Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев Директор «Первомайской СОШ»

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ**

**2019 – 2020 уч. год**

(Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ – интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений.) **Пермь 2000 г.**

 Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 1

Наименование блюда: **Салат витаминный**

**Номер рецептуры: 2**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья  | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

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: 1,14 5,16 11,54 141,94 |

На 1 порцию

Выход: с маслом 100

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В | 0,06 |
| С | 10,7 |
| А | - |
| Е | 4,95 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 45,6 |
| P | 46,5 |
| Mg | 32,8 |
| Fe | - |

**Технология приготовления:** капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5х15мм), 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 (2х15мм), взбрызгивают раствором лимонной кислоты, чтобы не потемнели.

 Овощи и яблоки соединяют в эмалированной посуде, заправляют растительным маслом, сахаром, хорошо перемешивают и выносят на раздачу.

Затем заправляют сахаром, лимонной кислотой, растительным маслом, хорошо перемешивают и выносят на раздачу.

Температура подачи 14 С.

**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 соленный.

1

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 2

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

**Номер рецептуры: 10**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Морковь 76 61

Яблоки 43 30

Масло растительное 10 10

|  |
| --- |
| Итого: 1,3 2,0 10,7 57 |

На 1 порцию

Выход: с маслом 100

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В | 0,06 |
| С | 4,3 |
| А | - |
| Е | 0,4 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 32,0 |
| P | 53,0 |
| Mg | 34,0 |
| Fe | 0,6 |

**Технология приготовления:** Сырую, очищенную ошпаренную морковь измельчают на терке или нарезают тонкой соломкой. Яблоки промывают, ошпаривают, очищают от кожицы, удаляют от кожицы, удаляют семенные гнезда, тонко шинкуют соломкой, смешивают с морковью и заправляют растительным маслом.

Температура подачи 14С.

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

2

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

 Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 3

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

**Номер рецептуры : 22**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья  | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Свекла 116 90

Чеснок 0,6 0,5

Масло растительное 10 10

|  |
| --- |
| Итого: 1,4 5,5 9,22 143,28 |

 На 1порцию

Выход: с маслом 100

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В | 0,03 |
| С | 11,66 |
| А | - |
| Е | 4,4 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 42,9 |
| P | 49,0 |
| Mg | 25,5 |
| Fe | - |

**Технология приготовления:** Свеклу отваривают, охлаждают, очищают,натирают на терке тонкой соломкой. Добавляют чеснок, растертый с солью и растительное масло. Все тщательно перемешивают и подают.

Температура подачи 14 С.

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

3

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 4

Наименование блюда: **Борщ из капусты**

**Номер рецептуры :27**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Свекла 50 40

Капуста белокочанная 25 20

Картофель 28,1 20

Морковь 13,1 10

Петрушка (корень) 3,75 2,5

Лук репчатый 6,25 5

Масло растительное 3 3

Сахар 2,5 2,5

Бульон или вода 187,5 187,5

Лимонная кислота 0,25 0,25

Сметана 10 10

|  |
| --- |
| Итого: 1,9 6,66 10,81 111,11 |

На 1 порцию

Выход: 250

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В | 0,002 |
| С | 0,08 |
| А | 0,02 |
| Е | 0,05 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 8,5 |
| P | 5,9 |
| Mg | 0,7 |
| Fe | 0,3 |

**Технология приготовления:** Картофель нарезают брусочками, остальныеовощи – соломкой, лук – полукольцами или мелкой рубкой.Свеклу отваривают целиком в кожуре, охлаждают, очищают, нарезают соломкой. Морковь и лук пассируют при температуре 110 С, с добавлением бульона.

В кипящий бульон закладывают свежую тонко нашинкованную капусту, доводят до кипения, варят 10 мин, затем закладывают картофель и подготовленную свеклу, коренья и лук, варят до готовности овощи. За 5 мин до готовности заправляют соль, сахар, раствор лимонной кислоты. За 1 - 2 мин, добавляют лавровый лист и сметану, доводят до кипения.

Для диеты №5 лук бланшируют, лимонную кислоту не используют.

Температура подачи 65 С.

**Требования к качеству:** На поверхность блестки жира светло-жёлтого цвета. Овощи аккуратно нашинкованы, нарезка сохранилась, консистенция мягкая. Вкус сладковато-кисловатый. Запах свойственный варённым овощам. Не допускается привкус и запах сырой свеклы и пареных овощей.

4

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 5

Наименование блюда: **Рассольник ленинградский**

**Номер рецептуры : 34**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья  | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Картофель 100 75

Крупа:

рисовая, овсяная, пшенич-

ная, перловая 5 5

Морковь 12,5 10

Лук репчатый 6,25 5

Огурцы соленые 17,5 15

Бульон или вода 187,5 187,5

Масло сливочное

 или растительное 5 5

Сметана 10 10

|  |
| --- |
| Итого: 5,03 11,3 32,38 179,6 |

На 1 порцию

Выход: 250

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В | 0,15 |
| С | 9,12 |
| А | 0,22 |
| Е | 0,31 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 162,2 |
| P | 187,1 |
| Mg | 32,68 |
| Fe | 1,01 |

**Технология приготовления:** Крупурисовую, овсяную, пшеничную 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, 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 минут.

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, варят 10 мин, добавляют картофель, нарезанный брусочками, припущенную со сливочным или растительным маслом морковь, пассированный репчатый лук, через 5-10 минут вводят припущенные огурцы, соль и варят еще 10 минут.

В конце варки заправляют сметанной и зеленью, доводят до кипения.

Температура подачи 65 С.

