,8						
Сахар-песок	6	6						
Соль	0,75	0,75						
Дрожжи свежие	0,13	0,13						
Вода	18	18						
Мед натуральный	2,25	2,25						
Масса теста	-	78						
На прослойку:								
Сахар-песок	3,8	3,8						
Масло сливочное	3	3						
Масса п/ф	-	85,5						
Масса готового изделия	-	75						
ИТОГО:			5,7	0,5	6,5	0,63	40,6	244

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	0,0	0,05	0,8	12	47	8	0,7

Выход: 75

Технология приготовления: При изготовлении теста используют витаминно-минеральную смесь «Валетек-8». Готовое тесто делят на равные части, раскатывают в пласт толщиной 6–8 см, смазывают растопленным маслом, посыпают сахарным песком, закатывают в рулет диаметром 6–8 см и нарезают на куски массой 112 гр. Укладывают на листы и ставят на расстойку. Выпекают при температуре 240–260 °С. Охлаждают, посыпают сахарной пудрой.

Требования к качеству: Внешний вид: прямоугольной формы, пышное, слоистость хорошо выражена. Цвет светло-коричневый, посыпан сахарной пудрой. Вкус сладкий, приятный.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 642

Наименование блюда: **Творожники песочные**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Мука в\с	17,5	17,5						
Масло сливочное	7,5	7,5						
Яйцо	1/16 шт.	2,5						
Сахар песок	4	4						
Сметана 15%	1,5	1,5						
Масса теста	-	33						
Мука в\с	2,5	2,5						
Сахар-песок	3,5	3,5						
Творог 2%	16,5	16,5						
Ванилин	0,02	0,02						
Натрий двууглекислый	0,07	0,07						
Эссенция	0,07	0,07						
Соль йодированная	0,04	0,04						
Масса фарша	-	25						
Масса п/ф	-	58						
Масса готового изделия	-	50						
ИТОГО:			5,2	3,2	9,0	0,2	18,6	176

Витамины, мг							Минеральные в-ва, мг		
B_1	B_2	C	A	B-кар	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	0,08	0,1	0,07	0,04	0,4	31	55	6,9	0,4

Выход: 50

Технология приготовления: Изготовление песочного п/ф: масло сливочное, сахар-песок, яйцо, соду, соль, эссенцию перемешивают в течение 20-30 мин, до получения однородной массы. Затем добавляют муку и витаминно-минеральную смесь «Валетек-8». Песочное тесто должно иметь гладкую поверхность без комочков и непромеса, цвет от светло-желтого, приятный запах и легкий аромат без эссенции.
Приготовление фарша: творог взбивают в взбивательной машине при малом числе оборотов в течение 5-7 мин., до однородной массы. Во взбивательную машину добавляют муку, меланж, сахар и взбивают еще 10 мин, в конце взбивания добавляют ванилин.
Готовое песочное тесто развешивают по 33 гр, и раскатывают в круглые лепешки. На середину лепешки раскладывают творожный фарш (25 гр). Края лепешки накладывают друг на друга. Сформированное изделие выпекают 10-15 мин, при температуре 230°-250° С

Требования к качеству: Форма полукруглая, мякиш - хорошо пористый, рассыпчатый, светло-коричневый. Фарш - сочный, без комков.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 643

Наименование блюда: **Слойка «Свердловская»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто Всего	Б		Ж		У	
			В т. ч.жив	Всего	в т.ч. раст.			
Мука пшеничная в/с	30,1	30,1						
Сахар	7,58	7,58						
Масло сливочное	7,58	7,58						
Соль	0,03	0,03						
Дрожжи прессованные	0,12	0,12						
Яйцо	1/8 шт.	4,8						
Вода	7,9	7,9						
Молоко натуральное	3,95	3,95						
Масса п/ф	-	63,48						
Масло растительное	0,25	0,25						
Масса готового изделия	-	50						
ИТОГО:			4,1	0,7	7,6	0,6	28,9	200

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,1	0,06	0,7	14	43	6	0,5

Выход: 50

Технология приготовления: Слойку готовят из теста дрожжевого слоеного. При изготовлении теста используют витаминно-минеральную смесь «Валетек-8». Слоение производят следующим образом. Тесто после брожения выкладывают на столы кусками 3–4 кг, которые раскатывают в пласты толщиной 15–20 мм. Половину раскатанного теста смазывают размягченным маслом, покрывают смазанную часть пласта второй его половиной, несмазанной маслом и снова раскатывают. После этого половину раскатанного теста еще раз смазывают маслом, накрывают несмазанной половиной теста и оставляют на расстойку на 20–30 мин. После расстойки слоеное тесто раскатывают в ровный слой толщиной 10–12 мм и разрезают ножом на полоски шириной 10 см. От полос отрезают куски теста и формируют конвертики (углы квадратика соединяют в виде конвертика накрест к центру, один на другой, последний угол прижимают пальцем руки). Сформированные конвертики укладывают на листы швом вверх на близком расстоянии друг от друга с таким расчетом, чтоб после расстойки края их соприкасались между собой, образуя прилистики. Листы должны быть смазаны тонким слоем масла. Продолжительность расстойки 1,2–2 ч при температуре 30 °С. За 10 мин до окончания расстойки поверхность изделия смазывают яйцом, равномерно посыпают крошкой, приготовленной из смеси сахара, масла и муки. Выпекают при температуре 165 °С 18–20 мин.

Требования к качеству: Изделия пышные, мягкие, при надавливании вновь принимают прежнюю форму. Не допускаются закалы, непропеченность и деформация. Цвет золотистый, смазаны яйцом и посыпаны крошкой

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 644

Наименование блюда: **Блинчики с маслом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Мука пшеничная	63	63						
Молоко или вода	156	156						
Яйца	1/3 шт.	12						
Сахар	4	3,8						
Масло сливочное	5	5						
Соль	1,2	1,2						
Масса теста	-	230						
Масло растительное	5	5						
Масса жареных блинчиков	-	150						
Масло сливочное	10	10						
ИТОГО:			12,0	5,1	16,1	5,2	47,9	385

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,15	0,0	0,10	3,4	205	215	33	1,2

Выход: с маслом 160

Технология приготовления: Яйца, сахар, соль размешивают, добавляют холодное молоко или воду (1/2 нормы), всыпают муку с витаминно-минеральной смесью «Валетек-8» и взбивают до получения однородной массы, постепенно добавляя оставшееся молоко или воду. Готовое жидкое тесто (влажность 66%) процеживают. Блинчики выпекают на смазанных растительным маслом и разогретых сковородах диаметром 240–260 мм с двух сторон.
Отпускают с маслом по 3 шт. на порцию.
Температура подачи: не ниже 65 °С.

Требования к качеству: Блинчики одинакового размера и толщины, хорошо пропечены, без трещин и пузырьков. Цвет от желтого до светло-коричневого, консистенция мягкая, эластичная

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 645

Наименование блюда: **Блинчики с вареньем**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Белок		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Мука пшеничная	77	77						
Вода или молоко	192	192						
Яйца	1/3 шт.	13						
Сахар	5	5						
Соль	1,5	1,5						
Масло растительное	3	3						
Масса жареных блинчиков	-	185						
Варенье	101	93						
Масса полуфабриката	-	278						
Масло сливочное	10	10						
Масса жареных блинов с фаршем	-	250						
Масло сливочное	10	10						
ИТОГО:			13,3	5,6	14,5	4,4	60,7	427

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,16	1,0	0,10	2,5	228	238	37	1,3

Выход: с маслом 260

Технология приготовления: Яйца, сахар, соль размешивают, добавляют холодное молоко или воду (1/2 нормы), всыпают муку с витаминно-минеральной смесью «Валетек-8» и взбивают до получения однородной массы, постепенно добавляя оставшееся молоко или воду. Готовое жидкое тесто (влажность 66%) процеживают. Блинчики выпекают на смазанных растительным маслом и разогретых сковородах диаметром 240–260 мм, обжаривая с одной стороны. На поджаренную сторону охлажденных блинчиков раскладывают фарш, джем или варенье, завертывают в виде плоских прямоугольных пирожков, слегка обжаривают с обеих сторон на сковороде и доводят до готовности в жарочном шкафу 5–6 мин при температуре 220 °С.

Отпускают по 2 шт. на порцию со сливочным маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Требования к качеству: Блинчики прямоугольной формы, золотистого цвета, консистенция теста эластичная. Фарш соответствует требованиям к качеству фарша.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 646

Наименование блюда: **Бантики с корицей**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Мука пшеничная в/с	36	36						
Сахар	17	17						
Масло сливочное	4	4						
Яйца	1/4 шт.	9,6						
Сметана	11,3	11,3						
Натрий двууглекислый	0,15	0,15						
Соль	0,05	0,05						
Сахар на обсыпку	2,3	2,3						
Корица на обсыпку	0,4	0,4						
Масса полуфабриката	-	68						
ИТОГО:			5,1	1,4	5,3	0,5	39,4	226

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,0	0,05	0,7	17	48	7	0,7

Выход: 60

Технология приготовления: Размягченное масло растирают с сахарным песком до белого цвета, добавляют постепенно сметану, йодированную соль, растворенный разрыхлитель, а затем всыпают просеянную муку с витаминно-минеральной смесью «Валетек-8» и замешивают тесто в течение 1–4 минут. Приготовленное тесто раскатывают в виде пласта толщиной 3–4 мм, смазывают яйцом, посыпают корицей, смешанной с сахаром, вынимают круглой выемкой лепешки и придают им форму бантика. Или нарезают ромбиками и перекручивают в виде бантика. Выкладывают на листы и выпекают при температуре 200–220 °С в течение 7–10 минут.

Требования к качеству: Изделия имеют форму бантика. Равномерно посыпаны корицей, смешанной с сахаром. Цвет светло-коричневый, консистенция рассыпчатая. Влажность: не более 14,50%

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 647

Наименование блюда: **Булочка «Алтайская»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Мука пшеничная в/с	38	38						
Мука пшеничная (на подпыл)	1	1						
Дрожжи прессованные	0,95	0,95						
Морковь	5,3	3,8						
Масса моркови отварной протертой	-	3,8						
Соль	0,4	0,4						
Масло растительное	2	2						
Яйца (для смазки)	1/40 шт.	0,95						
Вода	14	14						
Масса полуфабриката	-	58						
ИТОГО:			4,3	0,1	2,6	2,5	24,2	137

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	1,0	0,00	1,5	8	35	8	0,5

Выход: 50

Технология приготовления: Дрожжевое тесто готовят опарным способом с добавлением в опару пюре из отварной протертой моркови и витаминно-минеральной смеси «Валетек-8». Из теста формуют шарики массой 58 г, кладут их швом вниз на смазанные жиром листы и ставят в теплое место для расстойки на 20–25 мин. Перед выпечкой на поверхности делают три-четыре косых надреза. Выпекают 10–12 мин при температуре 230–240 °С.

Требования к качеству: Форма круглая, поверхность с тремя-четырьмя косыми неглубокими надрезами. Консистенция: мякиш хорошо пропечен, пористый. Цвет изделия от желтого до светло-коричневого. Цвет мякиша с желтым оттенком. Вкус приятный с легким привкусом и ароматом моркови. Влажность: не более 38%

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 648

Наименование блюда: **Булочка «Веснушка»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Мука пшеничная в/с	42	42						
Мука пшеничная на подпыл	0,85	0,85						
Сахар	4,3	4,3						
Дрожжи прессованные	1,3	1,3						
Соль	0,4	0,4						
Масло сливочное	3,8	3,8						
или растительное	3,8	3,8						
Яйца (для смазки)	1/30 шт	1,3						
Изюм	2,1	2,1						
Вода	17,2	17,2						
Масса теста		69						
Масса полуфабриката		70						
ИТОГО:			4,8	0,2	3,8	0,5	31,4	179

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	0,0	0,03	0,7	10	40	8	0,6

Выход: 60

Технология приготовления: Из дрожжевого теста, приготовленного опарным способом, с добавлением витаминно-минеральной смеси «Валетек-8», формуют шарики, кладут их в формы или на смазанные маслом листы, на расстоянии 3–4 см друг от друга и ставят в теплое место для расстойки на 30–40 минут. Поверхность смазывают яйцами, делают 3–4 притиски изюмом. Выпекают в течение 8–10 минут при температуре 230 °С.

Требования к качеству: Булочка круглой формы, с тремя-четырьмя притисками изюма. Поверхность от светло-коричневого до коричневого цвета. Мякиш белый, равномерно пористый. Вкус приятный, в меру соленый. Влажность: не более 35,00%. Кислотность: не более 2,5°

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 649

Наименование блюда: **Булочка «Нежная»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергет. ценность, ккал
			Б		Ж		У	
	Брутто	Нетто	Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Мука пшеничная в/с	37,8	37,8						
Сахар	7,2	7,2						
Масло сливочное	7,8	7,8						
Соль	0,36	0,36						
Дрожжи прессованные	1	1						
Сыворотка молочная	14,8	14,8						
Масса теста	-	67						
Крошка:								
Мука пшеничная	1,2	1,2						
Масло сливочное	1,2	1,2						
Масло для смазки булочек	1,2	1,2						
Масло раст. для смазки листов	1,5	1,5						
ИТОГО:			3,9	0,2	8,0	1,0	30,7	210

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B_1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,0	0,04	0,6	16	37	6	0,5

Выход: 60

Технология приготовления: Тесто готовят безопарным способом, с добавлением витаминно-минеральной смеси «Валетек-8». Из теста формуют сочни овальной формы массой 67 г; сверху делают 3–4 надреза. Сформованные булочки кладут на лист, дают хорошо расстояться, сверху смазывают маслом, посыпают крошкой. Для приготовления крошки муку и масло тщательно перемешивают, а затем протирают через сито. Выпекают 8–10 минут при температуре 230–240 °С.

Требования к качеству: Поверхность булочек неровная с золотистым колером, отделана крошкой. Форма овальная. Мякиш равномерно пористый. Вкус приятный, в меру соленый. Влажность: не более 36,00%.

20. Приложения

Приложение 1

Рекомендуемые среднесуточные наборы пищевых продуктов, в том числе используемые для приготовления блюд и напитков для обучающихся общеобразовательных учреждений
(Извлечение СанПиН 2.4.5.2409-08)

Наименование продуктов	Количество продуктов в зависимости от возраста обучающихся			
	в г, мл, брутто		в г, мл, нетто	
	7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	80	120	80	120
Хлеб пшеничный	150	200	150	200
Мука пшеничная	15	20	15	20
Крупы, бобовые	45	50	45	50
Макаронные изделия	15	20	15	20
Картофель	250*	250*	188	188
Овощи свежие, зелень	350	400	280**	320**
Фрукты (плоды) свежие	200	200	185**	185**
Фрукты (плоды) сухие, в т.ч. шиповник	15	20	15	20
Соки плодоовощные, напитки витаминизированные, *в т.ч. инстантные*	200	200	200	200
Мясо жилованное (мясо на кости) I кат.	77 (95)	86 (105)	70	78
Цыплята I категории потрошеные (куры I кат. п/п)	40 (51)	60 (76)	35	53
Рыба-филе	60	80	58	77
Колбасные изделия	15	20	14,7	19,6
Молоко (массовая доля жира 2,5%, 3,2%)	300	300	300	300
Кисломолочные продукты (массовая доля жира 2,5%, 3,2%)	150	180	150	180
Творог (массовая доля жира не более 9 %)	50	60	50	60
Сыр	10	12	9,8	11,8
Сметана (массовая доля жира не более 15 %)	10	10	10	10
Масло сливочное	30	35	30	35
Масло растительное	15	18	15	18
Яйцо диетическое	1 шт.	1 шт.	40	40
Сахар***	40	45	40	45
Кондитерские изделия	10	15	10	15
Чай	0,4	0,4	0,4	0,4
Какао	1,2	1,2	1,2	1,2
Дрожжи хлебопекарные	1	2	1	2
Соль	5	7	5	7

Примечание:

* Масса брутто приводится для нормы отходов 25 %.

