

УТВЕРЖДЕНО:
Приказ № 29-от «22» 08.10.24 года

Директор МКОУ «Солдатская ООШ»
З.А. Горбунова



ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ

МКОУ «Солдатская основная общеобразовательная школа»
Фатежского района Курской области

Содержание

№ п/п	Наименование кулинарного изделия (блюда).	Рецептура №	Технологическая карта №
1	Каша пшённая молочная жидкая.	182	1
2	Сыр Российский.	15	2
3	Чай с лимоном.	377	3
4	Рассольник ленинградский.	96	4
5	Плов	265	5
6	Кисель из яблок.	352	6
7	Каша жидкая молочная из гречневой крупы.	183	7
8	Какао с молоком	382	8
9	Суп картофельный с бобовыми	102	9
10	Картофельное пюре.	312	10
11	Котлета	268	11
12	Салат из белокачанной капусты.	45	12
13	Чай с сахаром.	376	13
14	Оладьи	401	14
15	Суп картофельный с мясными фрикадельками.	104	15
16	Макаронные изделия отварные	309	16
17	Гуляш	260	17
18	Каша жидкая молочная из манной крупы	181	18
19	Масло сливочное	14	19
20	Борщ с капустой и картофелем.	82	20
21	Рис отварной	304	21
22	Тефтели	279	22
23	Компот из смеси сухофруктов.	349	23
24	Суп молочный с макаронными изделиями	120	24
25	Рыба, тушенная в томате с овощами.	229	25
26	Салат из свеклы отварной	52	26
27	Суп картофельный с макаронными изделиями	103	27
28	Капуста тушеная	321	28
29	Фрикадельки в соусе	280	29
30	Каша рассыпчатая (гречневая).	171	30

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 1

Наименование кулинарного изделия (блюда). **Каша пшённая молочная жидкая.**

Номер рецептуры: **182**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов, под редакцией М.П. Могильного., 2011 года**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа пшеничная	40	40	4000	4000
Молоко	100	100	10000	10000
Вода	70	70	7000	7000
Сахар	6	6	600	600
Масса каши	-	200	-	20000
Масло сливочное	10	10	1000	1000
Сахар	10	10	1000	1000
Выход: с маслом и сахаром		220		22000

Технология приготовления:

В кипящую воду добавляют соль, сахар и перемешивают. Затем всыпают подготовленную крупу и варят, периодически помешивая 20 минут. После этого добавляют горячее молоко и продолжают варку до готовности.

Горячую кашу отпускают с сахаром и маслом.

Требования к качеству:

Внешний вид: зёрна крупы полностью разварились, утратили форму.

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

Цвет: соответствующему виду крупы.

Вкус: умеренно сладкий и солёный с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла.

Запах: соответствующей каши в сочетании с молоком и маслом.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Пищевые вещества, гр.			Энерг. ценн.ккал	Витамин С, мг	Минеральные вещества, мг		
Белки	Жиры	Углеводы			Ca	Mg	Fe
6,0	10,9	52,9	334	0,96	130,9	36,5	54,8

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 2

Наименование кулинарного изделия (блюда). Сыр Российский.

Номер рецептуры: 15

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов, под редакцией М.П. Могильного. 2011 года

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Сыр российский	32	30	3200	3000
Выход:		30		3000

Технология приготовления:

Сыр нарезают ломтиками толщиной 2-3 мм.

Требования к качеству:

Внешний вид: ломтики прямоугольной формы или треугольной.

Консистенция: мягкая, не крошащаяся.

Цвет: соответствует виду сыра.

Вкус: соответствует виду сыра.

Запах: соответствует виду сыра.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Пищевые вещества, гр.			Энерг. ценн.ккал	Витамин С, мг	Минеральные вещества, мг		
Белки	Жиры	Углеводы			Ca	Mg	Fe
0,3	0,3	7,35	208,24	7,5	12	6,75	1,65

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 3

Наименование кулинарного изделия (блюда). **Чай с лимоном.**

Номер рецептуры: **377**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов, под редакцией М.П. Могильного. 2011 года**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Чай-заварка	50	50	5000	5000
Сахар	15	15	1500	1500
Лимон свежий	8	7	800	700
Вода	150	150	15000	15000
Выход:		200		20000

Технология приготовления:

Предварительно промытый теплой водой лимон, ошпаривают кипятком в течение 1-2 мин.

Лимон нарезают тонкими кружочками и кладут в стакан приготовленного чая с сахаром непосредственно перед отпуском.

Требования к качеству:

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

Консистенция: жидкая.

Цвет: золотисто-коричневый.

Вкус: сладкий, с привкусом лимона.