**Требования к качеству**: Овощи сохранили форму нарезки, мягкие, огурцы слегка хрустящие. Крупа мягкая. Вкус в меру острый, соленый, аромат огурцов, крупы, овощей.

5

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 6

Наименование блюда: **Суп крестьянский с крупой**

**Номер рецептуры : 43**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья  | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Капуста белокочанная 37,5 30

Картофель 33,75 25

Крупа:

перловая, рисовая овсяная,

ячневая, пшеничная, 10 10

Морковь 12,5 10

Лук репчатый 12,5 10

Масло растительное 5 5

Бульон или вода 212,5 212,5

Сметана 10 10

|  |
| --- |
| Итого: 2,31 3,74 15,43 140,59 |

На 1 порцию

Выход: 250

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В | 0,076 |
| С | 2,8 |
| А |  - |
| Е | 2,6 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 23,4 |
| P | 83,4 |
| Mg | 24,8 |
| Fe | 0,3 |

**Технология приготовления:** Крупуперловую, 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, варят до кипения затем кладут капусту нарезанную шашками, картофель, нарезанный кубиками. За 10 минут до окончания варки добавляют припущенную морковь, лук, и варят суп до готовности. В конце варки заправляют сметанной и зеленью, доводят до кипения.

Температура подачи 65 С.

**Требования к качеству**: Крупа хорошо набухла, но не разварена, коренья, лук и картофель сохранили форму нарезки, мягкие. На поверхности блёстки жира. Бульон полупрозрачный.

Вкус без горечи, в меру солёный, с ароматом овощей.

6

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 7

Наименование блюда: **Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая**.

**Номер рецептуры :100**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Крупа «Геркулес» 30 30

Молоко 106,7 106,7

Вода 69,3 69,3

Сахар 5 5

 масса каши 200

 Масло сливочное 5 5

|  |
| --- |
| Итого: 7,94 8,21 24,13 246,17 |

На 1 порцию

Выход: 205

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В | 0,23 |
| С | 0,8 |
| А | 2,26 |
| Е | 2,6 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 291,1 |
| P | 331,2 |
| Mg | 112,9 |
| Fe | 1,6 |

**Технология приготовления:** В кипящую смесь молока и воды кладут сахар, 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.

**Требования к качеству**: каша растекается на тарелке, цвет белый с сероватым оттенком, консистенция однородная, хлопья мягкие. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

7

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

 Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 8

Наименование блюда**: Сырники из творога**

**Номер рецептуры : 136**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименованиесырья  | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Творог 136 135

Яйца 1/8шт. 5

Сахар 15 15

Мука пшеничная 20 20

 Масса полуфабриката 170

 Масло сливочное 5 5

Масса готовых сырников 150

или масло сливочное 5 5

|  |
| --- |
| Итого: 4,4 14,5 44,67 434,32 |

На 1 порцию

Выход: с вареньем 170

 С маслом 155

 С соусом 200

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В | 0,11 |
| С | 0,79 |
| А | 0,1 |
| Е | 0,86 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 445,0 |
| P | 531,6 |
| Mg | 71,6 |
| Fe | 6,1 |

**Технология приготовления:** В протертый творог добавляют 2/3 муки от указанной в рецептуре, сырые яйца, соль. Массу хорошо перемешивают, придают ей форму батончика толщиной 1,5см 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 180С.

Отпускают по 3шт. на порцию, поливая вареньем или растопленным сливочным маслом, или сладким молочным соусом.

Температура подачи 55 С.

**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 допускается посторонние запахи и привкусы.

8

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

 Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 9

Наименование блюда: **Рыба припущенная в молоке.**

**Номер рецептуры: 147**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья  | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Треска\* 117 85

или минтай\* 117 85

Лук репчатый 22 19

Молоко 30 30

Масло растительное 6,5 6,5

Масса припущенной рыбы 70

Масса рыбы с луком и

Молоком 95

|  |
| --- |
| Итого: 13,57 11,67 3,49 231,6 |

На 1 порцию

Выход: 140

\*Нормы закладки даны на треску, минтай обезглавленные.

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В | 0,1 |
| С | 1,6 |
| А | 0,03 |
| Е | 4,9 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 196,1 |
| P | 807,3 |
| Mg | 79,0 |
| Fe | 0,6 |

**Технология приготовления:** Рыбу разделывают на филе с кожей без костей, нарезают на порционные куски массой 85 г под углом30 град. укладывают в смазанный маслом сотейник кожицей 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.

 Температура подачи 65 С.

Гарниры: картофель отварной (крупными кубиками), картофельное пюре, рассыпчатые каши.

**Требования к качеству:** Рыба подана одним куском с кожицей без костей, проварена, сохранила форму. Цвет, вкус и аромат соответствуют виду рыбы, молоко, лука. Гарнир уложен аккуратно, рыба полита молоком с луком.

9

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

 Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 10

Наименование блюда: **Тефтели из говядины паровые**

**Номер рецептуры :181**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

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 пассированного лука 12,5

Соус 30 30

Масса полуфабриката 30 30

Масса готовых изделий 70

|  |
| --- |
| Итого: 12,85 14,4 11,6 217,83 |

на 1 порцию

Выход: С маслом 75

 С соусом 100

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В |  0,08 |
| С |  0,33 |
| А |  0,001 |
| Е |  1,04 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 22,1 |
| P | 184,1 |
| Mg | 22,1 |
| Fe |  0,9 |

**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 кусочками бланшированный и пассированный репчатый лук, перемешивают, и разделывают шарики по 20-25 г по 2-3 штуки на порцию.

Полуфабрикаты укладывают на смоченную кипящей водой решётку паровой коробки и варят на пару 20-25 мин. при отсутствии паровой коробки тефтели укладывают в сотейник, смазанной маслом, добавляют горячую воду и припускают при закрытой крышке 20-25 мин. готовые тефтели кладут в противни, заливают горячим соусом и проваривают 3-5 мин при слабом кипении.