** Масса нетто является средней величиной, которая может меняться в зависимости от исходного вида овощей и фруктов и сезона года. При формировании меню целесообразно обеспечивать выполнение натуральных норм питания в соответствии с данными, приведенными в столбце нетто.

*** В том числе для приготовления блюд и напитков, в случае использования продуктов промышленного выпуска, содержащих сахар (сгущенное молоко, кисели и др.) выдача сахара должна быть уменьшена в зависимости от его содержания в используемом готовом продукте.

Приложение II

Рекомендуемые наборы пищевых продуктов для обучающихся образовательных учреждений начального и среднего профессионального образования при 2-х и 4-х разовом питании
(Извлечение СанПиН 2.4.5.2409-08)

Наименование продуктов	Единица измерения	Количественные величины в брутто	
		при 4-х разовом питании	при 2-х разовом питании
Мясо	грамм	160	130
Колбасные изделия	грамм	10	5
Субпродукты	грамм	30	15
Рыба, в т.ч.:	грамм	70	60
сельдь	грамм	5	5
Яйцо	штук	0,7	0,5
Молоко и кисломолочные продукты	грамм	300	100
Творог полужирный	грамм	60	35
Сметана 30% жирности	грамм	15	10
Сыр	грамм	15	10
Масло сливочное, в т.ч.:	грамм	25	25
порционное	грамм	20	20
Маргарин	грамм	30	20
Масло растительное	грамм	15	10
Макаронные изделия	грамм	20	10
Крупы	грамм	60	40
Бобовые	грамм	8	5
Мука пшеничная	грамм	50	15
Сухари пшеничные	грамм	10	5
Крахмал	грамм	3	2
Сахар, в т.ч. кондитерские изделия	грамм	80	40
Картофель	грамм	300	210
Овощи	грамм	350	250
Томат-пюре	грамм	10	10
Сухофрукты	грамм	15	10
Кофейный напиток	грамм	2	2
Чай	грамм	2	1
Какао	грамм	0,5	0,5
Желатин	грамм	0,3	0,3
Фрукты свежие или сок	грамм	85	60
Специи	грамм	2	1,5
Соль	грамм	10	7
Дрожжи	грамм	1	-
Хлеб пшеничный	грамм	280	180
Хлеб ржаной	грамм	170	120

Приложение III

Рекомендуемый ассортимент пищевых продуктов для организации дополнительного питания обучающихся
(Извлечение из СанПиН 2.4.5.2409-08)

№ п/п	Наименование пищевых продуктов	Масса (объем) порции, упаковки	Примечание
1.	Фрукты (яблоки, груши, мандарины, апельсины, бананы и др.)	–	реализуются, предварительно вымытые, поштучно в ассортименте, в том числе в упаковке из полимерных материалов
2.	Вода питьевая, расфасованная в емкости (бутилированная), негазированная	до 500 мл	реализуется в потребительской упаковке промышленного изготовления
3.	Чай, какао-напиток или кофейный напиток с сахаром, в том числе с молоком	200 мл	горячие напитки готовятся непосредственно перед реализацией или реализуются в течение 3-х часов с момента приготовления на мармите
4.	Соки плодовые (фруктовые) и овощные, нектары, нистантные витаминизированные напитки	до 500 мл	реализуются в ассортименте, в потребительской упаковке промышленного изготовления
5.	Молоко и молочные напитки стерилизованные (2,5% и 3,5% жирности)	до 500 мл	реализуются в ассортименте, в потребительской упаковке промышленного изготовления
6.	Кисломолочные напитки (2,5%, 3,2% жирности)	до 200 г	реализуются при условии наличия охлаждаемого прилавка, в ассортименте, в потребительской упаковке промышленного изготовления
7.	Изделия творожные кроме сырков творожных (не более 9% жирности)	до 125 г	реализуются при условии наличия охлаждаемого прилавка, в ассортименте, в потребительской упаковке промышленного изготовления
8.	Сыры сычужные твердые для приготовления бутербродов	до 125 г	реализуются в ассортименте, в потребительской упаковке
9.	Хлебобулочные изделия	до 100 г	реализуются в ассортименте, в потребительской упаковке
10.	Орехи (кроме арахиса), сухофрукты	до 50 г	реализуются в ассортименте, в потребительской упаковке
11.	Мучные кондитерские изделия промышленного (печенье, вафли, мини-кексы, пряники) и собственного производства, в т.ч. обогащенные микронутриентами (витаминизированные)	до 50 г	реализуются в ассортименте, в потребительской упаковке промышленного изготовления
12.	Кондитерские изделия сахарные (ирис тиражный, зефир, кондитерские батончики, конфеты, кроме карамели), в т.ч. обогащенные микронутриентами (витаминизированные), шоколад	до 25 г	реализуются в ассортименте, в потребительской упаковке

Приложение IV

Нормы питания воспитанников детских домов и школ-интернатов для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей , в т.ч. для учащихся ПТУ из числа детей-сирот и детей оставшихся без попечения родителей

(Извлечение из постановления правительства РФ от 7.11. 2005 г. № 659)

Наименование продуктов питания (Вес брутто, г.)	Возраст				
	12 - 18 месяцев*	18 месяцев - 3 года	3 - 7 лет	7 - 11 лет	12 - 18 лет
Хлеб ржаной	20	30	50	100	150
Хлеб пшеничный	60	70	90	200	250
Мука пшеничная	16	16	25	40	42
Мука картофельная	-	-	2	4	4
Крупы, бобовые, макаронные изделия	40	45	45	60	75
Картофель	150	180	240	300	400
Овощи и зелень	150	200	300	400	475
Фрукты свежие	-	250	260	300	300
Фруктовое пюре	250	-	-	-	-
Соки фруктовые	150	150	200	200	200
Фрукты сухие	10	15	15	15	20
Сахар	30	35	55	65	70
Кондитерские изделия	15	20	25	30	30
Кофе (кофейный напиток)	1	1	2	2	2
Какао	-	-	0,3	2	2
Чай	0,2	0,2	0,2	2	2
Мясо 1-й категории	80	100	100	110	110
Мясное пюре	24	-	-	-	-
Куры 1-й категории полупотрошеные	20	20	30	40	50
Рыба-филе, сельдь	25	27	42	80	110
Колбасные изделия	-	-	10	25	25
Молоко, кисломолочные продукты	600	600	550	500	500
Творог (9-процентный)	25	50	50	60	70
Творог детский	25	-	-	-	-
Сметана	5	8	10	10	11
Сыр	5	10	10	12	12
Масло сливочное	25	30	35	45	51
Масло растительное	5	7	10	15	19
Яйцо диетическое (штук)	0,5	1	1	1	1
Дрожжи хлебопекарные	0,3	0,3	0,4	2	2
Соль	1,5	3	5	6	8
Специи	-	1	1	2	2

Примечание:

В летний оздоровительный период (до 90 дней), в воскресенье, праздничные и каникулярные дни сложившаяся норма расходов на питание увеличивается на 10% в день на каждого человека.

Приложение V

Рекомендуемые среднесуточные наборы пищевых продуктов, в том числе, используемые для приготовления блюд и напитков для детей в загородных оздоровительных учреждениях

(Извлечение из СанПиН 2.4.4.3155-13)

Наименование продуктов	Количество продуктов в зависимости от возраста детей			
	в г, мл, брутто		в г, мл, нетто	
	с 7 до 10 лет	11 лет и старше	с 7 до 10 лет	11 лет и старше
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	80	120	80	120
Хлеб пшеничный	150	200	150	200
Мука пшеничная	15	20	15	20
Крупы, бобовые	45	50	45	50
Макаронные изделия	15	20	15	20
Картофель	250**	250**	188	188
Овощи свежие, зелень	350	400	280***	320***
Фрукты (плоды) свежие	200	200	185***	185***
Фрукты (плоды) сухие, в том числе шиповник	15	20	15	20
Соки плодоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные	200	200	200	200
Мясо жилованное (мясо на кости) 1 кат.	77 (95)	86 (105)	70	78
Цыплята 1 категории потрошенные (куры 1 кат. п/п)	40 (51)	60 (76)	35	53
Рыба-филе	60	80	58	77
Колбасные изделия	15	20	14,7	19,6
Молоко (массовая доля жира 2,5%, 3,2%)	300	300	300	300
Кисломолочные продукты (массовая доля жира 2,5% 3,2%)	150	180	150	180
Творог (массовая доля жира *не более* 9 %)	50	60	50	60
Сыр	10	12	9,8	11,8
Сметана (массовая доля жира не более 15 %)	10	10	10	10
Масло сливочное	30	35	30	35
Масло растительное	15	18	15	18
Яйцо диетическое	1 шт.	1 шт.	40	40
Сахар****	40	45	40	45
Кондитерские изделия	10	15	10	15
Чай	0,4	0,4	0,4	0,4
Какао	1,2	1,2	1,2	1,2
Дрожжи хлебопекарные	1	2	1	2
Соль	5	7	5	7

Примечание:

* Рекомендуется увеличивать нормы на 10-15% при повышенных энерготратах.

**Масса брутто приводится для нормы отходов 25%.

*** Масса нетто является средней величиной, которая может меняться в зависимости от исходного вида овощей и фруктов и сезона года. При формировании меню целесообразно обеспечивать выполнение натуральных норм питания в соответствии с данными, приведенными в столбце нетто.

**** В том числе для приготовления блюд и напитков; в случае использования продуктов промышленного выпуска, содержащих сахар (сгущенное молоко, кисели и другие) выдача сахара должна быть уменьшена в зависимости от его содержания в используемом готовом продукте.

Приложение VI

Рекомендуемые среднесуточные наборы пищевых продуктов, в том числе используемые для приготовления блюд и напитков для детей и подростков оздоровительных учреждений

(Извлечение из СанПиН 2.4.4.2599-10)

Наименование продуктов	Количество продуктов в зависимости от возраста обучающихся			
	в г, мл, брутто		в г, мл, нетто	
	7 - 10 лет	11 лет и старше	7 - 10 лет	11 лет и старше
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	80	120	80	120
Хлеб пшеничный	150	200	150	200
Мука пшеничная	15	20	15	20
Крупы, бобовые	45	50	45	50
Макаронные изделия	15	20	15	20
Картофель	250 <*>	250 <*>	188	188
Овощи свежие, зелень	350	400	280 <**>	320 <**>
Фрукты (плоды) свежие	200	200	185 <**>	185 <**>
Фрукты (плоды) сухие, в т.ч. шиповник	15	20	15	20
Соки плодоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные	200	200	200	200
Мясо жилованное (мясо на кости) 1 кат.	77 (95)	86 (105)	70	78
Цыплята 1 категории потрошеные (куры 1 кат. п/п)	40 (51)	60 (76)	35	53
Рыба-филе	60	80	58	77
Колбасные изделия	15	20	14,7	19,6
Молоко (массовая доля жира 2,5%, 3,2%)	300	300	300	300
Кисломолочные продукты (массовая доля жира 2,5%, 3,2%)	150	180	150	180
Творог (массовая доля жира не более 9%)	50	60	50	60
Сыр	10	12	9,8	11,8
Сметана (массовая доля жира не более 15%)	10	10	10	10
Масло сливочное	30	35	30	35
Масло растительное	15	18	15	18
Яйцо диетическое	1 шт.	1 шт.	40	40
Сахар <***>	40	45	40	45
Кондитерские изделия	10	15	10	15
Чай	0,4	0,4	0,4	0,4
Какао	1,2	1,2	1,2	1,2
Дрожжи хлебопекарные	1	2	1	2
Соль	5	7	5	7

Примечание:

<*> Масса брутто приводится для нормы отходов 25%.

<**> Масса нетто является средней величиной, которая может меняться в зависимости от исходного вида овощей и фруктов и сезона года. При формировании меню целесообразно обеспечивать выполнение натуральных норм питания в соответствии с данными, приведенными в столбце нетто.

<***> В том числе для приготовления блюд и напитков, в случае использования продуктов промышленного выпуска, содержащих сахар (сгущенное молоко, кисели и др.), выдача сахара должна быть уменьшена в зависимости от его содержания в используемом готовом продукте.

Приложение VII

Рекомендуемые среднесуточные наборы продуктов (нормы питания) для питания детей и подростков, больных и инфицированных туберкулезом в противотуберкулезных стационарах, санаториях и амбулаторных условиях

(Извлечение из письма Минздравсоцразвития РФ от 10.05.2007 №15-3/839-09, табл. 1)

Наименование продуктов	Количество продуктов в г, брутто			
	1-3 года	4-6 лет	7-10 лет	11-17 лет
Хлеб пшеничный	60	100	150	200
Хлеб ржаной	40	50	100	150
Мука пшеничная	20	50	50	55
Мука картофельная	2	3	3	3
Крупы, бобовые, макаронные изделия	35	50	65	80
Картофель	150	250	300	350
Овощи разные, зелень	200	300	350	400
Фрукты и ягоды свежие/сухие	100/10	200/15	200/20	250/30
Соки фруктовые, овощные, ягодные	150	200	200	200
Мясо 1 категории	100	120	150	180
Птица 1 кат. потрошеная/куры (филе из грудной части)	0/15	40/0	45/0	55/0
Колбасные изделия	0	10	10	15
Рыба (филе)	30	40	50	60
Сельдь, икра	3	6	6	10
Морепродукты	0	15	15	20
Молоко и кисломолочные продукты	500	500	500	500
Творог 9%	50	60	70	80
Сметана	10	12	15	15
Сыр	5	10	10	15
Яйца, шт.	1/2	1	1	1
Масло сливочное/растительное	30/5	35/10	40/15	45/20
Сахар/кондитерские изделия	50 /10	55/15	60/20	60/25
Чай	0,5	0,5	1	1
Кофейный напиток, какао	2	2	3	4
Дрожжи	0,5	1	1	2
Соль, специи	4	5	8	10
Орехи (очищенные)	5	5	10	10
Сухие витаминизированные напитки	5	5	10	10

Приложение VIII

Распределение калорийности рациона питания у детей организованных коллективов при различных режимах

Вид учреждения	Прием пищи	Доля суточной потребности в пищевых веществах и энергии
Детское дошкольное образовательное учреждение (с 10 часовым пребыванием) **СанПиН 2.4.1.2660-10**	Завтрак /2 завтрак	20%/5%
	Обед	35%
	Полдник	15%
	Ужин дома	25%
Детское дошкольное образовательное учреждение (с 12-ти часовым пребыванием) **СанПиН 2.4.1.2660-10**	Завтрак /2 завтрак	20%/5%
	Обед	35%
	Полдник	15%
	Ужин	25%
Детское дошкольное образовательное учреждение с круглосуточным пребыванием детей **СанПиН 2.4.1.2660-10**	Завтрак /2 завтрак	20%/5%
	Обед	35%
	Полдник	15%
	Ужин	20%
	Второй ужин	5%
Образовательные учреждения (школы, лицеи, гимназии) **СанПиН 2.4.5.2409-08**	Завтрак в школе (I смена)	20-25%
	Обед в школе	30-35%
	Полдник в школе	10%
Образовательные учреждения (школы, лицеи, гимназии) **СанПиН 2.4.5.2409-08**	Обед в школе	30-35%
	Полдник в школе (II смена)	20-25%
Общеобразовательные учреждения с круглосуточным пребыванием детей (школы-интернаты, др.) Вариант первый **СанПиН 2.4.5.2409-08**	Завтрак	20-25%
	Второй завтрак	10%
	Обед	30-35%
	Полдник	10%
	Ужин	25-30%
Общеобразовательные учреждения с круглосуточным пребыванием детей (школы-интернаты, др.) Вариант второй **СанПиН 2.4.5.2409-08**	Завтрак	20-25%
	Обед	30-35%
	Полдник	15%
	Ужин	25-30%
	Второй ужин	5-10%
Учреждения начального и среднего профессионального образования **СанПиН 2.4.5.2409-08**	Завтрак в ОУ	20-25%
	Обед в ОУ	30-35%
	Полдник в ОУ	10%
Детские дома, школы-интернаты для детей сирот **СП 2.4.990-00**	Завтрак	20-25%
	Обед	30-35%
	Полдник	15%
	Ужин	25-30%
	Второй ужин	5-10%
Приюты (круглосуточного пребывания детей) **СанПиН 2.4.1201-03**	Завтрак	20-25%
	Обед	30-35%
	Полдник	15%
	Ужин	25-30%
	Второй ужин	5-10%
Загородные оздоровительные учреждения **СанПиН 2.4.4.1204-03**	Завтрак	25%
	Обед	35%
	Полдник	15%
	Ужин	25%
	Второй ужин	5%
Оздоровительные учреждения с дневным пребыванием детей **СанПиН 2.4.4.2599 -10**	Завтрак	25%
	Обед	35%
	Полдник	15%