Запах: свойственный чаю и лимону.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Пищевые вещества, гр.			Энерг. ценн.ккал	Витамин С, мг	Минеральные вещества, мг		
Белки	Жиры	Углеводы			Ca	Mg	Fe
0,5	-	9,9	41,6	2,13	15,3	12,3	2,1

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 4

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

Номер рецептуры: **96**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов, под редакцией М.П. Могильного. 2011 года**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель	100	75	10000	7500
Крупа перловая	5	5	500	500
Морковь	12,5	12,5	1250	1250
Лук репчатый	6	5	600	500
Огурцы соленые	16,75	15	1675	1500
Масло растительное	5	5	500	500
Бульон или вода	187,5	187,5	18750	18750
Выход:		250		25000

Технология приготовления:

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

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: огурцы без кожицы и семян, нарезаны ромбиками или соломкой, картофель-брусочками, коренья-соломкой.

Консистенция: овощей-сочная, огурцов-слегка хрустящая, перловая крупа хорошо разварена.

Цвет: бульона-жёлтый, жир на поверхности-жёлтый, цвет овощей- натуральный.

Вкус: острый, умеренно солёный, с умеренной кислотностью.

Запах: огуречного рассола, овощей.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Пищевые вещества, гр.			Энерг. ценн.ккал	Витамин С, мг	Минеральные вещества, мг		
Белки	Жиры	Углеводы			Ca	Mg	Fe
2,2	5,2	15,58	117,90	14,3	16,55	28	1,03

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 5

Наименование кулинарного изделия (блюда). **Плов**

Номер рецептуры: **265**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов, под редакцией М.П. Могильного. 2011 года**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Филе говядины	107	79
Филе свинины	87	74
Крупа рисовая	34	34
Масло растительное	5	5
Лук репчатый	6	5
Морковь	10	8
Томатное пюре	-	8
Масса тушеного мяса	-	50
Масса гарнира	-	100
Выход:	-	150

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	16,49
Жиры (г):	16,89
Углеводы (г):	26,02
Эн. ценность(ккал)	322

Ca (мг):	14,23
Mg (мг):	39,29
Fe (мг):	2,65
C (мг):	1,28

Технология приготовления

Нарезанное кусочками по 20-30 г. мясо посыпают солью. Обжаривают, добавляют слегка пассерованные с томатным пюре морковь и лук. Мясо и овощи заливают водой 80г. доводят до кипения, всыпают перебранный промытый рис варят до полуготовности. Когда рис впитает всю жидкость, посуду закрывают крышкой, помещают на противень с водой и ставят в жарочный шкаф на 25-40 мин. Отпускают, равномерно распределяя мясо вместе с рисом и овощами. Плов можно готовить без томатного пюре.

Требования к качеству

Внешний вид: мясо нарезано кубиками 20-30 г. кусочки мяса целые, рис рассыпчатый.

Консистенция: мяса-мягкая, нежная, риса-мягкая.

Цвет: мяса-серый, риса и овощей-отсветло до темно-оранжевого.

Вкус: тушеного мяса, риса и пассерованных овощей. Умеренно соленый.

Запах: мяса с ароматом риса и овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 6

Наименование кулинарного изделия (блюда). **Кисель из яблок.**

Номер рецептуры: **352**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов, под редакцией М.П. Могильного. 2011 года**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Яблоки свежие	34	30	3400	3000
Сахар-песок	20	20	2000	2000
Крахмал картофельный	8	8	800	800
Кислота лимонная	0,20	0,20	20	20
Вода	197	197	19700	19700
Выход:		200		20000

Технология приготовления:

Яблоки с кожицей нарезают, заливают горячей водой и варят в закрытой посуде до готовности. Яблоки протирают и соединяют с отваром, в котором они варились, добавляют сахар, кислоту лимонную, доводят до кипения, вводят подготовленный крахмал и вновь доводят до кипения. Готовый кисель разливают в стаканы.

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: кисель непрозрачный, без плёнки на поверхности.

Консистенция: однородная, средней густоты, слегка желеобразная.

Цвет: светло-жёлтый.

Вкус: яблок, кисло-сладкий.

Запах: яблок.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Пищевые вещества, гр.			Энерг. ценн.ккал	Витамин С, мг	Минеральные вещества, мг		
Белки	Жиры	Углеводы			Ca	Mg	Fe
0,24	0,12	35,76	145,08	80	8,2	0,96	0,28

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 7

Наименование кулинарного изделия (блюда). **Каша жидкая молочная из гречневой крупы.**

Номер рецептуры: **183**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов, под редакцией М.П. Могильного. 2011 года**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа гречневая	40	40	4000	4000
Молоко	140	140	14000	14000
Вода	30	30	3000	3000
Сахар	6	6	1000	1000
Масса каши	-	200	-	20000
Масло сливочное	10	10	1000	1000
Сахар	10	10	1000	1000
Выход: с маслом и сахаром		220		22000

Технология приготовления:

Молоко, смешанное с водой, нагревают до кипения, добавляют соль, засыпают подготовленную гречневую крупу и варят, помешивая. доваривают кашу в течение 1,5 ч. поставив посуду с ней на противень с водой. При отпуске поливают маслом сливочным и посыпают сахаром.