Отпускают с соусом, в котором тефтели тушились и с гарниром.

Температура подачи 65 С.

Гарниры: каши вязкие, пюре картофельное, овощи в молочном соусе.

Соусы: молочный, сметанный.

**Требования к качеству**: Тефтели должны сохранить форму, поверхность без разрывов, ровная. Вкус в меру солёный, без привкуса хлеба. Консистенция сочная, пышная, на разрезе однородная.

10

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

 Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 11

Наименование блюда:  **Птица отварная**

**Номер рецептуры:192**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья  | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Курица 1 категория

Потрошенная 112 100

Морковь 3 3

Петрушка 3 3

Масса отварной птицы 70

Масло сливочное 5 5

Или соус 50 50

|  |
| --- |
| Итого: 5,2 5 9,64 242,68 |

На 1 порцию

Выход: с маслом 75

 С соусом 120

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В | 0,03 |
| С | 0,9 |
| А | 13,35 |
| Е | 0,34 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 16,0 |
| P | 182,85 |
| Mg | 12,8 |
| Fe | 0,8 |

**Технология приготовления**: подготовленные тушки кур или цыплят закладывают в кипящую воду (2,5л на 1кг 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 куска по 35г.) . нарубленные порции птицы заливают горячим бульоном, доводят до кипения.

При отпуске отварную птицу гарнируют и поливают маслом или соусом.

Температура подачи 65 С.

Гарниры: рассыпчатый рис, овощи отварные, овощные пюре.

Соусы: молочный, молочный с морковью, сметанный.

**Требования к качеству:** Внешний вид – два кусочка на порцию (от филейной части и от ножки) уложены на блюдо, сбоку рассыпчатый рис (или другой гарнир) горкой. Цвет - филейной части – серовато-белый, ножки- коричневатый, с морковью – розовый. Вкус и запах – свойственные вареной курице с привкусом овощей.

11

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

 Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 12

Наименование блюда: **Капуста тушенная**

**Номер рецептуры: 210**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

 Капуста свежая

белокочанная 131,1 105

или капуста квашенная 128,6 90

Масло сливочное 4,5 4,5

 или растительное 4,5 4,5

Морковь 5 4

Петрушка 2,7 2

Лук репчатый 7,1 6

Томат-пюре 1,2 1,2

Сахар 3 3

Мука пшеничная 1,2 1,2

|  |
| --- |
| Итого: 5,24 6,46 26,9 174,32 |

На 1 порцию

Выход: 200

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В | 0,02 |
| С | 1,2 |
| А | 0,01 |
| Е | 0,8 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 50,8 |
| P | 39,4 |
| Mg | 5,6 |
| Fe | 2,8 |

**Технология приготовления:**  Нарезанные соломкой свежую капусту, кладут в котел слоем 300мм, добавляют воду (20-30% к массе сырой капусты), растопленное сливочное масло и тушат до полуготовности при помешивании. Затем добавляют пассированные, нарезанные соломкой морковь, сырую петрушку, репчатый лук, предварительно бланшированный, и тушат до готовности 40-45 минут. За 10 минут до конца тушения капусту заправляют солью, сахаром, посушенной мукой, растертой со сливочным маслом и разведенной в небольшом количестве воды.

Температура подачи 65 С.

**Требования к качеству:** Овощи должны иметь кусочки одинаковой формы размера. Консистенция мягкая, сочная, у капусты допускается упругая. Вкус – кисло-сладкий. Цвет коричневый.

12

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

 Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 13

Наименование блюда: **Какао с молоком**

**Номер рецептуры :242**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья  | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Какао-порошок 3 3

Сахар 20 20

Молоко 100 100

Вода 110 110

|  |
| --- |
| Итого: 3,77 4,93 20,9 153,92 |

 На 1 порцию

Выход: 200

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В | 0,2 |
| С | 0,6 |
| А | 0,02 |
| Е | - |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 121,0 |
| P | 91,0 |
| Mg | 14,0 |
| Fe | 0,7 |

**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.

Требования к качеству: Цвет напитка – светло- коричневый с красноватым оттенком, вкус и запах свойственный какао, сладкий.

13

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

 Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 14

Наименование блюда: **Кисель из концентрата плодового-ягодного**

**Номер рецептуры:247**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Концентрат киселя 24 24

Сахар 10 10

Вода 190 190

|  |
| --- |
| Итого: 1,36 - 29,02 106,0 |

На 1 порцию

Выход: 200

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В |  - |
| С | 1,8 |
| А |  - |
| Е | 0,2 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 12,0 |
| P | 6,0 |
| Mg | 2,0 |
| Fe | 0,2 |

**Технология приготовления:** Концентрат разминают, разводят равным количеством холодной воды. Полученную смесь вливают в кипяток, добавляют сахар и, непрерывно помешивая, доводят до кипения. Охлаждают.

Температура подачи 14 С.

**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.

14

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

 Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 15

Наименование блюда: **Чай с молоком ( 1 вариант).**

**Номер рецептуры :267**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья  | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Чай 40 40

Сахар 13,5 13,5

Молоко 46,5 46,5

Вода 100 100

|  |
| --- |
| Итого: 1,4 1,6 16,4 86,0 |

На 1 порцию

Выход: 200

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В |  0,02 |
| С |  0,6 |
| А |  - |
| Е |  - |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 66,0 |
| P | 50,0 |
| Mg | 12,0 |
| Fe | 0,8 |

**Технология приготовления**: В стакан наливают заварку, добавляют сахар, кипяток и горячее кипячёное молоко.

Температура подачи 65 С.