Приложение IX

Рекомендуемые объемы порций для детей разного возраста для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации (социальные приюты, социально-реабилитационные центры для несовершеннолетних, центры помощи детям)

(Извлечение из СанПиН 2.4.1201-03)

	Наименование блюд	Возраст детей	
		от 3 до 6 лет	школьники
Завтрак	Каша (овощное блюдо)	200	300
	Яичное, творожное, мясное, рыбное блюдо	80	100
	Кофе, чай, молоко	180 - 200	200
Обед	Салат, закуска	60	80-100
	Первое блюдо	200	300-400
	Блюдо из мяса, рыбы, птицы	80	100-120
	Гарнир	130-150	180-230
	Третье блюдо (компот, сок)	180	200
Полдник	Кефир, молоко	200	200
	Булочка, выпечка (печенье, вафли)	80	100
	Свежие фрукты	150	200
Ужин	Овощное, творожное блюдо, каша	200	300
	Печень, рыба, сосиски	60	80-100
	Молоко, чай	200	200
	Свежие фрукты	50	70
Хлеб на весь день:	пшеничный /ржаной	100/60	150/200

Приложение X

Рекомендуемые объемы порций для детей разного возраста в детских домах и школах-интернатах для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей

(Извлечение из СП 2.4.990-00)

	Наименование блюд	Возраст детей	
		от 3 до 6 лет	школьники
Завтрак	Каша (овощное блюдо)	200	300
	Яичное, творожное, мясное блюдо	80	100
	Кофе	180 – 200	200
Обед	Салат, закуска	60	80-100
	Первое блюдо	200	300-400
	Блюдо из мяса, рыбы, птицы	80	100-120
	Гарнир	130-150	180-230
	Третье блюдо (компот, сок)	180 – 200	200
Полдник	Кефир, молоко	200	200
	Булочка, пирог	80	100
	Фрукты, ягоды	150	200
Ужин	Овощное, творожное блюдо, каша	200	300
	Печень, рыба, сосиски	60	80-100
	Молоко, чай	200	200
	Свежие фрукты	50	70
Хлеб на весь день:	пшеничный/ржаной	100/60	150/200

Приложение XI

Рекомендуемые объемы порций для обучающихся различного возраста

(Приложение 3 к СанПиН 2.4.5.2409-08)

Название блюд	Масса порций в граммах для обучающихся двух возрастных групп	
	с 7 до 11 лет	с 11 лет и старше
Каша, овощное, яичное, творожное, мясное блюдо	150-200	200-250
Напитки (чай, какао, сок, компот, молоко, кефир и др.)	200	200
Салат	60-100	100-150
Суп	200-250	250-300
Мясо, котлета	80-120	100-120
Гарнир	150-200	180-230
Фрукты	100	100

Приложение XII

Рекомендуемые объемы блюд для детей в загородных оздоровительных учреждениях различных возрастных групп (г, мг) (Извлечение из СанПиН 2.4.4.3155-13)

Наименование блюд	Возраст детей (годы)	
	7-10	11-17
Завтрак		
Каша, овощное блюдо	220	250
Яичное, творожное, мясное, рыбное блюдо	70	80
Сыр	15	20
Масло сливочное	10	10
Кофейный напиток, какао, чай, молоко	200	200
2 завтрак		
Молоко, кисломолочный напиток, сок	200	200
Фрукты свежие	200	200
Обед		
Салат	70	80
Первое блюдо (суп)	250	350
Блюдо из мяса	90	100
Блюдо из птицы	110	130
Блюдо из рыбы	110	130
Гарнир	150	200
Напиток	200	200
Полдник		
Кисломолочный напиток, молоко, чай	200	200
Булочные или мучные кулинарные изделия / мучные кондитерские изделия	90/30	90/30
Творог	100	100
Фрукты свежие	200	250
Ужин		
Овощное блюдо, каша	220	250
Блюдо из мяса	90	100
Блюдо из птицы	110	130
Блюдо из рыбы	110	130
Чай	200	200
Перед сном		
Кисломолочный напиток	200	200

Примечание: * без учета повышенных энерготрат

Приложение XIII

Рекомендуемые объемы порций для детей в оздоровительных учреждениях с дневным пребыванием детей в период каникул (Извлечение из СанПиН 2.4.4.2599 -10)

Название блюд	Масса порций в граммах для обучающихся двух возрастных групп	
	с 7 до 10 лет	с 11 лет и старше
Каша, овощное, яичное, творожное, мясное блюдо	150 - 200	200 - 250
Напитки (чай, какао, сок, компот, молоко, кефир и др.)	200	200
Салат	60 - 100	100 - 150
Суп	200 - 250	250 - 300
Мясное, рыбное блюдо	75 - 120	100 - 120
Гарнир	150 - 200	180 - 230
Фрукты	100	100

Приложение XIV

Замена продуктов с учетом их пищевой ценности[1]

(Приведено в соответствии с таблицей замены из Приложения к Инструктивному письму Министерства просвещения СССР №42-М от 11 июня 1984 г)

Наименование заменяемых продуктов и продуктов-заменителей	Коли-чество, г	Химический состав			Добавить к суточному рациону (+), снять (–), г
		Белки	Жиры	Углеводы	
Замена мяса (100 г)					
Мясо говядина	100	20,2	7,0	–	
Мясо кролика	98	20,3	12,6	–	Масло сливочное – 6,8
Баранина II кат.	97	20,2	8,7	–	Масло сливочное – 2,1
Конина I кат.	104	20,3	10,3	–	Масло сливочное – 4,0
Мясо лося	95	20,3	1,6	–	Масло сливочное + 6,5
Оленина	104	20,3	8,8	–	Масло сливочное – 2,2
Печень говяжья	116	20,3	3,6	–	Масло сливочное + 4,1
Печень свиная	107	20,2	3,8	–	Масло сливочное + 3,9
Куры II кат.	97	20,1	8,5	–	Масло сливочное – 1,8
Яичный порошок	45	20,2	16,8	3,2	Масло сливочное – 11,9
Рыба (треска)	115	20,1	0,7	–	Масло сливочное + 7,6
Творог (полужирный)	121	20,2	10,9	1,6	Масло сливочное – 4,7 Сахар – 1,6
Консервы мясные	120	20,2	22,0	–	Масло сливочное – 18,1
Молоко цельное*	480	14,74	13,98	21,17	Масло сливочное – 13,0
Яйцо куриное*	140	14,78	14,04	0,6	Масло сливочное – 11,0
Замена молока (100 г)					
Молоко цельное	100	2,8	3,2	4,7	
Молоко сухое цельное	11	2,8	2,7	4,7	Масло сливочное + 0,6 Сахар + 0,4
Молоко сухое обезжиренное	7,5	2,8	0,1	3,7	Масло сливочное + 3,7 Сахар + 1,0
Молоко стерилизованное сгущенное (без сахара)	40	2,7	3,1	3,8	Сахар + 1,0
Молоко сгущенное с сахаром	39	2,8	3,3	21,8	Сахар – 17,1
Сливки сухие	12	2,8	5,1	3,1	Масло сливочное – 2,3 Сахар + 1,6
Сливки сгущенные с сахаром	35	2,8	6,6	16,4	Масло сливочное – 4,1 Сахар – 11,7
Творог полужирный	17	2,8	1,5	0,2	Масло сливочное + 2,0 Сахар + 4,5
Рыба (треска)	16	2,8	0,1	–	Масло сливочное + 3,7 Сахар + 4,7
Сыр (пошехонский)	11	2,8	2,9	–	Масло сливочное + 0,4 Сахар + 4,7
Яйцо куриное	22	22	2,8	0,1	Масло сливочное + 0,8 Сахар + 4,6
Яичный порошок	6	2,7	2,2	0,4	Масло сливочное + 1,2 Сахар + 4,3
Замена творога (100 г)					
Творог полужирный	100	16,7	9,0	1,3	
Мясо (говядина)	83	16,8	5,8	–	Масло сливочное + 3,9 Сахар + 1,3
Рыба (треска)	95	16,0	0,6	–	Масло сливочное + 10,2 Сахар + 1,3
Замена яйца, 1 шт. (41 г)					
Яйцо куриное	41	5,2	4,7	0,3	
Творог полужирный	31	5,2	2,8	0,4	Масло сливочное + 2,3
Мясо(говядина)	26	5,2	1,8	–	Масло сливочное + 3,5
Рыба (треска)	30	5,2	0,2	–	Масло сливочное + 5,4 Сахар + 0,3

Наименование заменяемых продуктов и продуктов-заменителей	Коли-чество, г	Химический состав			Добавить к суточному рациону (+), снять (–), г
		Белки	Жиры	Углеводы	
Молоко цельное	186	5,2	5,9	8,7	Масло сливочное – 1,5 Сахар – 8,4
Сыр (пошехонский)	20	5,2	5,3	–	Масло сливочное – 0,7 Сахар + 0,3
Яичный порошок	11,5	5,3	4,3	0,8	Масло сливочное + 0,5 Сахар – 0,5
Замена рыбы (100 г)					
Рыба (треска)	100	17,5	0,6	–	
Мясо (говядина)	87	17,6	6,0	–	Масло сливочное – 1,5
Творог **полужирный**	105	17,5	9,5	1,4	Масло сливочное – 1,8 Сахар – 2,8
Яичный порошок	39	17,5	14,5	2,8	Масло сливочное – 16,8 Сахар – 2,8
Замена картофеля (100 г)					
Картофель	100	2,0	0,1	19,7	
Капуста **белокочанная**	111	2,0	–	6,0	Сахар + 13,7
Капуста **цветная**	80	2,0	–	3,9	Сахар + 15,8
Морковь	154	2,0	0,15	5,6	Сахар + 14,1
Свекла	118	2,0	–	12,7	Сахар + 7,0
Бобы (фасоль)	33	2,0	–	2,7	Сахар + 17,0
Горошек зеленый	40	2,0	–	5,3	Сахар + 14,4
Горошек зеленый консервированный	64	2,0	0,1	4,5	Сахар + 15,2
Свекла натуральная консервированная	167	2,0	–	11,8	Сахар + 7,9
Замена хлеба (100 г)					
Хлеб белый пшеничный	100	8,1	1,2	46,6	
Мука **пшеничная**	77	8,2	0,9	56,3	Сахар – 9,7
Хлеб ржаной	111	8,1	1,3	50,3	Сахар – 3,8
Замена яблок свежих (100 г)					
Яблоки **свежие**	100	0,4	–	11,3	
Яблоки консервированные	200	0,4	–	48,0	Сахар – 36,3
Сок яблочный	90	0,4	–	10,5	Сахар + 0,8
Сок виноградный	133	0,4	–	21,6	Сахар – 13,3
Сок сливовый	133	0,4	–	21,4	Сахар – 10,1
Яблоки сухие	12	0,4	–	8,5	Сахар + 3,1
Чернослив сушеный	17	0,4	–	11,1	Сахар + 0,2
Абрикосы сухие (курага)	8	0,4	–	5,3	Сахар + 6,0
Виноград сушеный (изюм)	22	0,4	–	15,6	Сахар – 4,3

[1] **Примечания:**

1) В таблице масса продуктов и продуктов-заменителей указан в граммах НЕТТО, то есть в расчет принимается только съедобная часть продукта.

2) При расчете количества сливочного масла, на которое необходимо увеличить или уменьшить количество сливочного масла в рационе, следует учитывать, что в таблице приведены значения для сливочного масла с содержанием жира 82,5 г/100 г.

3) Добавление в суточный рацион питания сахара или масла сливочного не должно приводить к поступлению этих продуктов в количествах, превышающих нормы возрастной физиологической потребности детей и подростков в простых сахарах и животном жире

Таблица замены продуктов по белкам и углеводам
(Извлечение из СанПиН 2.4.5.2409-08, СанПиН 2.4.4.2599-10)

Наименование продуктов	Количество (нетто, г)	Химический состав			Добавить к суточному рациону или исключить
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Замена хлеба (по белкам и углеводам)					
Хлеб пшеничный	100	7,6	0,9	49,7	
Хлеб ржаной простой	150	8,3	1,5	48,1	
Мука пшеничная 1 сорт	70	7,4	0,8	48,2	
Макароны, вермишель	70	7,5	0,9	48,7	
Крупа **манная**	70	7,9	0,5	50,1	
Замена картофеля (по углеводам)					
Картофель	100	2,0	0,4	17,3	
Свекла	190	2,9	-	17,3	
Морковь	240	3,1	0,2	17,0	
Капуста белокочанная	370	6,7	0,4	17,4	
Макароны, вермишель	25	2,7	0,3	17,4	
Крупа манная	25	2,8	0,2	17,9	
Хлеб пшеничный	35	2,7	0,3	17,4	
Хлеб ржаной простой	55	3,1	0,6	17,6	
Замена свежих яблок (по углеводам)					
Яблоки свежие	100	0,4	-	9,8	
Яблоки сушеные	15	0,5	-	9,7	
Курага (без косточек)	15	0,8	-	8,3	
Чернослив	15	0,3	-	8,7	
Замена молока (по белку)					
Молоко	100	2,8	3,2	4,7	
Творог полужирный	20	3,3	1,8	0,3	
Творог **жирный**	20	2,8	3,6	0,6	
Сыр	10	2,7	2,7	-	
Говядина (1 кат.)	15	2,8	2,1	-	
Говядина (2 кат.)	15	3,0	1,2	-	
Рыба (филе трески)	20	3,2	0,1	-	
Замена мяса (по белку)					
Говядина (1 кат.)	100	18,6	14,0		
Говядина (2 кат.)	90	18,0	7,5		Масло +6 г
Творог полужирный	110	18,3	9,9		Масло +4 г
Творог жирный	130	18,2	23,4	3,7	Масло -9 г
Рыба (филе трески)	120	19,2	0,7	-	Масло +13 г
Яйцо	145	18,4	16,7	1,0	
Замена рыбы (по белку)					
Рыба (филе трески)	100	16,0	0,6	1,3	
Говядина 1 кат.	85	15,8	11,9	-	Масло -11г
Говядина 2 кат.	80	16,0	6,6	-	Масло -6 г
Творог полужирный	100	16,7	9,0	1,3	Масло -8 г
Творог жирный	115	16,1	20,7	3,3	Масло -20 г
Яйцо	125	15,9	14,4	0,9	Масло -13г
Замена творога					
Творог полужирный	100	16,7	9,0	1,3	
Говядина 1 кат.	90	16,7	12,6	-	Масло -3г.
Говядина 2 кат.	85	17,0	7,5	-	
Рыба (филе трески)	100	16,0	0,6	-	Масло +9 г
Яйцо	130	16,5	15,0	0,9	Масло -5г

Наименование продуктов	Количество (нетто, г)	Химический состав			Добавить к суточному рациону или исключить
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Замена яйца (по белку)					
Яйцо 1 шт.	40	5,1	4,6	0,3	
Творог полужирный	30	5,0	2,7	0,4	
Творог жирный	35	4,9	6,3	1,0	
Сыр	20	5,4	5,5	-	
Говядина 1 кат.	30	5,6	4,2	-	
Говядина 2 кат.	25	5,0	2,1	-	
Рыба (филе трески)	35	5,6	0,7	-	