Требования к качеству:

Внешний вид: зёрна крупы полностью разварившиеся, утратили форму.

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

Цвет: свойственный соответствующему виду каши..

Вкус: умеренно сладкий и солёный с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла.

Запах: свойственный виду каши в сочетании с молоком и маслом.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Пищевые вещества, гр.			Энерг. ценн.ккал	Витамин С, мг	Минеральные вещества, мг		
Белки	Жиры	Углеводы			Ca	Mg	Fe
6,0	10,9	52,9	334	0,96	130,9	36,5	54,8

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 8

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

Номер рецептуры: **382**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов, под редакцией М.П. Могильного. 2011 года**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Какао-порошок	4	4	400	400
Молоко	100	100	10000	10000
Вода	110	110	11000	11000
Сахар	20	20	2000	2000
Выход:		200		20000

Технология приготовления:

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

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: жидкость светло-шоколадного цвета налита в стакан.

Консистенция: жидкая.

Цвет: светло-шоколадный.

Вкус: сладкий, с привкусом какао и молока.

Запах: свойственный какао.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Пищевые вещества, гр.			Энерг. ценн.ккал	Витамин С, мг	Минеральные вещества, мг		
Белки	Жиры	Углеводы			Ca	Mg	Fe
3,78	0,67	26	125,11	1,33	133,33	25,56	2

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 9

Наименование кулинарного изделия (блюда). Суп картофельный с бобовыми

Номер рецептуры: 102

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов, под редакцией М.П. Могильного. 2011 года

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель	66,75	50	6675	5000
Фасоль - горох	20,25	20	2025	2000
Лук репчатый	12	10	1200	1000
Морковь	12,5	10	1250	1000
Петрушка	3,25	2,5	325	250
Масло растительное	5	5	500	500
Бульон или вода	175	175	17500	17500
Выход:		250		25000

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, слегка пассированные или припущенные морковь и лук и варят до готовности.

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: картофель нарезан кубиками, фасоль-целый.

Консистенция: картофель и бобовые-мягкие.

Цвет: светло-жёлтый.

Вкус: свойственный фасоли, умеренно солёный.

Запах: фасоли, корней и лука.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Пищевые вещества, гр.			Энерг. ценн.ккал	Витамин С, мг	Минеральные вещества, мг		
Белки	Жиры	Углеводы			Ca	Mg	Fe
4,9	5,33	19,23	144,43	5,83	41,48	38,25	1,83

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 10

Наименование кулинарного изделия (блюда). **Картофельное пюре.**

Номер рецептуры: **312**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов, под редакцией М.П. Могильного. 2011 года**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель	175	170	17500	17000
Молоко	24	24	2400	2400
Масло сливочное	5	5	500	500
Выход:		150		15000

Технология приготовления:

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

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: протёртая картофельная масса.

Консистенция: густая, пышная, однородная.

Цвет: белый с кремовым оттенком.

Вкус: свойственный варённому картофелю, с выраженным привкусом сливочного масла и кипяченого молока, умеренно солёный, нежный.

Запах: свежеприготовленного картофельного пюре с ароматом кипяченого молока и сливочного масла.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Пищевые вещества, гр.			Энерг. ценн.ккал	Витамин С, мг	Минеральные вещества, мг		
Белки	Жиры	Углеводы			Ca	Mg	Fe
3,08	2,33	19,13	109,73	3,75	38,25	26,7	0,86

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 11

Наименование кулинарного изделия: Котлета с соусом

Номер рецептуры: 268

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов, под редакцией М.П. Могильного. 2011 года

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Говядина или свинина	50	37
Масло растительное	3	3
Сухари	5	5
Хлеб пшеничный	9	9
Вода или молоко	12	12
Масло сливочное	5	5
Выход:	-	80

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	18,56
Жиры (г):	413,04
Углеводы (г):	7,29
Эн. ценность(ккал)	214,2

В	0,09
С	0,12
А	0,06
Е	5,7

Ca(мг):	32,4
Mg (мг):	24,4
Fe (мг):	2,31
P(мг):	154,7

Технология приготовления

Из готовой котлетной массы разделяют изделия овально – приплюснутой формы с заострённым концом.