**Требования к качеству:** Напиток имеет аромат чая, смягчённый добавленным молоком. Цвет светло-коричневый, непрозрачный.

15

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

 Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 16

Наименование блюда: **Чай с сахаром, вареньем, мёдом.**

**Номер рецептуры :270**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья  | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Чай 37,5 37,5

Сахар 11,3 11,3

|  |
| --- |
| Итого: 0,3 - 18,0 64,6 |

На 1 порцию

Выход: 200

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В |  - |
| С |  - |
| А |  - |
| Е |  - |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 14,0 |
| P | 10,0 |
| Mg | 8,0 |
| Fe | 1,0 |

**Технология приготовления**: Разливают в стаканы по 50г процеженной заварки и доводят кипятком.

При отпуске сахар, кладут в каждую порцию.

Температура подачи 65 С.

В летний период чай отпускают как прохладительный напиток. Температура подачи в этом случае 14 С.

Требования к качеству: Аромат и вкус напитка характерен для сорта чая. Прозрачен. Цвет коричневый.

Если чай не прозрачен или имеет тускло- коричневый цвет, значит он не правильно заварен.

16

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

 Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 17

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

**Номер рецептуры : 4**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

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: 0,84 5,06 5,32 70,02 |

На 1 порцию

Выход : с маслом 100

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В |  0,38 |
| С |  2,3 |
| А |  - |
| Е |  2,34 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 51,0 |
| P | 32,8 |
| Mg | 19,95 |
| Fe | 0,06 |

**Технология приготовления:** капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5х15мм), морковь натирают или шинкуют тонкой соломкой ( 2х15мм), 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.

**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 соленный.

17

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 18

Наименование блюда: **Каша рисовая молочная жидкая**

**Номер рецептуры:105**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Крупа рисовая 30,8 30,8

Молоко 106,7 106,7

Вода 71,3 71,3

Сахар 5 5

 Масса каши 200

Масло сливочное 5 5

|  |
| --- |
| Итого: 5,12 6,62 28,61 210,13 |

На 1 порцию

Выход: 205

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В |  0,06 |
| С |  - |
| А |  - |
| Е |  2,2 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 24,0 |
| P | 36,0 |
| Mg | 10,0 |
| Fe | 0,4 |

**Технология приготовления:** В кипящую воду кладут 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 запустения, затем упаривают при закрытой крышке на водяной бане. Непосредственно перед отпуском заправляют растопленным сливочным маслом.

Температура подачи 65 С.

**Требования к качеству:** Консистенция текущая, жидкая, однородная, крупа мягкая. Цвет белый. Не допускается посторонние привкусы и запахи.

18

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

 Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 19

Наименование блюда: **Картофель жаренный из отварного.**

**Номер рецептуры :213**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Картофель 332 242

Масло растительное 9,6 9,6

|  |
| --- |
| Итого: 4,7 9,5 46,3 180,98 |

на 1 порцию

Выход: 200

Витамины на 1 порцию Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В |  0,06 |
| С |  6,6 |
| А |  - |
| Е |  1,3 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 33,2, |
| P | 193,2 |
| Mg |  26,4 |
| Fe |  - |

**Технология приготовления:** Отварной картофель охлаждают, нарезают тонкими ломтиками, обжаривают на сковороде с разогретым маслом(не допуская образования корочки) периодически помешивая. Солят в конце жарки.

Температура подачи 65 С.

**Требования к качеству:** Картофель имеет однородную форму нарезки. Поверхность слегка подрумянена, Консистенция рыхлая, однородная. Цвет на разрезе белый или желтоватый.

\*Изменение выхода блюд в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.5.2409-08 (приложение 3)

19

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

 Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №20

Наименование блюда: **Картофельное пюре.**

**Номер рецептуры :216**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

 Картофель 113 84

Молоко 16 15\*

Масло сливочное 4,5 4,5

|  |
| --- |
| Итого: 4,2 3,8 14,2 134,0 |

на 1 порцию

Выход: 200

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В |  0,1 |
| С |  4,1 |
| А |  0,1 |
| Е |  0,4 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 73,4 |
| P | 84,0 |
| Mg | 27,1 |
| Fe |  0,6 |

\*Масса кипяченного молока

**Технология приготовления:**  Очищенный картофель укладывают в посуду (слоем 50см) , солят, заливают горячей водой, чтобы она покрыла картофель на 1см. 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.

Требования к качеству: Консистенция – густая, пышная, однородная масса без комочков не протертого картофеля. Цвет от кремового до белого, без темных включений. Вкус и запах – слегка соленый, нежный, с ароматом молока и масла. Не допускается запах подгорелого молока.

\*Изменение выхода блюд в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.5.2409-08 (приложение 3)

20

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

 Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №21

Наименование блюда: **Чай с молоком(1 вариант)**

 **Номер рецептуры :267**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья  | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Чай 40 40

Сахар 13,5 13,5

Молоко 46,5 46,5

Вода 100 100

|  |
| --- |
| Итого: 1,4 1,6 16,4 86,0 |

На 1 порцию

Выход: 200

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В |  0,02 |
| С |  0,6 |
| А |  - |
| Е |  - |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 66,0 |
| P | 50,0 |
| Mg | 12,0 |
| Fe | 0,8 |

**Технология приготовления**: В стакан наливают заварку, добавляют сахар, кипяток и горячее кипячёное молоко.

Температура подачи 65 С.

**Требования к качеству:** Напиток имеет аромат чая, смягчённый добавленным молоком. Цвет светло-коричневый, непрозрачный.