Приложение XVI

Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд

№ пп	Наименование заменяемых продуктов	Масса продуктов брутто, кг	Наименование заменяющих продуктов	Эквивалентная масса продуктов брутто, кг	Кулинарное использование
1	2	3	4	5	6
1	Яйца без скорлупы	1,0	Яичный порошок	0,28	Запеканки, мучные изделия
2	Молоко коровье пастеризованное цельное	1,0	Молоко коровье цельное сухое	0,12	Супы, соусы, сладкие блюда, мучные изделия
3	Молоко коровье пастеризованное цельное	1,0	Молоко цельное сгущенное с сахаром (с уменьшением закладки в рецептуре сахара на 0,17 кг)	0,38	Сладкие блюда, напитки, кроме молочных коктейлей
4	Молоко коровье пастеризованное цельное	1,0	Молоко сгущенное стерилизованное в банках	0,46	Супы, соусы, сладкие блюда, мучные изделия
5	Молоко коровье пастеризованное цельное	1,0	Сливки сгущенные с сахаром (с уменьшением закладки в рецептуре масла коровьего несоленого на 0,07 кг и сахара на 0,18 кг)	0,48	Молочные каши, мучные изделия
6	Дрожжи хлебопекарные прессованные	1,0	Дрожжи хлебопекарные сухие	0,25	Мучные изделия
7	Сухари панировочные пшеничные из муки I сорта	1,0	Хлеб пшеничный из муки не ниже I сорта	1,56	Для панирования кулинарных изделий
8	Морковь столовая свежая	1,0	Морковь столовая сушеная	0,11	Супы, соусы, тушеные блюда
9	Томатное пюре с содержанием сухих веществ 12 %	1,0	Томатная паста с содержанием сухих веществ 25-30 %	0,4	Супы, соусы, тушеные блюда из мяса, рыбы, овощей
10	Томатное пюре с содержанием сухих веществ 12 %	1,0	Томатная паста с содержанием сухих веществ 25-40 %	0,3	Супы, соусы, тушеные блюда из мяса, рыбы, овощей
11	Томатное пюре с содержанием сухих веществ 12 %	1,0	Соус томатный острый	0,41	Супы, соусы, тушеные блюда из мяса, рыбы, овощей
12	Помидоры свежие	1,0	Томатное пюре с содержанием сухих веществ 12 %	0,46	Супы, соусы, тушеные блюда из мяса, рыбы, овощей
13	Ванилин	1,0	Ванильный сахар	20,0	Сладкие блюда, мучные изделия

Сухое молоко. Для получения одного литра восстановленного молока берут 120 г просеянного молочного порошка и 900 г кипяченой воды 35-40 °С. При более высокой температуре белки молока свертываются и теряют свойства набухать и растворяться. Сначала в порошок вливают немного воды, тщательно перемешивают до однородной полужидкой массы, затем постепенно вливают остальную воду. Сухие сливки, яичный порошок разводят так же, как сухое молоко.

Приложение XVII

Гигиенические требования к срокам годности и условиям хранения пищевых продуктов (извлечение из СанПиН 2.3.2. 1324-03).

Требования к регламентации сроков годности

1. Срок годности пищевого продукта определяется периодом времени, исчисляемым со дня его изготовления, в течение которого пищевой продукт пригоден к использованию, либо даты, до наступления которой пищевой продукт пригоден к использованию.

Период времени (дата) в течении которого (до наступления которой) пищевой продукт пригоден к использованию, следует определять с момента окончания технологического процесса его изготовления, и включает в себя хранение на складе организации-изготовителя, транспортирование, хранение в организациях продовольственной торговли и у потребителя после закупки.

2. Информация, наносимая на этикетку, о сроках годности пищевых продуктов должна предусматривать указание: часа, дня, месяца, года выработки для особо скоропортящихся продуктов, продуктов для детского и диетического питания, дня, месяца и года – для скоропортящихся продуктов; месяца и года – для нескоропортящихся продуктов, а также правил и условий их хранения и употребления.

3. Сроки годности скоропортящихся пищевых продуктов распространяются на продукты в тех видах потребительской и транспортной тары и упаковки, которые указаны в нормативной и технической документации на эти виды продуктов, и не распространяются на продукцию во вскрытой в процессе их реализации таре и упаковке или при нарушении её целостности.

4. Не допускается переупаковка и перефасовка скоропортящихся пищевых продуктов после вскрытия и нарушения целостности первичной упаковки или тары организации-изготовителя в организациях, реализующих пищевые продукты, с целью установления этими организациями новых сроков годности на продукт и проведение работы по обоснованию их длительности в новой упаковке или таре.

5. Скоропортящиеся пищевые продукты после вскрытия упаковки в процессе реализации следует реализовать в срок не более 12 часов с момента её вскрытия при соблюдении условий хранения (температура, влажность).

Для продуктов в специальных упаковках, препятствующих их непосредственному контакту с окружающей средой и руками работников, допускается устанавливать сроки хранения после вскрытия указанных упаковок в установленном порядке.

6. Не допускается повторное вакуумирование скоропортящихся пищевых продуктов, упакованных организациями-изготовителями в пленки под вакуумом, парогазонепроницаемые оболочки и в модифицированной атмосфере, организациями, реализующими пищевые продукты.

7. Размораживание (дефростация) замороженных пищевых продуктов организациями, реализующими пищевые продукты, не допускается.

8. Сроки годности нескоропортящихся пищевых продуктов, подлежащих расфасовке в потребительскую тару в процессе реализации, не должны превышать сроков годности продукта в первичной упаковке и должны отсчитываться со дня изготовления продукта организацией-изготовителем.

9. При обосновании сроков годности многокомпонентных пищевых продуктов должны учитываться сроки годности и условия хранения используемых компонентов. Резерв сроков годности используемых сырья и полуфабрикатов на момент выработки многокомпонентного продукта должен соответствовать сроку годности конечного продукта.

Требования к организациям, вырабатывающим пищевые продукты с пролонгированными сроками годности

1. Производство продукции с пролонгированными сроками годности допускается при наличии санитарно-эпидемиологического заключения на указанную продукцию.

2. Производство продукции должно осуществляться в организациях (цехах):

- отвечающих санитарным правилам для организации соответствующей отрасли промышленно-

сти и имеющих санитарно-эпидемиологическое заключение на вид деятельности по производству указанных пищевых продуктов, выданное в соответствии с установленным порядком;

- располагающих необходимым технологическим оборудованием, отвечающим требованием нормативной документации;

- имеющих стабильное снабжение сырьем и материалами, соответствующими гигиеническим требованиям безопасности и пищевой ценности и нормативной документации;

- на которых организован производственный контроль в установленном порядке.

Требования к хранению пищевых продуктов

1. Для скоропортящихся и особо скоропортящихся пищевых продуктов должны устанавливаться условия хранения, обеспечивающие пищевую ценность и безопасность их для здоровья человека.

2. Хранение пищевых продуктов должно осуществляться в установленном порядке при соответствующих параметрах температуры, влажности и светового режима для каждого вида продукции.

3. Количество продукции, хранящейся на складе организации-изготовителя или организации торговли, должно определяться объемом работающего холодильного оборудования (для продуктов, требующих охлаждения) или размерами складского помещения, достаточными для обеспечения соответствующих условий хранения в течение всего срока годности данного продукта.

4. Не допускается совместное хранение сырых продуктов и полуфабрикатов вместе с готовыми к употреблению пищевыми продуктами.

Требования к транспортированию пищевых продуктов

1. Условия транспортирования должны соответствовать установленным требованием на каждый вид пищевых продуктов, а также правилами перевозок скоропортящихся грузов, действующих на соответствующем виде транспорта.

2. Транспортирование пищевых продуктов осуществляется специально оборудованными транспортными средствами, на которые в установленном порядке выдается санитарный паспорт.

3. Скоропортящиеся продукты перевозятся охлаждаемым или изотермическим транспортом, обеспечивающим необходимые температурные режимы транспортирования.

4. Не допускается перевозить готовые пищевые продукты вместе с сырьем и полуфабрикатами. При транспортировании пищевых продуктов должны соблюдаться правила товарного соседства.

5. Не допускается перевозить пищевые продукты случайными транспортными средствами, а также совместно с непродовольственными товарами.

6. Пищевые продукты, поступающие на склады или предприятия торговли и общественного питания, должны сопровождаться документами, удостоверяющими их качество и безопасность (удостоверение о качестве, санитарно-эпидемиологическое заключение, при необходимости ветеринарное свидетельство).

7. Требования к прохождению медицинского осмотра и личной гигиене персонала, обслуживающего транспортирование пищевых продуктов и содержание транспортных средств, должны соответствовать санитарным правилам, предъявляемым к организациям торговли и общественного питания, изготовлению и обороту в них продовольственного сырья и пищевых продуктов.

Условия хранения, сроки годности особо скоропортящихся и скоропортящихся продуктов при температуре (4±2)°С

Наименование продукции	Срок годности	Часов/суток
1	2	3
Мясо и мясопродукты. Птица, яйца и продукты их переработки		
Полуфабрикаты мясные бескостные		
1. Полуфабрикаты крупнокусковые:		
мясо фасованное, полуфабрикаты порционные (вырезка бифштекс натуральный; лангет; антрекот; ромштекс; говядина, баранина, свинина духовая; эскалоп, шницель и др.) без панировки	48	часов
полуфабрикаты порционные (ромштекс, котлета натуральная из баранины и свинины, шницель) в панировке	36	-«-
2. Полуфабрикаты мелкокусковые:		
бефстроганов, азу, поджарка, гуляш, говядина для тушения, мясо для шашлыка, жаркое особое, мясное ассорти (без соусов и специй)	36	-«-
маринованные, с соусами	24	-«-
3. Полуфабрикаты мясные рубленые:		
формованные, в том числе в панировке, фаршированные (голубцы, кабачки)	24	-«-
комбинированные (котлеты мясокартофельные, мясорастительные, мясокапустные с добавлением соевого белка)	24	-«-
4. Фарши мясные (говяжий, свиной, из мяса других убойных животных, комбинированный):		
вырабатываемые мясоперерабатывающими предприятиями	24	-«-
вырабатываемые предприятиями торговли и общественного питания	12	-«-
5. Полуфабрикаты мясокостные (крупнокусковые, порционные, мелкокусковые)	36	-«-
6. Субпродукты убойных животных (печень, почки, язык, сердце, мозги)	24	-«-
Полуфабрикаты из мяса птицы		
7. Полуфабрикаты из мяса птицы натуральные:		
мясокостные, бескостные без панировки (тушка, подготовленная к кулинарной обработке, окорочка, филе, четвертины, цыплята табака, бедра, голени, крылья, грудки)	48	-«-
мясокостные, бескостные, в панировке, со специями, с соусом, маринованные	24	-«-
8. Полуфабрикаты из мяса птицы рубленые, в панировке и без нее	18	-«-
9. Фарш куриный	12	-«-
10. Субпродукты, полуфабрикаты из субпродуктов птицы	24	-«-
11. Наборы для студня, рагу, суповой	12	-«-
Кулинарные изделия - блюда готовые из мяса и мясопродуктов		
12 Мясо отварное (для холодных блюд; крупным куском, нарезанное на порции для первых и вторых блюд)	24	-«-
13. Мясо жареное тушеное (говядина и свинина, жареные для (холодных блюд; говядина и свинина жареные крупным куском, нарезанные на порции для вторых блюд, мясо шпигованное)	36	-«-
14. Изделия из рубленого мяса жареные (котлеты, бифштексы, биточки, шницели и др.)	24	-«-
15. Блюда из мяса	24	-«-
16. Пловы, пельмени, манты, беляши, блинчики, пироги	24	-«-
17. Гамбургеры, чизбургеры, сэндвичи готовые, пицца готовая	24	-«-
18. Желированные продукты из мяса: заливные, зельцы, студни, холодцы	12	-«-
19. Субпродукты мясные отварные (язык, вымя, сердце, почки, мозги), жареные	24	-«-
20. Паштеты из печени и/или мяса	24	-«-
Кулинарные изделия из мяса птицы		
21. Тушки и части тушек птицы копченые, копчено-запеченные и копчено-вареные	72	-«-
22. Блюда готовые из птицы жареные, отварные, тушеные	48	-«-
23. Блюда из рубленого мяса птицы, с соусами и/или с гарниром	12	-«-
24. Пельмени, пироги из мяса птицы	24	-«-
25. Желированные продукты из мяса птицы: зельцы, студни, холодцы, в т. ч. ассорти с мясом убойных животных	12	-«-
26. Паштеты из мяса птицы и субпродуктов	24	-«-
27. Яйца вареные	36	-«-
Колбасные изделия из мяса всех видов убойных животных, птицы		
28. Колбасы вареные, вырабатываемые по ГОСТу:		
высшего и первого сорта	72	-«-
второго сорта	48	-«-

29. Колбасы вареные по ГОСТ в парогазонепроницаемых оболочках:		
высшего сорта, деликатесные, с добавлением консервантов	10	суток
первого сорта	8	суток
второго сорта	7	суток
30. Сосиски, сардельки вареные, хлеба мясные, вырабатываемые по ГОСТу	72	часов
31. Сосиски, сардельки вареные в парогазонепроницаемых оболочках	7	суток
32. Колбасы, сосиски, сардельки вареные, нарезанные и упакованные под вакуумом, в условиях модифицированной атмосферы	5	суток
33. Продукты мясные вареные (окорочка, рулеты, свинина и говядина прессованные, ветчина, бекон, мясо свиных голов прессованное, баранина в форме)	72	часов
34 Продукты мясные вареные, нарезанные и упакованные под (вакуумом, в условиях модифицированной атмосферы)	5	суток
35.Колбасы пиверные, кровяные	48	-«-
36. Колбасы, сосиски, сардельки вареные с добавлением субпродуктов	48	-«-
37. Колбасные изделия вареные из мяса птицы (колбасы, мясные хлеба, рулеты, сосиски, сардельки, ветчина и др.):		
высшего сорта	72	-«-
первого сорта	48	-«-
38. Колбасные изделия вареные из мяса птицы, упакованные под вакуумом, в условиях модифицированной атмосферы	5	суток
Рыба, нерыбные объекты промысла и продукты, вырабатываемые из них		
Полуфабрикаты рыбные		
39. Рыба всех наименований охлажденная	48	часов при температуре 0-(-2)°С
40. Филе рыбное	24	-«- 0-(-2) °С
41. Рыба специальной разделки	24	-«- от -2 до +2°С
42. Фарш рыбный пищевой, формованные фаршевые изделия, в т. ч. с мучным компонентом	24	-«- от -2 до +2 °С
43. Ракообразные, двустворчатые моллюски живые, охлажденные	12	часов
Кулинарные изделия из рыбы с термической обработкой		
44. Рыба отварная, припущенная, жареная, тушеная, запеченная, фаршированная	36	-«-
45. Блюда из рыбной котлетной массы (котлеты, зразы, шницели, фрикадельки, пельмени), запеченные изделия, пироги	24	-«-
46. Рыба всех наименований и рулеты горячего копчения	48	-«*
47. Многокомпонентные изделия - солянки, пловы, закуски	24	-«-
48. Желированные продукты (студни, зельцы, рыба заливная)	24	-«-
Кулинарные изделия из рыбы без тепловой обработки		
49. Изделия рубленые из соленой рыбы (паштеты, пасты)	24	-«-
50. Салаты из рыбы и морепродуктов без заправки	12	-«-
51. Масло селедочное, икорное, крилевое и др.	24	-«-
52. Масло икорное, крилевое и др.	24	-«-
53. Раки и креветки вареные	12	-«-
54. Изделия структурированные ("крабовые палочки" и др.)	48	-«-
Кулинарные икорные продукты		
55. Кулинарные изделия с термической обработкой	48	-«-
56. Многокомпонентные блюда без термической обработки после смешивания	12	часов при температуре от -2 до +2°С
57 Пасты рыбные в полимерной потребительской таре	48	часов
Молоко и молочные продукты*, сыры		
58. Молоко, сливки, сыворотка молочная, пахта пастеризованные:		
в потребительской таре	36	-«-
во флягах и цистернах	36	-«-
59. Молоко топленое	5	суток
60. Жидкие кисломолочные продукты*	72	часов
61. Жидкие кисломолочные продукты, обогащенные бифидобактериями	72	-«-
62. Кумыс натуральный (из кобыльего молока), кумыс из коровьего молока	48	-«-
63. Ряженка	72	-«-
64. Сметана и продукты на ее основе	72	-«-
65. Творог и творожные изделия	72	-«-
66. Творог и творожные изделия термически обработанные	5	суток
67. Продукты пастообразные молочные белковые	72	часов