Котлеты можно приготовить с добавлением репчатого лука. Выход изделий при этом не изменяется, так как соответственно изменяется норма молока или воды. При отпуске поливают сливочным маслом.

Требования к качеству

Внешний вид: форма котлеты – овально- приплюснутая с заострённым концом.

Консистенция: сочная, пышная, однородная

Цвет: корочки – коричневые, на разрезе – светло серый.

Вкус: жареного мяса, умеренно солёный, без привкуса хлеба.

Запах: жареного мяса, запанированного в сухарях.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 12

Наименование кулинарного изделия (блюда). Салат из белокачанной капусты.

Номер рецептуры: 45

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов, под редакцией М.П. Могильного. 2011 года

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Капуста свежая	98,6	78,9	9860	7890
Лук зелёный	12,5	10	1250	1000
Морковь	12,5	10	1250	1000
Кислота лимонная	0,3	0,3	30	30
Вода кипяченая	9,7	9,7	970	970
Сахар	5	5	500	500
Масло растительное	5	5	500	500
Выход:		100		10000

Технология приготовления:

Лимонную кислоту растворяют в воде. Капусту шинкуют, добавляют соль раствор лимонной кислоты и нагревают при непрерывном помешивании. Не следует перегревать капусту, так как она будет мягкой. Прогретую капусту охлаждают, смешивают с нашинкованным луком или морковью, нарезанной соломкой, добавляют сахар и растительное масло.

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: капуста и морковь нарезаны тонкой соломкой, лук зелёный нашинкован.

Салат заправлен раствором лимонной кислоты, растительным маслом, посыпан зеленью.

Консистенция: овощей – хрустящая, не жесткая, сочная.

Цвет: свойственный входящим в салат продуктам.

Вкус: приятно-кисловатый со слегка ощутимой сладостью, умеренно солёный, без горечи.

Запах: свежей белокачанной капусты в смеси с заправкой.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Пищевые вещества, гр.			Энерг. ценн. ккал	Витамин С, мг	Минеральные вещества, мг		
Белки	Жиры	Углеводы			Ca	Mg	Fe
1,33	6,08	8,52	94,12	24,43	43	16	0,52

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 13

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

Номер рецептуры: **376**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов, под редакцией М.П. Могильного. 2011 года**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Чай-заварка	50	50	5000	5000
Сахар	15	15	1500	1500
Вода	150	150	15000	15000
Выход:		200		20000

Технология приготовления:

В стакан наливают заварку чая и доливают кипятком. Сахар кладут в стакан.

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: жидкость золотисто-коричневого цвета залита в стакан.

Консистенция: жидкая.

Цвет: золотисто-коричневый.

Вкус: сладкий, чуть терпкий.

Запах: свойственный чаю.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Пищевые вещества, гр.			Энерг. ценн.ккал	Витамин С, мг	Минеральные вещества, мг		
Белки	Жиры	Углеводы			Ca	Mg	Fe
0,26	0,05	29,7	77,55	0,1	5,2	4,4	1,64

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 14

Наименование кулинарного изделия (блюда). **Оладьи**

Номер рецептуры: **400,401**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов, под редакцией М.П. Могильного. 2011 года**

Наименование сырья	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Тесто для оладьев		176
Мука пшеничная	481	481
Яйцо	3\5шт	24
Молоко или вода	481	481
Дрожжи прессованные	14	14
Сахар песок	17	17
Соль	9	9
Повидло, или сахар	15	15
Масло растительное	9	9
Масло сливочное	10	10
Выход:		170

Технология приготовления:

В небольшом количестве воды растворяют соль, сахар, добавляют разведенные дрожжи, смесь процеживают, соединяют с остальной водой подогретой 35-40 град. Добавляют муку и перемешивают до образования однородной массы, затем вводят растительное масло и снова перемешивают до образования однородной массы. Замешанное тесто оставляют в теплом месте на 3-4 часа. Оладьи выпекают на разогретых сковородах. Толщина готовых оладий должна быть не менее 5-6 мм. Отпускают оладьи с повидлом, сахаром по 2-3 шт на порцию.

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: две-три штуки оладий на порцию, равномерно обжаренные.

Консистенция: мягкая, упругая.

Цвет: золотистый.

Вкус: свойственный изделиям из дрожжевого теста и яблокам.