21

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №22

Наименование блюда: **Оладьи с маслом, джемом, сахаром**

**Номер рецептуры 296**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |
| Тесто для оладий Мука пшеничнаяЯйцоМолокоили водаДрожжи прессованныеСахарСольМасло растительное Масса готовых оладийМасло сливочноеили джемили сахар  | 851/10шт.85852,531,591015,215 | 1768548585 2,531,59150101515 |  |
| Итого: 25,35 26,2 81,39 440,63  |

на 1 порцию

Выход : с сахаром 165

 С маслом 160

 С джемом 165

Витамины на 1 порцию Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В | 0,1 |
| С | - |
| А | 0,01 |
| Е | 6,31 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 19,9 |
| P | 83,8 |
| Mg | 14,13 |
| Fe | 0,4 |

**Технология приготовления:** В небольшом количестве воды растворяют соль и сахар, добавляют предварительно размоченные дрожжи, смесь процеживают, соединяют с остальной водой, подогретой до 35С, добавляют просеянную муку, яйца и перемешивают до образования однородной массы.

Тесто оставляют в тёплом месте на 3-4 часа. Во время брожения тесто 1-2 раза обминают. Выпекают на хорошо разогретых сковородах, подают с маслом, сахаром или джемом по 3 штуки на порцию.

 Температура подачи 65 С

**Требования к качеству:** Изделие имеет пышную структуру, толщиной не более 6 мм, золотистый цвет, приятный вкус, без излишней кислоты. Мякиш пористый, пропеченный.

22

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

 Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №23

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

**Номер рецептуры: 7**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Капуста квашенная 116 81

Лук репчатый 12 10

Масло растительное 10 10

|  |
| --- |
| Итого: 1,4 1,9 6,0 76,0 |

на 1 порцию

Выход: с маслом 100

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В |  0,02 |
| С |  13,5 |
| А |  - |
| Е |  2,1 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 51,0 |
| P | 30,0 |
| Mg | 16,0 |
| Fe |  1,2 |

**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.

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

23

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

 Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №24

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

**Номер рецептуры : 19**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Свекла 76 61

Морковь 38 30

Масло растительное 10 10

|  |
| --- |
| Итого: 1,32 5,08 7,68 126,08 |

на 1 порцию

Выход: с маслом 100

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В |  0,03 |
| С |  9,5 |
| А |  - |
| Е |  4,53 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 47,5 |
| P | 53,6 |
| Mg | 31,1 |
| Fe |  - |

**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. Свекла заправляют растительным маслом отдельно от моркови (чтобы не окрашивала морковь) и соединяют с морковью, добавляют соль. Хорошо перемешивают.

Температура подачи 14 С.

**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.

24

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

 Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №25

Наименование блюда: **Сельдь с картофелем**

**Номер рецептуры: 24**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Сельдь 44 21

Картофель 192 144

Масса вареного картофеля 70

Масло растительное 10 10

|  |
| --- |
| Итого: 13,56 17,12 23,48 377,35 |

на 1 порцию

Выход: с маслом 200

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В |  0,2 |
| С |  1 9,5 |
| А |  0,02 |
| Е |  5,04 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 89,6 |
| P | 348,2 |
| Mg | 39,7 |
| Fe |  1,0 |

**Технология приготовления:** Картофель отваривают, очищают, нарезают ломтиками. Можно картофель нарезать кубиками 5х5мм, 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 кипяченной воде. Картофель укладывают на тарелку, с боку кладут ломтики сельди, поливают растительным маслом.

Температура подачи 14 С.

**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 3%. Сельдь и картофель политы маслом.

\*Изменение выхода блюд в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.5.2409-08 (приложение 3)

25

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

 Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 26

Наименование блюда: **Рассольник домашний**

**Номер рецептуры : 33**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья  | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Картофель 100 75

Капуста свежая 25 20

Морковь 12,5 10

Лук репчатый 6,25 5

Огурцы соленые 17,5 15

Бульон или вода 175 175

Масло сливочное

 или растительное 5 5

Сметана 10 10

|  |
| --- |
| Итого: 6,03 11,3 32,38 149,6 |

На 1 порцию

Выход: 250

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В | 0,15 |
| С | 9,12 |
| А | 0,22 |
| Е | 0,31 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 162,2 |
| P | 187,1 |
| Mg | 32,68 |
| Fe | 1,01 |

**Технология приготовления:** Овощи шинкуют соломкой, картофель брусочками, огурцы ромбиками(без кожицы и семян). Лук бланшируют, затем пассируют 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 65 С.

**Требования к качеству**: Овощи сохранили форму нарезки, мягкие, огурцы слегка хрустящие. кус в меру острый, соленый, аромат огурцов, овощей.

26

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

 Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 27

Наименование блюда: **Суп картофельный с бобовыми.**

**Номер рецептуры: 37**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Горох 21,25 20

 Или горошек консер. 38,75 25

Картофель 67,5 50

Морковь 12,5 10

Петрушка(корень) 3,1 2,5

Лук репчатый 12,5 10

Масло сливочное 5 5

Бульон или вода 175 175

|  |
| --- |
| Итого: 2,3 3,89 17,3 135,0 |

на 1 порцию

Выход: 250

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В |  0,15 |
| С |  1,0 |
| А |  - |
| Е |  1 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 82,0 |
| P | 328,0 |
| Mg | 48,0 |
| Fe |  2,2 |

**Технология приготовления**: Горох подготавливают: перебираю, моют, выдерживают в холодной воде3-4 часа. Если вода не горит, 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 моркови петрушку, бланшированный пассированный лук и варят до готовности.

Зеленый горошек закладывают в суп вместе с припущенными овощами.

Температура подачи 65 С.

Требования к качеству: корень 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 пассированных овощей.