68. Блюда из творога - вареники ленивые, сырники творожные, начинки из творога, пироги	24	-«-
69. Запеканки, пудинги из творога	48	-«-
70. Сыр домашний	72	-«-
71. Сыры сливочные	5	суток
72. Сыры мягкие и рассольные без созревания	5	суток
73. Масло сырное	48	часов
*Продукция детских молочных кухонь***		
74. Кисломолочные продукты:		
74.1. Кефир:		
в бутылках	36	часов
в полимерной таре	72	-«-
74.2. Другие кисломолочные продукты	36	-«-
75. Творог детский	36	-«-
76. Творожные изделия	24	-«-
77. Продукты стерилизованные (смеси молочные адаптированные, молоко стерилизованное):		
в бутылках	48	-«-
в герметичной таре	10	суток
78. Продукты для лечебного и профилактического питания на сквашенной соевой или немолочной основе	36	часов
Овощные продукты		
Полуфабрикаты из овощей и зелени		
79. Картофель сырой очищенный сульфитированный	48	-«-
80. Капуста свежая зачищенная	12	-«-
81. Морковь, свекла, лук репчатый сырые очищенные	24	-«-
82. Редис, редька обработанные, нарезанные	12	-«-
83. Петрушка, сельдерей обработанные	24	-«-
84. Лук зеленый обработанный	18	-«-
85. Укроп обработанный	18	-«-
Кулинарные изделия		
86. Салаты из сырых овощей и фруктов:		
без заправки	18	-«-
с заправками (майонез, соусы)	12	-«-
87. Салаты из сырых овощей с добавлением консервированных овощей, яиц, и т.д.:		
без заправки	18	-«-
с заправками (майонез, соусы)	6	-«-
88. Салаты из маринованных, соленых, квашеных овощей	36	-«-
89. Салаты и винегреты из вареных овощей:		
без заправки и добавления соленых овощей	18	-«-
с заправками (майонез, соусы)	12	-«-
90. Блюда из вареных, тушеных, жареных овощей	24	-«-
91. Салаты с добавлением мяса, птицы, рыбы, копченостей:		
без заправки	18	-«-
с заправками (майонез, соусы)	12	-«-
92. Гарниры:		
рис отварной, макаронные изделия отварные, пюре картофельное	12	-«-
овощи тушеные	18	-«-
картофель отварной, жареный	18	-«-
93. Соусы и заправки для вторых блюд	48	-«-
Кондитерские и хлебобулочные изделия		
Полуфабрикаты тестовые		
94. Тесто дрожжевое для пирожков печеных и жареных, для кулебяк, пирогов и др. мучных изделий	9	-«-
95. Тесто слоеное пресное для тортов, пирожных и др. мучных изделий	24	-«-
96. Тесто песочное для тортов и пирожных	36	-«-
Кулинарные изделия		
97. Ватрушки, сочники, пироги полуоткрытые из дрожжевого теста:		
с творогом	24	-«-
с повидлом и фруктовыми начинками	24	-«-
98. Чебуреки, беляши, пирожки столовые, жареные, печеные, кулебяки, расстегаи (с мясом, яйцами, творогом, капустой, ливером и др. начинками)	24	-«-

99. Биточки (котлеты) манные, пшенные	18	-«-
Мучнистые кондитерские изделия, сладкие блюда, напитки		
100. Торты и пирожные:		
без отделки кремом, с отделками белково-взбивной, типа суфле, сливочной, фруктово-ягодной, помадной	72	-«-
пирожное "Картошка"	36	
с заварным кремом, с кремом из взбитых сливок, с творожно-сливочной начинкой	18	-«-
101. Рулеты бисквитные:		
с начинками сливочной, фруктовой, с цукатами, маком	36	-«-
с творогом	24	-«-
102. Желе, муссы	24	-«-
103. Кремы	24	-«-
104. Сливки взбитые	6	-«-
105. Квасы, вырабатываемые промышленностью:		
квас хлебный непастеризованный	48	-«-
квас "Московский"	72	-«-
106. Соки фруктовые и овощные свежеотжатые	48	-«-

* Сроки годности и условия хранения стерилизованных, ультра-высокотемпературно обработанных (УВТ) и термизированных после фасовки продуктов данных групп указываются в документах на конкретные виды продукции.

** Сроки годности конкретных видов продукции определяются в соответствии с установленным порядком.

Условия хранения и сроки реализации продовольственных товаров

Продукты	Относительная влажность, % не более	Температура, °С	Гарантийные сроки хранения и реализации
1	2	3	4
Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	65-75	не ниже 6	После выхода из печи 24 часа
Хлеб ржаной	-"-	-"-	36 часов
Мелкоштучные изделия массой 200 г и менее	-"-	-"-	16 часов
Мука пшеничная	75	не выше 20	Гарантийные сроки хранения не установлены, зависят от условий хранения и качества продукта
			8 месяцев
			4 месяца
Крупа овсяная	50-70	18-20	6 месяцев
«Геркулес»	-"-	-"-	13-15 месяцев
Пшено	-"-	-"-	13-15 месяцев
Крупа перловая	-"-	-"-	
Рис	-"-	-"-	1 год
Макаронные изделия			5 месяцев
- без добавок	70	не выше 30	2 года со дня выработки
- яичные	-"-	-"-	
Крахмал картофельный	75		6 месяцев
Концентраты для киселей	75	20	
Картофель свежий	85-90	от 4 до 12	3 суток
	90-95	от 2 до 4	До года
Овощи разные:			
Свекла	90-95	от 0 до 1[1]	6-10 месяцев
	85-90	от 0 до 10	3 суток
Морковь	85-90	от 0 до 10	3 суток
	90-95	от 0 до –1[1]	6-10 месяцев
Капуста свежая	85-90	от 0 до 10	2 суток
	-"-	от 0,5 до –0,8[1]	6-8 месяцев
Капуста квашеная	-"-	от –1 до +4	15 дней
Томаты свежие красной степени зрелости	85-90	от 0,5 до 1	2-4 недели
Огурцы свежие	85-90	от 10 до 14	15 дней
Огурцы соленые	85-90	от –1 до +4	9 месяцев
Лук репчатый	70-80	от 0 до +1	4-7 месяцев
	-"-	от –2 до –3[1]	6-10 месяцев
Лук-перо	90-95	0[1]	До 2 недель

Чеснок	70-80	от –1 до –3[1]	4-7 месяцев
Зелень	90-95	от 0 до 5[1]	5-10 дней
Яблоки	85-95	от 0,5 до 1,0[1]	8-9 месяцев
Груши	85-95	от 0 до 1,0[1]	6-7 месяцев
Апельсины	85-95	от 2 до 7[1]	2-5 месяцев
Мандарины	85-95	от 4 до 7[1]	1-4 месяца
Лимоны	85-90	от 0 до 10[1]	1-4 месяца
Фрукты сушеные (чернослив, слива)	70	от +5 до +20	6 месяцев
Остальные сушеные фрукты	70	от +5 до +20	12 месяцев
Сахар	70	не ниже 12	в отапливаемых складах 8 лет
Кондитерские изделия:			
- печенье сахарное затяжное	75	+18±5	со дня выработки 3 месяца
- пряники заварные	75	+18±5	20 дней в летнее время 30 дней в зимнее время
- конфеты глазированные шоколадные завернутые	75	+18±5	4 месяца
Масло сливочное крестьянское, упакованное:			
- в пергамент	80	-3	10 суток
- в алюминиевую фольгу	-"-	-"-	20 суток
- в стаканчики, коробочки из полимерных материалов	-"-	-"-	15 суток
- в мололите	80	+8	10 суток
Масло растительное			
- фасованное в бутылки, фляги		18	4 месяца
- в бочки		-"-	1,5 месяца
Яйца:			
- диетическое	85-88	от 0 до 20	7 дней
- столовое	-"-	не выше 20	25 суток
	-"-	от 0 до 2	120 суток
Мясо:			
- Говядина в полутушах и четвертинах охлажденная (подвесом)	85	-1	16 суток
- Говядина в полутушах и четвертинах подмороженная (в штабеле или подвесом)	90	-2	20 суток
- Говядина в полутушах и четвертинах замороженная	95-98	-12	8 месяцев
- Телятина в тушах и полутушах охлажденная (подвесом)	85	0	12 суток
- Охлажденное мясо птицы	80-85	от 0 до +2	5 суток со дня выработки
- Мороженое мясо птицы в упаковке без упаковки	85-90	-12	8 месяцев
	-"-	-12	4 месяца
Рыба и рыбные товары всех наименований мороженые (без глазури)	90-95	-18	21 сутки
	-"-	от –10 до –12	14 суток
	-"-	от –4 до –6	7 суток
	-"-	от 0 до –2	1 сутки
Рыба соленая всех наименований	85-90	от –6 до –8	21 сутки
	-"-	от –3 до –6	14 суток
	-"-	от 1 до –1	10 суток
	-"-	от +4 до +6	7 суток
Чай байховый фасованный	70		8 месяцев
Какао порошок в пачках	75	18±3	6 месяцев
Кофейные напитки, содержащие натуральный кофе	75	не более 20	9 месяцев
Дрожжи хлебопекарные прессованные		от 0 до 4	12 суток

[1] – здесь и далее указаны оптимальные режимы длительного хранения.

Приложение XVIII

Требования к проведению органолептической оценки готовой пищи (по ГОСТ Р 53104-2008)

Органолептическая оценка — определение качества продукции с помощью органов чувств. Оценка проводится по четырем основным показателям: внешнему виду, консистенции, запаху, вкусу.

Показатель «цвет», являясь составной частью показателя «внешний вид», выделен как самостоятельный. Различают также конкретные признаки внешнего вида — форму, прозрачность и т. д.

Консистенция — это свойство, обусловленное вязкостью продукта и определяемое степенью его деформации во время нажима. Консистенция определяется впечатлением осязания продукта в полости рта, связанным с густотой, клейкостью и силой нажима на продукт, которые чувствуются при распределении его на языке (жидкая, густая, плотная, мазеобразная, крошливая, зернистая, сочная, рассыпчатая).

Запах — впечатление, возникающее при возбуждении рецепторов обоняния, которое определяется качественно и количественно. Запах может быть неприятным, что является признаком порчи продукции в результате несоблюдения условий хранения, использования нестандартного, некондиционного сырья, нарушения технологического процесса и т. д. Естественный, характерный запах исходного сырья называют ароматом, а запах, возникший под влиянием сложных физико-химических процессов, происходящих в процессе производства продукции, — букетом.

Вкус — чувство, возникающее при возбуждении вкусовых рецепторов и определяемое как качественно (сладкий, соленый, кислый, горький), так и количественно (интенсивность вкуса - слабокислый и т. д.). Понятие «вкусность» — это комплексное впечатление вкуса, запаха и осязания при распределении продукта в полости рта. Этот показатель при оценке качества продукции в ряде случаев оказывает решающее влияние на общую оценку.

Для отдельных блюд (изделий) введены только им свойственные показатели. Например, для чая, желе — прозрачность, для мякиша мучных изделий — эластичность, пропеченность.

Мучные кондитерские изделия (торты, пирожные и т. д.) оценивают по следующим показателям: упаковка и маркировка, поверхность и ее отделка, цвет, форма, вид на разрезе (изломе), запах и вкус, а выпеченные и отделочные полуфабрикаты оценивают дополнительно по показателю «структура» (консистенция).

Каждая группа блюд (изделий) имеет свои специфические свойства и соответствующие им показатели. В пределах группы блюд при их оценке необходимо обращать внимание на наиболее характерные свойства.

При обнаружении дефектов в готовой продукции из оценки «отлично» вычитаются снижающие баллы.

Результаты органолептической оценки при проведении контроля качества продукции заносятся в специальной формы бракеражный журнал.

Организация проведения органолептической оценки осуществляется по ГОСТ Р 53104-2008.

Снижение оценки качества блюд и кулинарных изделий за обнаруженные дефекты

Наименование показателей	Дефекты	Снижение оценки, баллы
Внешний вид	Первичная обработка компонентов произведена не полностью: в основном всех блюд	0,5
	сладких блюд, в т. ч. компотов; бутербродов, гастрономических продуктов, в т. ч. банкетных закусок	1,0
	холодных блюд из овощей и грибов, в т. ч. салатов, винегретов	2,0
	Несоответствие нарезки компонентов в основном всех видов блюд	0,5
	салатов, винегретов, блюд из рыбных и мясных гастрономических продуктов, супов-солянок и прозрачных супов с овощами	1,0
	Несоответствие набора компонентов блюд рецептуре	1,0
	Не соблюдено соотношение овощей или других компонентов в блюде: в основном во всех блюдах	1,0

Наименование показателей	Дефекты	Снижение оценки, баллы
	в заливных блюдах (рыбных и мясных), гастрономических продуктах, студнях, мороженом	1,5
	в салатах из свежих овощей, компотах	2,0
	Наличие: крошек продукта в блюдах из рыбных и мясных гастрономических продуктов	0,5
	костей в мясных студнях, костей и костных пластинок от голов в рыбных студнях	3,0
	Наличие комочков заварившейся муки, крахмала или манной крупы, непротертых частичек: в жидкой части заправочных супов	0,5
	в соусах, супах, пюре сладких и других блюдах	1,0
	Наличие слипшихся комочков в блюдах и гарнирах из круп и макаронных изделий	1,0
	Нарушена целостность панировки изделия из мяса и мясных продуктов, птицы, дичи, кролика, жареной рыбы	1,0
	Нарушение целостности: кожи птицы и дичи	1,0
	оболочки мучных изделий (вытекание фарша)	2,0
	Наличие трещин на поверхности: пудингов, шарлоток	0,5
	яблок в тесте; яблоки печеные не держат форму	2,0
	Наличие взвешенных частичек (мутность) в желе, напитках, заливных холодных блюдах и прозрачных супах	1,0
	Значительное отслоение: жира в соусе; жидкости в салатах из свежих, соленых, квашеных овощей, в икре овощной	1,0
	жидкости в икре кетовой, сливках и сметане взбитых, киселях	3,0
	Наличие осадка в плодово-ягодных прохладительных напитках	1,0
	Несоответствие формы или нарезки продукта: плодов, ягод, бахчевых свежих, рыбы горячего копчения	0,5
	блюд из мясных и рыбных гастрономических продуктов, рубленых изделий, запеченных блюд, сладких блюд, сыра и остальных блюд	1,0
	корзиночек, гренков	2,0
	подсыхание поверхности, зачерствение: бутербродов, банкетных закусок, холодных блюд и закусок из яиц, рыбы под майонезом, паштетов	1,0
	сыра, колбасы (или выделение жира на поверхности), консервов рыбных или овощных, салатов, винегретов, мясных и рыбных гастрономических продуктов	2,0
	Отсутствие блеска от масла на поверхности салатов, винегретов	1,0
	масса плохо взбита, рисунок на поверхности не сохраняется (кремы, взбитые сливки, сметана); на разрезе виден плотный слой невзбитого желе (муссы, самбуки); неоднородная консистенция (муссы, самбуки, кремы)	1,0
	вспенивание киселей, простокваши, ряженки, кефира, ацидофилина (просрочена реализация)	3,0
	Пленка на поверхности: киселей	0,5
	Соусов	1,0
	чая-заварки (чайная пыль вследствие длительного хранения)	3,0
	Отклонение в оформлении блюда	0,5
Цвет	Незначительно отличающийся от характерного; жареные изделия имеют на поверхности темноокрашенные вкрапления	0,5
	Слабоокрашенный или темноокрашенный; несвойственный для блюда (изделия)	1,0
	Несвойственная окраска изделий, блюд (в том числе на разрезе) или их компонентов	2,0
Запах	Слабовыраженный, малотипичный с заметным преобладанием одного компонента, слабый посторонний	1,5
	Посторонний, неприятный; привкус прокисших, подгоревших, несвежих продуктов, прогоркшего осалившегося жира	3,0
Консистенция	Недоваренные или переваренные компоненты	2,0
	Нарушено соотношение массы плотной и жидкой части (в первых блюдах и компотах)	2,0
	Очень жидкая или густая (в первых блюдах и компотах)	2,0
	Неоднородная: в супах-пюре, изделиях из фаршей и различных пасте, киселях, кремах	2,0
	Крошливая: в мясных рубленых и запеченных блюдах и изделиях из творога, овощей и др.	2,0
	Жесткая, сухая: в изделиях из мяса и мясопродуктов, птицы, дичи, дичи, кроликов и рыбы	2,0