Запах: жареных оладий.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Пищевые вещества, гр.			Энерг. ценн.ккал	Витамин С, мг	Минеральные вещества, мг		
Белки	Жиры	Углеводы			Ca	Mg	Fe
9,48	11,52	52,92	353,28	1,08	13,8	7,32	4,80

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 15

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

Номер рецептуры: **104**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов, под редакцией М.П. Могильного. 2011 года**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Картофель	533	400
Морковь	50	40
Лук репчатый	48	40
Томатное пюре	10	10
Масло растительное	10	10
Бульон или вода	700	700
Выход:	-	1000

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	8,78
Жиры (г):	11,12
Углеводы (г):	61,56
Эн. ценность(ккал)	424

Ca (мг):	118,8
Mg (мг):	118,7
Fe (мг):	4,6
C (мг):	44,3

Технология приготовления

В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, добавляют нарезанные кубиками слегка пассерованные или припущенные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют прогретое томатное пюре, соль.

Фрикадельки припускают отдельно в небольшом количестве бульона или воды до готовности и кладут в суп при отпуске. Бульон после припускания фрикаделек добавляют в суп. Можно готовить суп без томатного пюре.

Требования к качеству

Внешний вид: картофель и овощи нарезаны кубиками, сохранили форму нарезки. Фрикадельки одинакового размера.

Консистенция: картофель и овощи – мягкие; фрикадельки – упругие, сочные.

Цвет: бульона – золотистый, жира на поверхности – светло – оранжевый.

Вкус: картофеля и овощей, умеренно солёный.

Запах: мясных продуктов, овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 16

Наименование кулинарного изделия: **Макаронные изделия отварные**

Номер рецептуры: **202**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов, под редакцией М.П. Могильного. 2011 года**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Макаронные изделия	100	100
Масло сливочное	5	5
Выход:	-	200

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	7,34
Жиры (г):	7,75
Углеводы (г):	51,36
Эн. ценность(ккал)	359,75

В	0,119
С	0
А	0,076
Е	2,67

Са(мг):	15,8
Mg (мг):	26,2
Fe (мг):	1,319
P(мг):	62,8

Технология приготовления

Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с растопленным маслом сливочным, чтобы они не склеивались и не образовывали комков. При отпуске поливают растопленным маслом .

Требования к качеству

Внешний вид: макаронные изделия сохранили форму, легко отделяются друг от друга.

Консистенция: магкая, упругая, в меру плотная.

Цвет: белый с кремовым оттенком.

Вкус: свойственный отварным макаронным изделиям и сливочному маслу, умеренно солёный.

*Запах:*отварны макаронных изделий, сливочного масла и сахара.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 17

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

Номер рецептуры: **260**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов, под редакцией М.П. Могильного. 2011 года**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Куры	107	79
Масло растительное	5	5
Лук репчатый	12	10
Томатное пюре	8	8
Мука пшеничная	2	2
Выход:	-	100

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	14,55
Жиры (г):	16,79
Углеводы (г):	2,89
Эн. ценность(ккал)	221

Ca (мг):	21,81
Mg (мг):	22,0
Fe (мг):	3,06
C (мг):	0,92

Технология приготовления

Нарезанное кубиками по 20-30 г. и обжаренное мясо заливают водой и тушат с добавлением пассерованного томатного пюре в закрытой посуде около часа. На бульоне, оставшемся после тушения, готовят соус, добавляя в него слегка пассерованный или припущенный лук, соль, заливают им мясо и тушат ещё 25-30 минут. За 5-10 минут до окончания тушения кладут лавровый лист.

Требования к качеству

Внешний вид: мясо в соусе, нарезанное кубиками, рядом на тарелку уложен гарнир.

Консистенция: мяса – мягкая, сочная, соуса – однородная, слегка вязкая.

Цвет: мяса – светло-коричневый.

Вкус: тушёного мяса в томатном соусе, умеренно солёный.

Запах: тушёного мяса с жареным луком и томата.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 18

Наименование кулинарного изделия (блюда). **Каша жидкая молочная из манной крупы**

Номер рецептуры: **181**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов, под редакцией М.П. Могильного. 2011 года**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа манная	31	31	3100	3100
Молоко	100	100	10000	10000
Вода	75	75	7500	7500
Сахар	6	6	600	600
Масло сливочное	10	10	1000	1000
Выход:		200		2000

Технология приготовления:

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

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: зёрна крупы полностью разварились, утратили форму.

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

Цвет: белый или светло-кремовый.

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

Запах: манной каши в сочетании с молоком и маслом.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Пищевые вещества, гр.			Энерг. ценн.ккал	Витамин С, мг	Минеральные вещества, мг		
Белки	Жиры	Углеводы			Ca	Mg	Fe
6,02	4,05	33,37	194,01	0,36	132,64	17,06	0,26

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 19

Наименование кулинарного изделия (блюда). Масло сливочное.

Номер рецептуры: 14

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов, под редакцией М.П. Могильного. 2011 года

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Масло сливочное	10	10	1000	1000
Выход:		10		1000

Технология приготовления:

Масло нарезают на кусочки прямоугольной или другой формы.