27

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

 Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 28

Наименование блюда: **Суп картофельный с рыбными консервами**

**Номер рецептуры : 64**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Консервы рыбные в соб-

ственном соку или с

добавлением масла 26 25

Картофель 150 112,5

Морковь 12,5 10

Лук репчатый 12 10

Масло сливочное

или растительное 2,5 2,5

Вода 175 175

|  |
| --- |
| Итого: 6.62 8,31 21,28 174,48  |

на 1 порцию

Выход : 250

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В |  0,26 |
| С |  6,25 |
| А |  - |
| Е |  3,07 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 25,0 |
| P | 100,6 |
| Mg | 17,94 |
| Fe |  0,9 |

**Технология приготовления:** Консервные банки промывают, ошпаривают, протирают, вскрывают. В кипящую воду кладут подготовленный картофель, нарезанный кубиками и рыбные консервы. За 10 минут до окончания варки добавляют припущенные морковь, лук и варят суп до готовности.

 Температура подачи 65 С.

**Требования к качеству:** коренья, лук и картофель сохранили форму нарезки, мягкие. На поверхности блестки жира. Бульон полупрозрачный. Вкус в меру соленный, с ароматом консервированной рыбы.

28

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

 Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 29

Наименование блюда**: Вареники ленивые**

**Номер рецептуры: 123**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Творог 159 156

Мука пшеничная 22 22

Яйца 3/10шт. 11

Сахар 11 11

 Масса полуфабриката 190

 Масса вареных вареников 200

Масло сливочное 10 10

|  |
| --- |
| Итого: 15,4 9,82 43,22 351,22 |

на 1 порцию

Выход: с маслом 210

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В |  0,11 |
| С |  0,79 |
| А |  0,1 |
| Е |  0,86 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 289,2 |
| P | 231,6 |
| Mg | 41,6 |
| Fe |  1,1 |

**Технология приготовления:** В протертый творог вводят муку, соль, сахар, сырые яйца, замешивают тесто. Раскатывают пластом толщиной 10-12мм, нарезают на полоски шириной 25мм, а затем на кусочки прямоугольной или треугольной формы или ромба, отваривают небольшими партиями в кипящей подсоленной воде 5 минут перед подачей. Соотношение вареников и воды 1:5 .

Поливают растопленным маслом.

Температура подачи 65 С.

**Требования к качеству:** Вареники сохраняют форму, сочные, мягкие, белые, без посторонних привкусов и запахов.

29

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 30

Наименование блюда: **Котлеты или биточки рыбные.**

**Номер рецептуры:143**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Треска\* 89 56

 или минтай 92 56

 или скумбрия 101 56

Хлеб пшеничный 13 13

Молоко или вода 10 10

Яйца 1/10 шт. 4

Масса полуфабриката 83

Масло сливочное 1,4 1,4

Масса готовых котлет 70

Соус 30 30

 или масло сливочное 5 5

|  |
| --- |
| Итого: 7,8 2,5 9,0 144,6 |

на 1 порцию

Выход:

 С маслом 75

 C соусом 100

\* норма расхода даны на треску, минтай потрошеные обезглавленные, скумбрию неразделанную.

**Витамины на 1 порцию**

|  |  |
| --- | --- |
| В |  0,11 |
| С |  1,8 |
| А |  0,03 |
| Е |  4,0 |

**Микроэлементы на 1 порцию**

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 50,9 |
| P | 261,7 |
| Mg | 36,8 |
| Fe |  0,6 |

**Технология приготовления**: Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски, измельчают на мясорубке, второй раз пропускают через мясорубку вмесите с замоченным в воде и отжатым черствым пшеничным хлебом высшего сорта, добавляют соль, сливочное масло, сырые яйца, оставшуюся воду, все тщательно перемешивают, выбивают. Из рыбной котлетной массы формируют котлеты. Изделия укладывают в сотейник, смазанным маслом, в один ряд, добавляют процеженный рыбный бульон или воду припускают до готовности 20-25 минут при закрытой крышке и варят на пару. Для бульона используют пищевые отходы от обработки рыбы.

Температура подачи 65 С.

Гарниры: каши вязкие, овощные пюре, капуста тушенная.

Соусы: сметанный, молочный, томатный.

**Требования к качеству:** Внешний вид – изделие имеет круглую или яйцевидную приплюснутую форму, заостренную с одной стороны, без трещин. Соус подливают, гарнир уложен горкой, котлета сбоку приподнята на гарнир (маслом поливают котлету). Консистенция однородная, рыхлая, сочная. Цвет белый с сероватым оттенком. Не допускается посторонние привкусы, запах и привкус кислого хлеба.

30

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 31

Наименование блюда: **Котлеты мясные**

**Номер рецептуры :171**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Говядина 1 категории

(котлетное мясо) 81 60

Хлеб пшеничный 13 13

Сухари 7,5 7,5

Молоко или вода 16 16

 Масса полуфабриката 87

Масло сливочное 5 5

 Масса готовых изделий 70

Соус 30 30

Или масло сливочное 5 5

|  |
| --- |
| Итого: 11,3 5,5 5,7 151 |

на 1 порцию

Выход: с соусом 100

 С маслом 75

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В |  0,074 |
| С |  0,17 |
| А |  0,066 |
| Е |  1,04 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 34,3 |
| P | 184,2 |
| Mg | 22,8 |
| Fe |  2,3 |

**Технология приготовления:** Зачищенное мясо измельчают на мясорубке, соединяют с пшеничным черствым хлебом без корок, замоченным в молоке или воде, добавляют соль, перемешивают и вторично пропускают через мясорубку. Массу перемешивают, формируют котлеты - овально- приплюснутой формы толщиной1,5- 2 см, биточки – кругло- приплюснутой формы толщиной 2 -2,5см или шницели- плоскоовальной формы, толщиной 1см.