Наименование показателей	Дефекты	Снижение оценки, баллы
	Несочная: в салатах из свежих овощей, салатах и закусок из маринованной свеклы и тыквы	1,0
	Сухая: в пудингах, шарлотках	1,5
	в бутербродах, банкетных закусках	2,0
	основных продуктов мясных и рыбных салатов и винегретов	2,0
	Мягкая нехрустящая - соленых огурцов и капусты в салатах и винегретах	0,5
	Плотная, резинистая: в желе, муссах, самбуках, кремах	2,0
	Слабая: заливные, студни, желе и др. не держат формы	3,0
	Липкая, неоднородная: в суфле, пудингах, шарлотках	3,0

При условии ручной нарезки

Снижение оценки качества булочных и кондитерских изделий за обнаруженные дефекты

Наименование показателей	Дефекты	Снижение оценки, баллы
Внешний вид	Изделия слегка деформированы	0,5
	На поверхности изделий из дрожжевого и воздушного теста незначительные трещины, отсутствует глянец, фарш частично вытек	1,0
	Изделия расплывчатые, без рисунка, с неравномерным или недостаточным подъемом; отделочные полуфабрикаты неравномерно распределены	1,5
	Изделия деформированы, местами подгорелые; помадная глазурь засахарена, не полностью покрывает поверхность, отстает от поверхности изделия	2,0
	Изделия с крупными трещинами, вздутиями, впадинами; шоколадная глазурь или украшения поседевшие	2,5
Цвет	Поверхность зарумянена неравномерно	0,5
	Изделия незаколерованные (очень светлые)	1,5
	Желе непрозрачное, неоднородное	2,5
Запах и вкус	Изделия недосолены	0,5
	Изделия с запахом соды, мучнистым привкусом	1,5
	Изделия с сильным запахом соды, аммония, несвежих яиц, перекисшего теста или фарша; изделия пересолены; наличие минеральных примесей	3,0
Состояние мякиша	Неравномерная пористость мякиша	0,5
	Изделия из миндально-орехового теста и воздушного теста с недостаточной пористостью	1,0
	Мякиш со следами непромеса	2,0
	Изделия с мелкими порами	2,5
	Изделия непропеченные; мякиш увлажненный, липкий	3,0
Консистенция	Слабая консистенция желе	0,5
	Изделия из песочного теста - излишне хрупкие, из слоеного теста - с отделяющимися слоями; из миндально-орехового и белково-взбивного теста - с недостаточной хрупкостью; фарш слегка крошливый или излишне мягкий; изделия черствые, с небольшими пустотами	1,0
	Недостаточная или чрезмерная пропитка полуфабрикатов	1,5
	Помадная глазурь липкая; белковый крем плотный, сильно тягучий или слабый, с комочками, или загнутый	2,0
	Изделия жесткие, плотные; маслянистый крем плотный или очень слабый, с отделяющейся влагой, с крупинками	2,5
	Изделия расплывчатые, с закалом	3,0

Бракеражный журнал по оценке качества полуфабрикатов, блюд и кулинарных изделий (образец)

Дата, время изготовления продукции	Наименование продукции, блюда	Органолептическая оценка, включая оценку степени готовности продукта	Разрешение к реализации (время)	Ответственный исполнитель (Ф.И.О., должность)	Ф.И.О. лица, проводившего бракераж	Примечание
1	2	3	4	5	6	7

Приложение XIX

Формы учетной документации пищеблока

СанПиН 2.4.5.2409-08

Форма 1. «Журнал бракеража пищевых продуктов и продовольственного сырья»

Дата и час, поступления продовольственного сырья и пищевых продуктов	Наименование пищевых продуктов	Количество поступившего продовольственного сырья и пищевых продуктов (в килограммах, литрах, штуках)	Номер документа, подтверждающего безопасность принятого пищевого продукта	Результаты органолептической оценки поступившего продовольственного сырья и пищевых продуктов	Конечный срок реализации продовольственного сырья и пищевых продуктов	Дата и час фактической реализации продовольственного сырья и пищевых продуктов по дням	Подпись ответственного лица	Примечание*
1	2	3	4	5	6	7	8	9

Примечание:

• Указываются факты списания, возврата продуктов и др.

Форма 2. «Журнал бракеража готовой кулинарной продукции»

Дата и час изготовления блюда	Время снятия бракеража	Наименование блюда, кулинарного изделия	Результаты органолептической оценки и степени готовности блюда, кулинарного изделия	Разрешение к реализации блюда, кулинарного изделия	Подписи членов бракеражной комиссии	Примечание*
1	2	3	4	5	6	7

Примечание:

• Указываются факты запрещения к реализации готовой продукции

Форма 3. «Журнал здоровья»

№ п/п	Ф. И. О. работника*	Должность	Месяц/дни: апрель							
			1	2	3	4	5	6.	.....	30
1.	Образец заполнения:	подсобный рабочий	Зд.**	Отстранен	б/л.	В.	отп	отп		Зд.
2.										
3.										

Примечание:

• Список работников, отмеченных в журнале на день осмотра, должен соответствовать числу работников на этот день в смену

••Условные обозначения:

Зд. – здоров;

Отстранен – отстранен от работы;

Отп. – отпуск;

В. – выходной;

б/л. – больничный лист.

Форма 4. «Журнал проведения витаминизации третьих и сладких блюд»

Дата	Наименование препарата	Наименование блюда	Количество питающихся	Общее количество внесенного витаминного препарата (гр)	Время внесения препарата или приготовления витаминизированного блюда	Время приема блюда	Примечание

Форма 5. «Журнал учета температурного режима в холодильного оборудования»

Наименование производственного помещения	Наименование холодильного оборудования	Температура в град. С месяц/дни: апрель					
		1	2	3	6.	.....	30

Форма 6. «Ведомость контроля за рационом питания»

№ п/п	Наименование группы продуктов	Норма* продукта в граммах г (нетто)	Фактически выдано продуктов в нетто по дням в качестве горячих завтраков (всего), г на одного человека / количество питающихся					В среднем за 10 дней	Отклонение от нормы в %(+/–)
			1	2	3	...	10		

Примечание:

* Рекомендуемые среднесуточные наборы пищевых продуктов, в том числе, используемые для приготовления блюд и напитков в соответствии с приложением 8 настоящих санитарных правил.

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ДОКУМЕНТОВ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ

в предприятии общественного питания общеобразовательного учреждения

1. Технологические карты
2. Примерное (перспективное) меню
3. Журнал витаминизации пищи
4. Журнал «Здоровье»
5. Личные медицинские книжки
6. «Сборники технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений…»/- Пермь, 2002 (В 2 кн)
7. Рабочая картотека блюд
8. Меню (по дням)
9. Меню-раскладки
10. Накопительные ведомости
11. Бракеражный журнал (бракераж продуктов, поступающих на пищеблок/столовую)
12. Бракеражный журнал (бракераж готовых блюд)
13. Протоколы анализов готовых блюд на энергетическую ценность и химический состав, по показателям безопасности (при наличии)
14. Нормативные и методические документы по организации питания (Санитарные нормы и правила, методические документы, приказы и др.)
15. Журнал учета мероприятий по контролю.

Приложение XX

Номера технологических карт блюд и кулинарных изделий

Холодные блюда

Салаты и винегреты

1. Салат из капусты белокочанной
2. Салат витаминный
3. Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками
4. Салат из белокочанной капусты с морковью
5. Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами
6. Салат из белокочанной капусты с яблоками
7. Салат из моркови
8. Салат из моркови и чернослива
9. Салат из моркови и яблок
10. Салат из моркови с изюмом
11. Салат из моркови, яблок, апельсинов
12. Салат из моркови и яблок с яйцом
13. Салат из моркови и кураги с йогуртом
14. Салат из моркови с яблоками и курагой
15. Салат из редиса
16. Салат из редиса с огурцами и яйцом
17. Салат из свежих огурцов
18. Салат из свежих огурцов с зеленым луком
19. Салат из свежих помидоров и огурцов
20. Салат из свежих помидоров и яблок
21. Салат из свежих помидоров с перцем
22. Салат из свежих помидоров
23. Салат из свежих помидоров, яблок и консервированных огурцов
24. Салат из свежих овощей
25. Салат из сырых овощей (1-й вариант)
26. Салат из сырых овощей (2-й вариант)
27. Салат из овощей
28. Салат овощной с яблоками
29. Салат овощной с яблоками и перцем сладким
30. Салат из овощей с сухофруктами
31. Салат сезонный
32. Салат «Летний»
33. Салат «Весна»
34. Салат из тыквы
35. Салат зеленый
36. Салат зеленый с огурцами и помидорами
37. Салат зеленый с огурцами
38. Салат из зеленого лука
39. Салат из редьки
40. Салат из редьки с яблоками
41. Салат из редьки с овощами
42. Салат из редьки и моркови
43. Салат-коктейль овощной
44. Салат из капусты белокочанной и свеклы
45. Салат из цветной капусты, помидоров и зелени
46. Салат из цветной капусты, овощей и плодов
47. Салат из капусты белокочанной с кальмарами
48. Салат из квашеной капусты с луком
49. Салат из квашеной капусты с яблоками
50. Салат из свеклы отварной
51. Салат из свеклы и моркови
52. Салат из свеклы с изюмом или черносливом
53. Салат из свеклы с солеными огурцами
54. Салат из свеклы с черносливом, орехами и чесноком
55. Салат из свеклы с сыром
56. Салат из свеклы с сыром и чесноком
57. Салат из свеклы с курагой и изюмом
58. Салат из свеклы с зеленым горошком
59. Салат из свеклы с чесноком

60. Салат из свеклы с яблоками
61. Салат из моркови с зеленым горошком
62. Салат из моркови с курагой
63. Салат из моркови с орехами и медом
64. Салат картофельный с яблоками
65. Салат картофельный с зеленым горошком
66. Салат картофельный с огурцами солеными или капустой квашеной
67. Салат картофельный с кальмарами
68. Сельдь с картофелем
69. Салат овощной с зеленым горошком
70. Салат с курицей и фруктами
71. Салат картофельный с редькой
72. Салат картофельный
73. Салат картофельный с кукурузой и морковью
74. Салат картофельный с морковью и зеленым горошком
75. Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком
76. Винегрет овощной
77. Винегрет из фруктов и овощей
78. Винегрет из фруктов и овощей с йогуртом
79. Винегрет овощной с кальмарами (1-й вариант)
80. Винегрет овощной с кальмарами (2-й вариант)

Бутерброды

81. Бутерброды с вареными колбасами (1-й вариант)
82. Бутерброды с вареными колбасами (2-й вариант)
83. Бутерброды с отварными мясопродуктами (1-й вариант)
84. Бутерброды с отварными мясопродуктами (2-й вариант)
85. Бутерброды с сельдью или килькой соленой (1-й вариант)
86. Бутерброды с сельдью или килькой соленой (2-й вариант)
87. Бутерброды со скумбрией копченой
88. Бутерброды с килькой и яйцом (1-й вариант)
89. Бутерброды с килькой и яйцом (2-й вариант)
90. Бутерброды с сыром (1-й вариант)
91. Бутерброды с сыром (2-й вариант)
92. Бутерброды с маслом и петрушкой
93. Бутерброды с маслом (1-й вариант)
94. Бутерброды с маслом (2-й вариант)
95. Бутерброды с джемом или повидлом (1-й вариант)
96. Бутерброды с джемом или повидлом (2-й вариант)
97. Закрытые бутерброды с сыром
98. Бутерброды пикантные (горячие)
99. Бутерброды с икрой кеты зернистой

Гастрономические товары (порциями)

100. Сыр сычужный твердый порциями
101. Сыр сычужный мягкий порциями
102. Колбаса вареная
103. Рыба соленая
104. Рыбные консервы (порциями)
105. Масло сливочное
106. Овощи натуральные
107. Овощи натуральные соленые
108. Хлеб пшеничный
109. Хлеб ржаной
110. Хлеб столовый (ржано-пшеничный)
111. Батон нарезной
112. Плоды свежие
113. Ягоды свежие

Блюда из овощей

114. Икра кабачковая
115. Икра кабачковая (промышленного производства)
116. Икра баклажанная
117. Икра баклажанная (промышленного производства)
118. Икра овощная
119. Икра свекольная или морковная
120. Закуска свекольная с орехами

Первые блюда

Горячие супы

Бульоны

121. Бульон из кур
122. Бульон из кур прозрачный
123. Бульон мясной прозрачный
124. Бульон мясокостный
125. Бульон рыбный

Заправочные супы

Борщи

126. Борщ из свежей капусты
127. Борщ летний (с ботвой свеклы)
128. Борщ с капустой и картофелем
129. Борщ с фасолью и картофелем
130. Борщ зеленый
131. Свекольник

Рассольники

132. Рассольник домашний
133. Рассольник
134. Рассольник ленинградский

Солянки

135. Солянка сборная мясная
136. Солянка из птицы
137. Солянка рыбная

Щи

138. Щи из квашеной капусты
139. Щи из квашеной капусты с картофелем
140. Щи из свежей капусты
141. Щи зеленые
142. Щи из свежей капусты с картофелем

Супы картофельные с овощами, крупой, бобовыми и макаронными изделиями

143. Суп из овощей с фасолью
144. Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)
145. Суп картофельный с бобовыми (2-й вариант)
146. Суп картофельный с клецками
147. Суп картофельный с макаронными изделиями
148. Суп картофельный со щавелем
149. Суп картофельный с фрикадельками
150. Суп картофельный с рыбой
151. Уха рыбацкая
152. Уха с крупой
153. Суп с рыбными консервами
154. Суп крестьянский с крупой
155. Суп с крупой

Супы с макаронными изделиями, домашней лапшой, крупой и бобовыми

156. Суп-лапша домашняя
157. Суп с макаронными изделиями
158. Суп с макаронными изделиями и картофелем

Супы-пюре

159. Суп-пюре из картофеля
160. Суп-пюре из крупы перловой
161. Суп-пюре из разных овощей
162. Суп-пюре из кабачков
163. Суп-пюре из тыквы

Супы молочные

164. Суп молочный с крупой
165. Суп молочный с макаронными изделиями
166. Суп молочный с морковью и манной крупой
167. Суп молочный с овощами

Гарниры к супам

168. Фрикадельки рыбные для супов, бульонов
169. Фрикадельки мясные для супов, бульонов
170. Гренки из пшеничного хлеба
171. Гренки с сыром
172. Клецки мучные

Блюда из овощей

Овощи отварные

173. Картофель отварной
174. Картофель отварной в молоке
175. Кукуруза отварная
176. Кукуруза с яйцом и луком
177. Тыква отварная
178. Капуста отварная с маслом
179. Суфле из картофеля
180. Суфле картофельно-морковное («розовое»)
181. Суфле из картофеля и моркови (паровое)
182. Суфле из моркови с творогом (паровое)
183. Суфле из кабачков или тыквы (паровое)
184. Суфле из овощей (паровое)
185. Пудинг из моркови и яблок
186. Пудинг из моркови (паровой)
187. Пудинг из тыквы и яблок с творогом (паровой)
188. Пудинг из тыквы или кабачков с яблоками (паровой)

Овощи припущенные и тушеные

189. Морковь, тушенная с черносливом
190. Свекла, тушенная в сметане или молочном соусе
191. Свекла, тушенная с яблоками или курагой
192. Тыква, припущенная с яблоками и изюмом
193. Пюре из тыквы
194. Баклажаны, тушенные с помидорами
195. Рагу из овощей
196. Рагу из овощей с кабачками
197. Овощи в молочном соусе (1-й вариант)
198. Овощи в молочном соусе (2-й вариант)
199. Овощное рагу с баклажанами