Требования к качеству:

Внешний вид: кусочки прямоугольной формы.

Консистенция: мягкая.

Цвет: соответствует виду масла.

Вкус: соответствует виду масла.

Запах: соответствует виду масла.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Пищевые вещества, гр.			Энерг. ценн.ккал	Витамин С, мг	Минеральные вещества, мг		
Белки	Жиры	Углеводы			Ca	Mg	Fe
3,6	2,67	29,2	155,20	1,47	158,67	29,33	2,4

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 20

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

Номер рецептуры: **82**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов, под редакцией М.П. Могильного. 2011 года**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Свекла	50	50	5000	5000
Капуста свежая	75	70	7500	7000
Картофель	26,75	26,75	2675	2675
Морковь	12,5	12,5	1250	1250
Лук	12	12	1200	1200
Томат	7,5	7,5	750	750
Масло растительное	5	5	500	500
Сахар	2,5	2,5	250	250
Бульон или вода	200	200	20000	20000
Выход:		250		25000

Технология приготовления:

К кипящий бульон или воду закладывают нашинкованную капусту, доводят до кипения, затем добавляют картофель, варят 10-15 минут, кладут слегка пассированные овощи, тушеную свеклу и варят борщ до готовности. За 5 минут до окончания варки добавляют соль, сахар.

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: овощи сохранили форму нарезки.

Консистенция: свекла и овощи – мягкие, капуста – упругая.

Цвет: малиново- красный, жира на поверхности- оранжевый.

Вкус: кисло-сладкий, умеренно солёный.

Запах: свойственный овощам.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Пищевые вещества, гр.			Энерг. ценн.ккал	Витамин С, мг	Минеральные вещества, мг		
Белки	Жиры	Углеводы			Ca	Mg	Fe
1,83	4,9	11,75	98,4	10,3	34,45	26,2	1,18

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 21

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

Номер рецептуры: **304**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов, под редакцией М.П. Могильного. 2011 года**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа рисовая	53,73	53,73	5373	5373
Масло сливочное	6,71	6,71	671	671
Выход:		150		15000

Технология приготовления:

Подготовленную рисовую крупу кладут в подсоленную воду и варят при слабом кипении. Когда зёрна набухнут и станут мягкими, рис откидывают и промывают горячей кипячёной водой. После стекания воды рис кладут в посуду, заправляют маслом, перемешивают и прогревают..

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: зёрна крупы целые, хорошо набухшие, легко разделяются.

Консистенция: рассыпчатая, мягкая, однородная.

Цвет: от белого до кремового.

Вкус: отварного риса с маслом.

Запах: отварного риса с маслом.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Пищевые вещества, гр.			Энерг. ценн.ккал	Витамин С, мг	Минеральные вещества, мг		
Белки	Жиры	Углеводы			Ca	Mg	Fe
3,67	5,42	36,67	210,11	-	2,61	19,01	0,53

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 22

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

Номер рецептуры: **278**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов, под редакцией М.П. Могильного. 2011 года**

Наименование сырья	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Говядина вырезка	52	38
Вода	6	6
Крупа рисовая	5	5
Лук	21	18
Масло растительное	3	3
Мука пшеничная	4	4
Выход:		60

Технология приготовления:

В мясной фарш без хлеба добавляют соль, мелко нарезанный слегка пассерованный лук, рассыпчатый рис, перемешивают и разделяют тефтели в виде шариков по 2-3 шт на порцию. Шарики панируют в муке, обжаривают в неглубокую посуду в 1-2 ряда и заливают соусом с добавлением воды и тушат 8-10 минут. При отпуске тефтели поливают соусом в котором тушились.

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: тефтели в виде шариков с равномерной мягкой корочкой, пропитаны соусом.

Консистенция: тефтелей в меру плотная, сочная, однородная.

Цвет: тефтелей-коричневый, соуса-светло-коричневый.

Вкус: тушеного мяса в соусе, умеренно соленый.

Запах: тушеного мяса с ароматом лука.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Пищевые вещества, гр.			Энерг. ценн.ккал	Витамин С, мг	Минеральные вещества, мг		
Белки	Жиры	Углеводы			Ca	Mg	Fe
9,67	9,87	2,27	136,53	0,01	17,13	12,47	1,47

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 23

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

Номер рецептуры: **304**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов, под редакцией М.П. Могильного. 2011 года**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Яблоки, груши, изюм.	20	50	2000	5000
Сахар	20	20	2000	2000
Кислота лимонная	0,2	0,2	20	20
Вода	200	200	200	200
Выход:		200		20000

Технология приготовления:

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

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: сухофрукты сохранили форму, жидкая часть прозрачная.