Изделия панируют в сухарях или в белой сухарной панировке и обжаривают на раскаленной сковороде с жиро, нагретым до температуры 150-160С 3-5 мин с двух сторон до образования легкой корочки, затем доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 250-280 С в течении 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.

Температура подачи 65 С.

Гарниры: каши вязкие, пюре картофельное, овощи в молочном соусе.

Соусы: молочный, сметанный.

**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.

31

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 32

Наименование блюда: **Сосиски, сардельки, колбаса отварная**

**Номер рецептуры:185**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Сосиски

 или сардельки

 или колбаса вареная 72 70

Масло сливочное 5

 или соус 50

|  |
| --- |
| Итого: 12,4 7,6 5,4 157,0 |

на 1 порцию

Выход: с маслом 75

 С соусом 120

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В |  0,38 |
| С |  - |
| А |  - |
| Е |  0,4 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 35,0 |
| P | 159,5 |
| Mg | 20,0 |
| Fe |  1,8 |

**Технология приготовления:** С сосисок, сарделек или колбасы предварительно снимают искусственную оболочку, колбасу нарезают на порции. Колбасные изделия кладут 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.

Температура подачи 65 С.

Гарниры: каши вязкие, рис припущенный, овощи отварные или припущенные.

Соусы: томатный.

32

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

 Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 33

Наименование блюда: **Макаронные изделия отварные**

**Номер рецептуры:204**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Макаронные изделия 68 68

 Масса отварных

макаронных изделий 196

масло сливочное 4,5 4,5

|  |
| --- |
| Итого: 7,36 7,06 47,1 271,46 |

на 1 порцию

Выход: 100

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В |  0,12 |
| С |  - |
| А |  0,02 |
| Е |  1,6 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 15,2 |
| P |  8,4 |
| Mg |  10,84 |
| Fe |  1,4 |

**Технология приготовления:** Длинные макароны разламывают на мелкие части. Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1кг макаронных изделий берут 6л воды, 50г соли). Варят макароны 20-30 минут, лапшу 20-25 минут, вермишель 10-12 минут. Проверяют на готовность на разрезе- не должно быть прослойки непроверенной муки. Готовые макаронные изделия откидывают, дают стечь отвару, выкладывают на противень слоем 3-4см, заправляют растопленным сливочным маслом и прогревают в жарочном шкафу при температуре 140-160 С 5 минут.

Температура подачи 65 С.

\*Изменение выхода блюд в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.5.2409-08 (приложение 3)

**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.

33

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

 Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 34

Наименование блюда: **Капуста, тушённая с морковью в молоке.**

**Номер рецептуры: 211**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

 Капуста свежая

белокочанная 164 130

Морковь 88 70

Молоко 20 20

Масло сливочное 3 3

Сахар 1 1

Мука пшеничная 2 2

|  |
| --- |
| Итого: 4,84 5,7 21,64 170,98 |

на 1 порцию

Выход: 205

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В |  0,02 |
| С |  1,2 |
| А |  0,01 |
| Е |  0,22 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 50,8 |
| P |  39,4 |
| Mg |  5,6 |
| Fe |  0,8 |

**Технология приготовления:** Нарезанные соломкой свежую капусту и морковь тушат в молоке с добавлением сливочного масла (1/3 от нормы) до готовности 40-50 минут. За 10 мин. до окончания тушения капусту заправляют сахаром, солью, мукой, подсушенную без изменения цвета, растёртой со сливочным маслом и разведённой в молоке.

Температура подачи 65 С.

**Требования к качеству:** Овощи сохранили форму нарезки. Консистенция овощей мягкая, капусты -упругая, сочная. Вкус в меру солёный, сладковатый, без привкуса и запаха сырой муки, пригорелого молока. Цвет светло- коричневый

\*Изменение выхода блюд в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.5.2409-08 (приложение 3)

34

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 35

Наименование блюда:  **Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка.**

**Номер рецептуры: 245**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Кефир 206 200

 Или ацидофилин 216 200

 Или простокваша 200 200

 Или ряженка 205 200

|  |
| --- |
| Итого: 5,8, 2,5 8 138,0 |

на 1 порцию

Выход: 200

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В |  0,02 |
| С |  0,4 |
| А |  2,8 |
| Е |  0,2 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 14,0 |
| P |  14,0 |
| Mg |  8,0 |
| Fe |  2,8 |

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

Кисломолочные продукты можно отпускать с сахаром по 5-10г, а также с кукурузными или пшеничными хлопьями – 1515г на порцию.

Температура подачи 14 С.

**Требования к качеству**: Кисломолочные напитки имеют белый цвет, ряженка слегка кремовый, консистенция свойственная виду напитка, не допускается излишне кислый вкус.

35

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 36

Наименование блюда:  **Компот из смеси сухофруктов**

**Номер рецептуры:255**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Смесь из сухофруктов 25 30,5\*

Сахар 15 15

Вода 190 190

|  |
| --- |
| Итого: 0,1 - 12,3 112,3  |

на 1 порцию

Выход: 200

\* масса сухофруктов отварных

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В |  0,02 |
| С |  0,8 |
| А |  - |
| Е |  1,3 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 4,0 |
| P |  3,0 |
| Mg |  5,3 |
| Fe |  0,6 |

**Технология приготовления:** Сушеные фрукты перебирают, сортируют по видам, несколько раз промывают в тепловой воде, затем закладывают в кипящую воду с сахаром в следующей последовательности: груши варят1,5-2 часа; яблоки- 20-30 минут; урюк- 18-20 минут; изюм- 5-10 минут. Охлаждают . фрукты раскладывают в стаканы, заливают отваром.