Овощи запеченные

200. Оладьи из кабачков
201. Рулет или запеканка картофельная с овощами
202. Картофель, запеченный в сметанном соусе
203. Картофель, запеченный с яйцом и помидорами
204. Рулет картофельный с яйцом
205. Зразы картофельные с овощами
206. Котлеты картофельные
207. Котлеты из овощей
208. Картофельный пудинг
209. Картофельные котлеты, запеченные под соусом сметанным с луком
210. Рулет или запеканка картофельная с овощами
211. Морковная запеканка
212. Запеканка из моркови и фасоли
213. Запеканка из творога с морковью
214. Котлеты морковные
215. Котлеты свекольные
216. Котлеты капустные
217. Шницель из капусты
218. Запеканка капустная
219. Картофельные оладьи с сыром
220. Картофельные оладьи со свежей капустой
221. Картофельные оладьи
222. Оладьи из тыквы
223. Тыквенно-яблочная запеканка
224. Бабка из тыквы и фасоли
225. Запеканка из тыквы

226. Кабачки, фаршированные овощами
227. Кабачки, фаршированные овощами и рисом
228. Кабачки, запеченные под соусом
229. Баклажаны, запеченные в соусе
230. Перец, фаршированный овощами и рисом
231. Перец, фаршированный овощами
232. Помидоры, фаршированные рисом и морковью
233. Помидоры, фаршированные яйцом и луком
234. Запеканка овощная
235. Голубцы овощные
236. Пудинг овощной

Блюда из круп

Каши рассыпчатые

237. Каша гречневая рассыпчатая
238. Каша гречневая рассыпчатая с луком
239. Каша гречневая рассыпчатая с яйцом
240. Каша рисовая рассыпчатая
241. Каша пшенная рассыпчатая
242. Каша перловая рассыпчатая
243. Каша пшеничная рассыпчатая
244. Каша ячневая рассыпчатая
245. Каша ячневая рассыпчатая с луком
246. Каша кукурузная рассыпчатая

Каши вязкие

247. Каша из хлопьев овсяных «Геркулес» вязкая
248. Каша гречневая вязкая
249. Каша пуховая гречневая на молоке с яйцами
250. Каша манная вязкая
251. Каша манная вязкая с тыквой
252. Каша перловая вязкая
253. Каша рисовая вязкая
254. Каша рисовая вязкая с морковью
255. Каша ячневая вязкая
256. Каша пшеничная вязкая
257. Каша пшеничная вязкая с тыквой
258. Каша пшенная вязкая
259. Каша пшенная вязкая с тыквой

Каши жидкие

260. Каша «Дружба»
261. Каша боярская (пшенная с изюмом)
262. Каша манная молочная жидкая
263. Каша манная молочная жидкая с изюмом
264. Каша молочная пшеничная жидкая
265. Каша молочная кукурузная жидкая
266. Каша из хлопьев овсяных «Геркулес» жидкая
267. Каша пшенная молочная жидкая
268. Каша рисовая молочная жидкая
269. Каша «Янтарная» (из пшена с яблоками)

Изделия из каш

Пловы

270. Плов бухарский
271. Плов вегетарианский с сухофруктами
272. Плов из риса с черносливом и изюмом
273. Плов из риса с курагой

Крупеники, запеканки и пудинги

274. Запеканка манная с изюмом
275. Запеканка рисовая с изюмом
276. Запеканка манная
277. Запеканка пшенная
278. Запеканка пшеничная
279. Запеканка рисовая

280. Запеканка манная со свежими плодами
281. Запеканка рисовая со свежими плодами
282. Запеканка пшенная со свежими плодами
283. Пудинг рисовый
284. Пудинг манный
285. Пудинг пшенный

Котлеты и биточки

286. Биточки или котлеты пшенные
287. Биточки или котлеты пшеничные
288. Биточки или котлеты перловые
289. Биточки или котлеты рисовые
290. Биточки или котлеты манные

Блюда из макаронных изделий

291. Макаронные изделия отварные
292. Макаронник (макаронная запеканка)
293. Макаронник с мясом
294. Макароны отварные с овощами
295. Макаронные изделия отварные с сыром
296. Макаронные изделия, запеченные с сыром
297. Макароны, запеченные с яйцом
298. Запеканка из макарон с яблоками
299. Запеканка из макарон с творогом

Блюда из яиц

300. Яйца вареные
301. Омлет натуральный
302. Омлет с зеленым горошком
303. Омлет с рисовой кашей
304. Омлет с пшенной кашей
305. Омлет с колбасой
306. Омлет с сосисками
307. Омлет с морковью
308. Омлет с мясом
309. Омлет с сыром
310. Омлет с жареным картофелем
311. Омлет с капустой цветной
312. Драчена

Блюда из творога

313. Запеканка из творога
314. Запеканка морковная с творогом
315. Запеканка пшенная с творогом
316. Запеканка рисовая с творогом
317. Пудинг из творога паровой
318. Пудинг из творога с рисом
319. Пудинг творожный запеченный
320. Сырники из творога
321. Сырники из творога запеченные
322. Сырники из творога и картофеля
323. Сырники с морковью
324. Зразы творожные с изюмом
325. Вареники ленивые
326. Котлеты овощные с творогом
327. Котлеты свекольные с творогом и изюмом
328. Крупеник из гречневой крупы
329. Оладьи из творога
330. Яблоки, запеченные с творогом
331. Яблоки, фаршированные творогом

Блюда из рыбы

332. Рыба (филе) отварная
333. Рыба жареная
334. Кнели рыбные припущенные
335. Суфле рыбное
336. Рыба, припущенная в молоке
337. Рыба, запеченная в омлете

338. Рыба, запеченная в сметанном соусе
339. Рыба, запеченная под молочным соусом с гарниром
340. Рыба, запеченная с картофелем по-русски
341. Рыба, запеченная с яйцом
342. Рыба, тушенная в сметанном соусе
343. Рыба, тушенная в томате с овощами
344. Зразы рыбные рубленые
345. Котлеты или биточки рыбные
346. Котлеты рыбные любительские
347. Фрикадельки рыбные
348. Рыбные хлебцы (паровые)
349. Тефтели рыбные
350. Рулет из рыбы
351. Сельдь по-деревенски
352. Сельдь с картофелем и маслом
353. Сельдь с луком
354. Сельдь с яблоками
355. Килька с луком и маслом
356. Килька с яйцом и луком

Блюда из мяса и мясопродуктов

357. Мясо отварное
358. Антрекот
359. Мясо шпигованное
360. Мясо духовое
361. Говядина, тушенная с черносливом
362. Говядина в кисло-сладком соусе
363. Мясо тушеное
364. Азу
365. Говядина, тушенная с капустой
366. Бефстроганов из отварной говядины
367. Гуляш из говядины (1-й вариант)
368. Гуляш из говядины (2-й вариант)
369. Жаркое по-домашнему
370. Плов из отварной говядины
371. Бифштекс рубленый паровой
372. Голубцы ленивые
373. Голубцы с мясом и рисом
374. Запеканка капустная с говядиной
375. Зразы из говядины с манной кашей
376. Зразы из говядины с рисом паровые
377. Картофельная запеканка с мясом
378. Кнели говяжьи с рисом
379. Кнели из говядины
380. Котлеты из говядины с овощами
381. Котлеты, биточки, шницели
382. Пудинг из говядины
383. Пудинг из говядины с овощами
384. Пудинг из говядины с овощами и зеленым горошком
385. Рулет из говядины паровой
386. Рулет из говядины с яйцом (паровой)
387. Суфле из отварной говядины паровое
388. Тефтели из говядины в молочном соусе
389. Тефтели из говядины паровые
390. Тефтели из говядины с рисом («ежики»)
391. Фрикадельки из говядины паровые
392. Фрикадельки из говядины, тушенные в соусе
393. Пюре из говядины
394. Пюре из говядины с рисом
395. Сосиски, сардельки, колбаса отварные
396. Жаркое по-домашнему из мясных консервов «Говядина тушеная»
397. Картофельная запеканка с тушеным консервированным мясом
398. Печень говяжья по-строгановски
399. Оладьи из печени по-кунцевски
400. Печень тертая
401. Печень, тушенная в соусе

402. Язык отварной
403. Сердце в соусе

Блюда из птицы

404. Птица отварная
405. Курица в соусе с томатом
406. Плов из отварной птицы
407. Рагу из птицы
408. Суфле из кур
409. Суфле из кур с рисом
410. Фрикадельки из кур
411. Кнели из кур с рисом
412. Котлеты, биточки, шницели припущенные
413. Пюре из кур

Гарниры

Гарниры из круп

414. Рис отварной
415. Рис припущенный
416. Рис, припущенный с томатом

Гарниры из бобовых

417. Пюре из гороха
418. Пюре из гороха с маслом
419. Пюре из гороха с пассерованным луком
420. Фасоль отварная
421. Бобовые в соусе

Гарниры из овощей

422. Овощи отварные
423. Капуста тушеная
424. Капуста, тушенная с морковью в молоке
425. Капуста, тушенная с яблоками
426. Картофель отварной
427. Картофель отварной в молоке
428. Картофель жареный из отварного
429. Картофельное пюре
430. Картофельное пюре с морковью
431. Морковь в молочном соусе
432. Морковь в молочном соусе с зеленым горошком
433. Морковь, тушенная с черносливом

Соусы

Соусы горячие

Соусы молочные

434. Соус молочный для запекания
435. Соус молочный к блюдам (1-й вариант)
436. Соус молочный к блюдам (2-й вариант)
437. Соус молочный к блюдам (3-й вариант)
438. Соус молочный на картофельном крахмале
439. Соус молочный с морковью
440. Соус молочный сладкий
441. Соус молочный густой (для фарширования)

Соусы сметанные

442. Соус сметанный
443. Соус сметанный натуральный
444. Соус сметанный с томатом
445. Соус сметанный с томатом и луком
446. Соус сметанный для овощных салатов
447. Соус сметано-масляный

Соусы белые на мясном и рыбном бульоне

448. Соус белый основной
449. Соус белый с яйцом
450. Соус белый с овощами
451. Соус белый (для запекания рыбы)
452. Соус белый на мясном, рыбном бульоне

453. Соус томатный
454. Соус томатный с овощами
455. Соус паровой

Соусы мясные красные

456. Соус красный основной

Соусы яично-масляные

457. Соус польский (1-й вариант)
458. Соус польский (2-й вариант)
459. Соус сухарный

Смеси масляные

460. Масло сырное
461. Паста сырная (1-й вариант)
462. Паста сырная (2-й вариант)

Соусы холодные

463. Маринад овощной с томатом
464. Маринад овощной без томата
465. Маринад овощной со свеклой
466. Заправка для салатов

Соусы сладкие и сиропы

467. Соус клюквенный
468. Соус из кураги (1-й вариант)
469. Соус из кураги (2-й вариант)
470. Соус яблочный (из свежих яблок)
471. Соус фруктовый (из сушеных яблок)
472. Соус земляничный, или малиновый, или вишневый
473. Соус черносмородиновый (1-й вариант)
474. Соус черносмородиновый (2-й вариант)
475. Соус шоколадный
476. Сироп сахарный
477. Сироп шоколадный
478. Масло сливочное
479. Сметана
480. Масло растительное
481. Молоко сгущенное

Сладкие блюда

482. Яблоки печеные
483. Яблоки, фаршированные изюмом
484. Яблоки, фаршированные морковью
485. Желе из клюквы
486. Желе из цитрусовых
487. Желе из сока плодового или ягодного натурального
488. Желе из молока
489. Мусс лимонный
490. Мусс яблочный (на манной крупе)
491. Желе из смородины черной

Напитки

Чай, кофе, какао

492. Чай-заварка
493. Чай с сахаром, вареньем, медом
494. Чай с лимоном
495. Чай с молоком
496. Какао с молоком (1-й вариант)
497. Какао с молоком (2-й вариант)
498. Какао с молоком сгущенным (1-й вариант)
499. Какао с молоком сгущенным (2-й вариант)
500. Кофейный напиток на сгущенном молоке
501. Кофейный напиток с молоком

Кисели

502. Кисель из клюквы
503. Кисель из концентрата плодового или ягодного
504. Кисель из повидла, джема, варенья

505. Кисель из свежих ягод
506. Кисель из яблок сушеных

Компоты

507. Компот из свежих плодов или ягод
508. Компот из смеси сухофруктов
509. Компот из яблок с лимоном
510. Компот из апельсинов с яблоками
511. Компот из крыжовника или смородины черной
512. Компот из плодов или ягод сушеных
513. Компот из вишен и яблок
514. Компот из плодов консервированных

Молоко и кисломолочные продукты

515. Молоко кипяченое
516. Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка
517. Йогурт

Плодово-ягодные прохладительные напитки

518. Соки овощные, фруктовые и ягодные
519. Напиток из шиповника
520. Напиток клюквенный
521. Напиток морковно-апельсиновый
522. Напиток морковно-яблочный

Мучные изделия

Мучные блюда

523. Тесто для пельменей
524. Пельмени мясные (полуфабрикат)
525. Пельмени мясные отварные
526. Тесто для вареников
527. Вареники с творожными, овощными или фруктовыми фаршами
528. Блинчики с маслом
529. Блинчики с вареньем
530. Блинчики с джемом
531. Блинчики с медом
532. Блинчики с фаршем (1-й вариант)
533. Блинчики с фаршем (2-й вариант)
534. Тесто для оладий
535. Оладьи с изюмом
536. Оладьи с маслом
537. Оладьи с джемом
538. Оладьи с яблоками

Мучные кулинарные изделия

539. Тесто для ватрушек, пирогов, кулебяк и других кулинарных изделий
540. Ватрушки с повидлом
541. Ватрушки с творожным, овощным, фруктовым, сладким фаршем
542. Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом
543. Пирожки печеные из сдобного теста с фаршем
544. Тесто дрожжевое простое
545. Тесто дрожжевое сдобное (1 вариант)
546. Тесто дрожжевое сдобное (2-й вариант)
547. Тесто дрожжевое сдобное на растительном масле
548. Колбасные изделия, запеченные в тесте
549. Пицца школьная
550. Шанежка налимная
551. Шанежка с яблоками
552. Шанежка налимная с яйцом
553. Шанежка с картофелем
554. Булочка «Пермская»
555. «Крендель сахарный»
556. Булочка «Медовушка»
557. Слойка «Свердловская»
558. Булочка «Алтайская»
559. Булочка «Веснушка»
560. Булочка «Нежная»
561. Булочка «Осенняя»

562. Булочка «Розовая»
563. Булочка ванильная
564. Булочка домашняя
565. Булочка дорожная
566. Булочка молочная
567. Булочка российская
568. Булочка с орехами
569. Кольцо сдобное, обсыпанное сахарной пудрой
570. Сдоба обыкновенная
571. Слойка «Уральская»
572. Слойка с повидлом
573. «Гребешок» из дрожжевого теста
574. Булочка школьная
575. Булочка «К завтраку»
576. Ватрушка «Лакомка»
577. Творожники песочные
578. Бантики с корицей
579. Коржик молочный
580. Хлебец «Калорийный»
581. Рулет с орехами
582. Пирожки песочные с яблоками
583. Кекс «Столичный»
584. Кекс «Творожный»
585. Кекс «Детский»
586. Полоска песочная с повидлом
587. Песочник с изюмом
588. Вафли
589. Пряники
590. Печенье

Фарши

591. Фарш из зеленого лука с яйцом
592. Фарш из свежей капусты (1-й вариант)
593. Фарш из свежей капусты (2-й вариант)
594. Фарш из свеклы
595. Фарш из свеклы и яблок
596. Фарш картофельный с луком
597. Фарш морковный
598. Фарш морковный с изюмом (1-й вариант)
599. Фарш морковный с изюмом (2-й вариант)
600. Фарш морковный с рисом
601. Фарш морковный с яблоками
602. Фарш морковный с яйцом
603. Фарш яблочный (1-й вариант)
604. Фарш яблочный (2-й вариант)
605. Фарш из квашеной капусты
606. Фарш рисовый с яйцом
607. Фарш творожный (для ватрушек, пирожков и вареников) (1-й вариант)
608. Фарш творожный (для ватрушек, пирожков и вареников) (2-й вариант)
609. Фарш мясной с луком
610. Фарш мясной с рисом
611. Фарш рыбный
612. Фарш рыбный с рисом
613. Фарш рисовый с рыбными консервами