Консистенция: компота-жидкая, плодов мягкая.

Цвет: коричневый.

Вкус: сладкий, с хорошо выраженным привкусом сухофруктов.

Запах: сухофруктов.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Пищевые вещества, гр.			Энерг. ценн.ккал	Витамин С, мг	Минеральные вещества, мг		
Белки	Жиры	Углеводы			Ca	Mg	Fe
1,16	0,3	47,26	196,38	0,80	5,84	33	0,96

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 24

Наименование кулинарного изделия: Суп молочный с макаронными изделиями

Номер рецептуры: 120

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов, под редакцией М.П. Могильного. 2011 года

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Молоко	500	500
Макароны, лапша, вермишель, фигурные изделия, лапша домашняя №114	80	80
Масло сливочное	8	8
Вода	420	420
Сахар	6	6
Выход:	-	1000

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	4,4
Жиры (г):	4,1
Углеводы (г):	15,9
Эн. ценность(ккал)	119

B1	0,36
B2	0.74
A	132
E	-

Ca(мг):	108.5
Mg (мг):	14,41
Fe (мг):	0,32
C (мг):	3,3

Технология приготовления

Макаронные изделия варят в воде до полуготовности (макароны - 15-20 мин, лапшу - 10-12 мин, вермишель - 5-7 мин), воду сливают, а макаронные изделия закладывают в кипящую смесь молока и воды и, периодически помешивая, варят до готовности, кладут соль, сахар. При отпуске заправляют маслом.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа макаронные изделия, сохранили форму.

Консистенция: макаронные изделия, хорошо набухшие, мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет: молочно-белый, сливочного масла - желтый.

Вкус: сладковатый, умеренно соленый, с привкусом сливочного масла.

Запах: кипяченого молока, выражен аромат свежего масла.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 25

Наименование кулинарного изделия (блюда). **Рыба, тушенная в томате с овощами.**

Номер рецептуры: **229**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов, под редакцией М.П. Могильного. 2011 года**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Минтай	123	123	12300	12300
Морковь	23	18	2300	1800
Петрушка	4	3	400	300
Лук	10	8	1000	800
Томат	10	10	1000	1000
Вода или бульон	19	19	1900	1900
Масло растительное	5	5	500	500
Раствор лимонной кислоты	2,5	2,5	250	250
Сахар	2	2	200	200
Выход:		80		8000

Технология приготовления:

Порционные куски рыбы из филе с кожей без костей, укладывают в посуду в 2 слоя, чередуя со слоями нашинкованных овощей, заливают бульоном или водой, добавляют масло растительное, томатное пюре, раствор лимонной кислоты, сахар, соль, посуду закрывают крышкой и тушат до готовности 45-60 минут.

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: целый кусок тушеной рыбы, уложен на тарелку вместе с соусом.

Консистенция: мягкая.

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

Вкус: рыбы в сочетании с соусом и овощами, умеренно солёный.

Запах: свойственный тушеной рыбе, с ароматом специй.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Пищевые вещества, гр.			Энерг. ценн.ккал	Витамин С, мг	Минеральные вещества, мг		
Белки	Жиры	Углеводы			Ca	Mg	Fe
12,3	2,93	1,5	80,93	1,2	28,8	28,53	0,55

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 26

Наименование кулинарного изделия: Салат из свеклы отварной

Номер рецептуры: 52

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов, под редакцией М.П. Могильного. 2011 года

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Свекла	1212	950
Масло растительное	60	60
Выход:	-	1000

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	14,08
Жиры (г):	60,12
Углеводы (г):	82,6
Эн. ценность(ккал)	928

Ca (мг):	354,64
Mg (мг):	206,95
Fe (мг):	13,24
C (мг):	66,5

Технология приготовления

Подготовленную свеклу отваривают, затем очищают и измельчают на овощерезке. При отпуске свеклы заправляют маслом растительным.

Требования к качеству

Внешний вид: свекла мелко измельчена. Салат уложен горкой, заправлен маслом растительным.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: тёмно- малиновый.

Вкус: умеренно солёный, свойственный свекле.