Витаминизированные блюда и напитки

614. Кисель с витаминами «Киселек Валетек»
615. Кисель с витаминами и кальцием «Валетек»
616. Чай из сухой смеси с витаминами «Валетек Классные Витаминки»
617. Напиток «Валетек» с витаминами
618. Напиток с витаминами, кальцием и магнием «Валетек»
619. Напиток с витаминами «Валетек Классные Витаминки»
620. Напиток с витаминами «Валетек Классные Витаминки + Пребиотик»
621. Напиток с витаминами «Валетек Плюс»
622. Напиток с витаминами «Валетек Лайт низкокалорийный»
623. Компот из смеси сухофруктов с использованием концентрата напитка «Валетек» с витаминами и кальцием

624. Каша пшенная молочная жидкая с использованием смеси сухой с витаминами, кальцием и магнием напитка «Валетек» для детей
625. Каша из пшена и риса молочная жидкая «Дружба» с использованием смеси сухой с витаминами, кальцием и магнием для напитка «Валетек» для детей
626. Каша манная молочная жидкая с использованием смеси сухой с витаминами, кальцием и магнием для напитка «Валетек» для детей
627. Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» молочная жидкая с использованием смеси сухой с витаминами, кальцием и магнием для напитка «Валетек» для детей
628. Сырники творожные, запеченные с использованием концентрата напитка «Валетек» с витаминами, кальцием и магнием
629. Пудинг из творога (запеченный) с использованием концентрата напитка «Валетек» с витаминами, кальцием и магнием
630. Запеканка из творога с использованием концентрата напитка «Валетек» с витаминами, кальцием и магнием
631. Соус молочный сладкий с использованием концентрата напитка «Валетек» с витаминами, кальцием и магнием
632. Желе с использованием концентрата напитка «Валетек» с витаминами, кальцием и магнием

Мучные изделия витаминизированные

633. Тесто дрожжевое простое
634. Тесто дрожжевое сдобное (1 вариант)
635. Тесто дрожжевое сдобное (2-й вариант)
636. Тесто дрожжевое сдобное на растительном масле
637. Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом
638. Булочка «Пермская»
639. Ватрушка «Лакомка»
640. «Крендель сахарный»
641. Булочка «Медовушка»
642. Творожники песочные
643. Слойка «Свердловская»
644. Блинчики с маслом
645. Блинчики с вареньем
646. Бантики с корицей
647. Булочка «Алтайская»
648. Булочка «Веснушка»
649. Булочка «Нежная»

21. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. ГОСТ 50763–2007. Общественное питание. Кулинарная продукция, реализуемая населению.

2. ГОСТ Р 53104–2008. Услуги общественного питания. Метод органолептической оценки качества продукции общественного питания.

3. Инструкция по витаминизации молока и готовых блюд в дошкольных, школьных, детских лечебно-профилактических учреждениях и домашних условиях премиксом 730/4. – Утв. МЗ РФ 1994–02–18. – М., 1994.

4. Инструкция по использованию концентратов поливитаминных напитков для профилактики полигиповитаминозов в дошкольных, школьных, детских лечебно-профилактических учреждениях и домашних условиях. – Утв. МЗ РФ 1994–02–18. – М., 1994.

5. Методические рекомендации № 0100/8604–07–34 «Рекомендуемые среднесуточные наборы продуктов для питания детей 7–11 и 11–18 лет». – М., 2007.

6. Методические рекомендации № 0100/8605–07–34 «Примерные меню горячих школьных завтраков и обедов для организации питания детей 7–11 и 11–18 лет в государственных образовательных учреждениях». – М., 2007.

7. Методические рекомендации № 0100/8606–07–34 «Рекомендуемый ассортимент пищевых продуктов для реализации в школьных буфетах». – М., 2007.

8. Методические рекомендации по обогащению продуктов питания массового потребления и обеденных блюд в организованных коллективах витаминами и минеральными веществами. Утвержден. Ученым советом НИИ питания РАМН. – М., 1999.

9. МР 2.3.1.2432–08. Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации. – Введ. 2008–12–18. – М., 2008. – 40с.

10. Письмо Минздравсоцразвития РФ от 10.05.2007. № 15–3/839–09. Рекомендуемые среднесуточные наборы продуктов (нормы питания) для питания детей и подростков, больных и инфицированных туберкулезом в противотуберкулезных учреждениях (стационарах).

11. Письмо руководителя Роспотребнадзора от 25.01.2005 № 0100/399–05–32 «О профилактике заболеваний, обусловленных дефицитом микронутриентов».

12. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 23.11.1999. № 14 «О мерах по профилактике заболеваний, обусловленных дефицитом йода и других микронутриентов».

13. Постановление Правительства Российской Федерации от 01.12.2009. № 982 «Об утверждении единого перечня продукции, подлежащей обязательной сертификации, и единого перечня продукции, подтверждение соответствия которой осуществляется в форме принятия декларации о соответствии».

14. Постановление Правительства РФ от 07.11.2005. № 659 «Об утверждении норм материального обеспечения детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, лиц из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, обучающихся и воспитывающихся в федеральных государственных образовательных учреждениях, несовершеннолетних, обучающихся и воспитывающихся в федеральных государственных образовательных учреждениях - специальных профессиональных училищах открытого и закрытого типа и федеральном государственном учреждении "Сергиево Посадский детский дом слепоглухих" Федерального агентства по здравоохранению и социальному развитию».

15. Постановление Правительства РФ от 15 .08.1997. № 1036. Правила оказания услуг общественного питания (в ред. Постановления Правительства РФ № 389 от 21.05.2005, № 276 от 10.05. 2007 г.).

16. Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 05.05.2003. № 91 «О мерах по профилактике заболеваний, обусловленных дефицитом железа в структуре питания населения».

17. Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 05.03.2004. № 9 «О дополнительных мерах по профилактике заболеваний, обусловленных дефицитом микронутриентов».

18. СанПиН 2.3.2.1324–03. Гигиенические требования к срокам годности и условиям хранения пищевых продуктов: Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы. – М.: Федеральный центр госсанэпиднадзора Минздрава России, 2003. – 24 с.

19. СанПиН 2.3.2.1940–05. Продовольственное сырье и пищевые продукты. Организация детского питания. – М.: Федеральный центр Госсанэпиднадзора Минздрава России, 2005 – 24 с.

20. СанПиН 2.3.6.1079–01. Санитарно-эпидемиологические требования к организациям общественного питания, изготовлению и оборотоспособности в них пищевых продуктов и продовольственного сырья: Санитарно-эпидемиологические правила. – М.: Федеральный центр госсанэпиднадзора Минздрава России, 2002. – 44 с.

21. СанПиН 2.4.1201–03. Гигиенические требования к устройству, содержанию, оборудованию и режиму работы специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации. – 2003–06–20. – М., 2003. – 35 с.

22. СанПиН 2.4.2.2842–11. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы лагерей труда и отдыха для подростков. – 2011–05–18. – М., 2011. – 15 с.

23. СанПиН 2.4.2.2843–11. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы детских санаториев. – 2011–03–24. – М., 2011. – 18 с.

24. СанПиН 2.4.4.3155-13. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы стационарных организаций отдыха и оздоровления детей. – 2013–12–27. – М., 2013. – 47 с.

25. СанПиН 2.4.4.2599–10. Гигиенические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в оздоровительных учреждениях с дневным пребыванием детей в период каникул. – 2010–05–26. – М., 2010. – 29 с.

26. СанПиН 2.4.5.2409–08. Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования. – 2008–07–23. – М., 2008. – 37 с.

27. Сборник рецептур блюд диетического питания для предприятий общественного питания. – М.,1988.

28. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников. – М., 2007.

29. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. – М.: Экономика, 1982 г. – 720 с.

30. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях/ Могильный М.П., Щедрина Т.В. и др. – М., 2010. – 628 с.

31. Сборник рецептур мучных, кондитерских и булочных изделий для предприятий общественного питания. – М., 1986.

32. Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений/А.Я. Перевалов и др. – Пермь, 2008. – 286 с.

33. Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений/ А.Я. Перевалов и др. – Пермь, 2011. – 647с.

34. Сборники технологических нормативов. Сборники рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. Часть I/ Под ред. Ф.Л. Марчука. – М.: Хлебпродинформ, 1996. – 615с.

35. Сборники технологических нормативов. Сборники рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. Часть II/ Под ред. Ф.Л. Марчука. – М.: Хлебпродинформ, 1997. – 560 с.

36. СП 2.3.6.1066–01. Санитарно-эпидемиологические требования к организациям торговли, изготовлению и обороту в них продовольственного сырья и пищевых продуктов: Санитарные правила. – Введ. – 2001–09–07. – М., 2002. – 36 с.

37. СП 2.4.990–00. Гигиенические требования к устройству, содержанию, организации режима работы в детских домах и школах-интернатах для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. – Введ. 2000–11–01. – М., 2001. – 40 с.

38. СП 4076–86. Санитарные правила устройства, оборудования, содержания и режима специальных общеобразовательных школ-интернатов для детей, имеющих недостатки в физическом и умственном развитии. – Введ. 1986–03–06. – М.,1986. – 120 с.

39. Химический состав блюд и кулинарных изделий. Справочные таблицы. / Под ред. И.М. Скурихина, М.Н. Волгарева, в 2-х томах. – М.: Гласность, 1994. – Т. 1. – 456 с; Т.2. – 305 с.

40. Химический состав российских пищевых продуктов / Под ред. И.М. Скурихина и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2002. – 236 с.

ООО «Уральский региональный центр питания» предлагает:

• широкий выбор **нормативной, технической, методической литературы** для специалистов предприятий пищевой промышленности, общественного питания, торговли, образовательных учреждений;

• разработку 10–14 дневного меню для дошкольных и школьных образовательных учреждений, детских домов, интернатов, оздоровительных учреждений;

• продукты здорового питания, рекомендуемые для витаминизации детей в детских организованных коллективах в качестве третьего блюда.

Получить подробную информацию, отправить заказ Вы можете:
- по e-mail: urcn1@mail.ru, urcn@mail.ru
- по телефону/факсу: (342)212–01–73/ (342)210–81–44
- по почте: 614000г. Пермь, а\я 7019, УРЦП
- на сайте: www.urcn.ru, www.pitanie59.ru

Сборники
Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений. Пермь, 2012
Сборник рецептур, технических нормативов на продукцию кондитерского производства. Могильный М.П. М, 2011
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. Часть 1. М.,1996
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. Часть 2. М., 1997
Сборник рецептур на торты, пирожные, кексы, рулеты, печенья, пряники, коврижки и сдобные булочные изделия. Часть 3. М., 2000
Приложение к 3 части Сборника рецептур на торты, пирожные
Сборник нормативных и технических документов, регламентирующих производство кулинарной продукции. Часть 4, М., 2006 **!!!В книгу включены таблицы пищевой и энергетической ценности блюд и изделий Части 1 и Части 2. Сборник предназначен для руководителей и специалистов общественного питания.**
Сборник рецептур национальных блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. Часть 5, М., 2009
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий диетического питания Часть 6, М., 2002
Сборник технико-технологических карт для предприятий общественного питания. Часть 1: Холодные закуски.
Сборник технико-технологических карт для предприятий общественного питания. Часть 2: Вторые блюда, гарниры, напитки.
Сборник технико-технологических карт для предприятий общественного питания. Часть 3: Блюда для праздничного стола.
Сборник технико-технологических карт для предприятий общественного питания. Часть 4: Блюда из рыбы и морепродуктов.
Сборник технико-технико-технологических карт для предприятий общественного питания. Часть 5: Сладкие блюда и напитки.
Сборник рецептур мучных кондитерских и булочных изделий. СПб, 2010
Сборник рецептур хлеба и хлебобулочных изделий. СПб, 2010
Справочная литература
Справочник по диетологии. Тутельян В.А., Самсонов М.А. М., 2002
Справочник кондитера под ред. М.А. Николаевой, М.; 2003
Справочник руководителя (Общественное питание), М.; 2007

Справочник руководителя. Новые документы, дополнения. Выпуск 1
Квалификационный справочник должностей руководителей, специалистов и других служащих.
Картотека блюд диетического (лечебного и профилактического) питания: практическое руководство Тутельян В.А., Самсонов М.А., Каганов Б.С., Батурин А.К., Шарафетдинов Х.Х. и др. М.; 2008
Справочник работника общественного питания. Под ред. Могильного М.П. М, 2011.
Журналы
Журнал бракеражный (органолептической оценки качества)
Журнал бракеража пищевых продуктов и продовольственного сырья (форма №1 СанПиН 2.4.5.2409–08, СанПиН 2.4.1.2660–10)
Журнал бракеража готовой кулинарной продукции (форма №2 СанПиН 2.4.5.2409–08, СанПиН 2.4.1.2660–10)
Журнал «Здоровье»
Журнал проведения витаминизации третьих и сладких блюд
Журнал учета температурного режима холодильного оборудования
Журнал учета мероприятий по контролю
Книга отзывов и предложений

Полный перечень литературы представлен на сайте www.urcn.ru

Приглашаем Вас посетить наш новый сайт www.pitanie59.ru, посвященный здоровому питанию детей и защите их прав в сфере питания.

Миссия сайта состоит в объединении людей, которым не безразлично здоровье детей, которые заинтересованы в том, чтобы государственная забота о детях в сфере питания, проявлялась реальными делами.

Вместе мы сможем противостоять:

• росту болезней детей, связанных с питанием;
• нарушению прав детей на здоровое питание;
• безразличию организаторов питания и контролирующих органов.

Профессор Перевалов А.Я., доцент Коровка Л.С.,
доцент Тапешкина Н.В., Гришина А.С., Кашина Е.В.
Под общей редакцией профессора А.Я. Перевалова

СБОРНИК ТЕХНОЛОГИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ, РЕЦЕПТУР БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ

для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации

Сборник технологических нормативов и рецептур блюд и кулинарных изделий

5-е издание, переработанное и дополненное, 2013 г.

Формат 60×90/8 Усл п. л. 62
Заказ № 058-01-2013. Тираж 100 экз.

Отпечатано ЗАО «Полиграфкомплект»
ИНН 5906045183, г. Пермь, ул. Лодыгина, 53в

Валетек®
Ваш путь к здоровью

Компания «Валетек Продимпекс» предлагает ребятам новинки — очень вкусные мультивитаминные Напитки и Кисельки быстрого приготовления «Валетек».

Они сочетают в себе необыкновенный вкус и пользу. В них содержатся все 13 витаминов, в том числе антиоксиданты (С, Е, бета-каротин), которые укрепляют иммунитет, и витамины группы В, которые способствуют хорошему настроению и отличной успеваемости.

Напитки «Валетек*»

- **13 ВИТАМИНОВ + ПРЕБИОТИК**
- **13 ВИТАМИНОВ**
- **13 ВИТАМИНОВ + Fe**
- **13 ВИТАМИНОВ + Ca, Mg**

Напиток можно пить в течение всего года: в жаркий период как освежающий, а в холодное время и теплым для профилактики простудных и вирусных заболеваний. Вы наслаждаетесь фруктово-ягодным вкусом напитка, а Ваш организм получает все необходимые ему 13 витаминов, минеральные вещества и пищевые волокна.

Киселек Детский «Валетек*»

для детей дошкольного и школьного возраста

- **КИСЕЛЕК ДЕТСКИЙ 13 ВИТАМИНОВ**
- **КИСЕЛЕК ДЕТСКИЙ 13 ВИТАМИНОВ + КАЛЬЦИЙ**
- **КИСЕЛЕК ДЕТСКИЙ 13 ВИТАМИНОВ + ПРЕБИОТИК**

Одно мгновение — и киселек готов!
Нежный и вкусный

Золотой шар = Валетек

* смена товарного знака