Запах: свеклы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 27

Наименование кулинарного изделия: Суп картофельный с макаронными изделиями

Номер рецептуры: **103**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов, под редакцией М.П. Могильного. 2011 года**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Картофель	400	300
Макароны, лапша, вермишель, фигурные изделия, лапша домашняя	40	40
Морковь	50	40
Лук репчатый	48	40
Масло растительное	10	10
Бульон или вода	700	700
Выход:	-	1000

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	2,6
Жиры (г):	2
Углеводы (г):	16.8
Эн. ценность(ккал)	96

B1	0,04
B2	0.25
A	0,5
E	0,06

Ca(мг):	182
Mg (мг):	20
Fe (мг):	0,91
C (мг):	-

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 припускают. В кипящий бульон или воду кладут макароны и варят 10-15 мин, затем добавляют картофель, припущенные овощи, лапшу, соль и варят до готовности. Вермишель и фигурные изделия добавляют в суп за 10-15 мин до готовности супа.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа - овощи и макаронные изделия, сохранившие форму

Консистенция: картофель и овощи - мягкие; макаронные изделия, хорошо набухшие, мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной частей

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

Вкус: картофеля и припущенных овощей, умеренно соленый

Запах: продуктов входящих в суп

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 28

Наименование кулинарного изделия (блюда). **Капуста тушеная**

Номер рецептуры: **321**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов, под редакцией М.П. Могильного. 2011 года**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Капуста свежая	142	114
Раствор лимонной кислоты	3	3
Масло растительное	4	4
Томатное пюре	6	6
морковь	3	2,5
Лук репчатый	5	4
Лавровый лист	0,008	0,008
Мука пшеничная	1	1
сахар	3	3
Выход:	-	100

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	2,04
Жиры (г):	3,68
Углеводы (г):	7,89
Эн. ценность(ккал)	77

Ca (мг):	58,75
Mg (мг):	20,85
Fe (мг):	0,83
C (мг):	17,08

Технология приготовления

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котёл слоем до 30 см, добавляют бульон или воду, раствор лимонной кислоты, масло, пассированное томатное пюре и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Затем добавляют пассированные нарезанные соломкой морковь, лук, лавровый лист и тушат до готовности. За 5 минут до конца тушения капусты заправляют мучной пассировкой, сахаром, солью и вновь доводят до кипения.

При отпуске можно посыпать мелко нарубленной зеленью.

Требования к качеству

Внешний вид: смесь тушеной капусты с овощами. Капуста, лук и морковь нарезаны в виде соломки.

Консистенция: сочная, слабо хрустящая.

Цвет: светло-коричневый.

Вкус: умеренно солёный, кисло-сладкий.

Запах: тушеной капусты с ароматом томата, овощей и пряностей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 29

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

Номер рецептуры: **279**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов, под редакцией М.П. Могильного. 2011 года**

Наименование сырья	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Говядина вырезка	52	38
Или свинина	45	38
Хлеб пшеничный	8	8
Вода или молоко	11	11
Лук репчатый	5	4
Масло растительное	5	5
Мука пшеничная	5	5
Выход:		55

Технология приготовления:

Котлетную массу с добавлением сырого лука разделяют в виде шариков массой 10-12г затем панируют в муке, обжаривают, перекладывают неглубокую посуду в 1-2 ряда и заливают соусом с добавлением воды и тушат 8-10 минут. При отпуске фрикадельки поливают соусом в котором тушились.

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: фрикадельки в виде шариков с равномерной мягкой корочкой, пропитаны соусом.

Консистенция: фрикаделек в меру плотная, сочная, однородная.

Цвет: фрикаделек-коричневый, соуса кремовый или розовый от томата.

Вкус: тушеного мяса в соусе, умеренно соленый.

Запах: тушеного мяса и соуса.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Пищевые вещества, гр.			Энерг. ценн.ккал	Витамин С, мг	Минеральные вещества, мг		
Белки	Жиры	Углеводы			Ca	Mg	Fe
9,67	9,87	2,27	136,53	0,01	17,13	12,47	1,47

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 30

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

Номер рецептуры: **171**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов, под редакцией М.П. Могильного. 2011 года**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Гречка	71	71	7100	7100
Масло сливочное	10	10	1000	1000
Сахар	10	10	1000	1000
Выход:		200		2000

Технология приготовления:

Подготовленную крупу всыпают в подсоленную кипящую жидкость. Всплывшие пустотелые зёрна удаляют. Кашу варят до загустения, помешивая. Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают крышкой и дают каше упреть около 2,5 ч. за это время она приобретает своеобразный приятный запах и цвет. При отпуске горячую рассыпчатую кашу кладут на тарелку и поливают растопленным маслом и посыпают сахаром.

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: зёрна крупы целые, хорошо набухшие, легко разделяются.

Консистенция: мягкая, рассыпчатая, однородная.

Цвет: каши гречневый- от светло-коричневого до коричневого.

Вкус: каши с маслом, умеренно солёный.

Запах: каши с маслом.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Пищевые вещества, гр.			Энерг ценн. ккал	Витамин С, мг				Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы		В	С	А	Е	Ca	Mg	Fe	C
8,9	9,1	53,768	296,7	0,36		00,38	5,72	48,1	250,4	65, 4	