Температура подачи 14 С.

**Требования к качеству**: не допускается посторонние примеси и порченые плоды. Ягоды и плоды сварены до полной готовности и пропитаны отваром. Отвар – прозрачный. Вкус и запах соответствуют использованным в компоте сухофруктам. Цвет - коричневый или темно – коричневый.

36

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

 Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 37

Наименование блюда: **Чай с молоком (2 вариант).**

 **Номер рецептуры :269**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья  | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Чай 40 40

Сахар 13 13

Молоко 80 80

Вода 67 67

|  |
| --- |
| Итого: 1,8 2,1 6,8 164,6 |

На 1 порцию

Выход: 200

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В |  0,03 |
| С |  0,8 |
| А |  - |
| Е |  - |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 88,0 |
| P | 66,6 |
| Mg | 16,0 |
| Fe | 1,0 |

**Технология приготовления**: В стакан наливают заварку, добавляют сахар, кипяток и горячее кипячёное молоко.

Температура подачи 65 С.

**Требования к качеству:** Напиток имеет аромат чая, смягчённый добавленным молоком. Цвет светло-коричневый, непрозрачный.

37

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

 Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 38

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

**Номер рецептуры :344**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Масло сливочное 20 20

 или шоколадное 20 20

 или фруктовое 20 20

Хлеб 20 20

|  |
| --- |
| Итого: 3,55 0,55 23,2 144,5 |

на 1 порцию

Выход: 40

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В |  0,08 |
| С |  - |
| А |  - |
| Е |  1,65 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 11,15 |
| P |  42,0 |
| Mg |  16,5 |
| Fe |  1,0 |

**Технология приготовления:** Размягченное масло намазывают на хлеб и наносят рисунок с помощью специального ножа.

Температура подачи 14С

Хранят не более 15минут при температуре 6 С.

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

38

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 39

Наименование блюда: **Салат из свеклы**

**Номер рецептуры : 22**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья  | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Свекла 93 71

Огурцы соленые 25 20

Масло растительное 10 10

|  |
| --- |
| Итого: 1,26 5,08 7,76 126,8 |

Выход: с маслом 100

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В | 0,03 |
| С | 11,8 |
| А | - |
| Е | 2,25 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 40,1 |
| P | 50,4 |
| Mg | 24,0 |
| Fe | - |

**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.

**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.

39

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

 Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 40

Наименование блюда: **Каша манная молочная вязкая.**

**Номер рецептуры :97**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья  | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Крупа манная 44,4 44,4

Вода 94 94

Молоко 70 70

Сахар 5 5

Масса каши 200

Масло сливочное 5 5

|  |
| --- |
| Итого: 6,53 7,03 32,8 244,92 |

На 1 порцию

Выход: 205

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В | 0,06 |
| С |  - |
| А |  - |
| Е | 2,2 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 24,0 |
| P | 36,0 |
| Mg | 10,0 |
| Fe | 0,4 |

 **Технология приготовления**: Манную крупу всыпают быстро тонкой струёй в кипящую смесь воды и молока, соли и сахара при активном помешивание с верху вниз, и варят 20 мин при непрерывном помешивании. При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом.

 Температура подачи 65С.

 Необходимость вливать кипящее молоко вызвана тем, что нельзя прерывать процесс варки, иначе время его значительно возрастёт.

**Требования к качеству:** Каша на тарелке держится горкой, однородная, зёрна крупы полностью набухшие. Цвет белый. Не допускается посторонние привкусы и запахи, в том числе пригорелых молока и каши.

40

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

 Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 41

Наименование блюда: **Котлеты, биточки, шницели припущенные.**

**Номер рецептуры : 189**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Курица 1 категории потро-

шенная 193 69

Хлеб пшеничный 13 13

Молоко и вода 18 18

Масса полуфабриката 100

Масса готовых биточков 95

Масло сливочное 5 5

Или соус 30 30

|  |
| --- |
| Итого: 13,95 15,56 9,4 222,61  |

на 1 порцию

Выход: С маслом 75

 С соусом 100

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В |  0,14 |
| С |  3,37 |
| А |  0,15 |
| Е |  0,76 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 62,75 |
| P |  359,12 |
| Mg |  41,62 |
| Fe |  2,0 |

**Технология приготовления:** мякоть птицы без кожи пропускают через мясорубку. Измельченное мясо соединяют с замоченным в воде или молоке черствым пшеничным (высшего сорта) хлебом, кладут соль, хорошо перемешивают, пропускают через мясорубку второй раз и выбирают. Из готовой котлетной массы формируют котлеты, биточки или шницели, укладывают на смазанный маслом противень, подливают горячей воды и припускают при закрытой крышке до готовности 15-20 минут.

Отпускают биточки с гарниром и соусом.

Температура подачи 65 С.

**Требования к качеству:** внешний вид- изделия сохранили форму, без трещин. Гарнир расположен сбоку в виде горки. Цвет – на разрезе серый. Вкус в меру соленный, свойственный отварному мясу. Консистенция – пышная, не мажущаяся.

41

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

 Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 42

Наименование блюда: **Картофель отварной**

**Номер рецептуры :214**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Картофель 264 198

Или картофель

молодой 256 204

Масса отварного

картофеля 192

Масло растительное 4,5 4,5

Или масло сливочное 4,5 4,5

|  |
| --- |
| Итого: 4,7 9,5 46,3 180,98 |

на 1 порцию

Выход: 200

Витамины на 1 порцию Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В |  0,03 |
| С |  0,22 |
| А |  - |
| Е |  4,17 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 16,6 |
| P |  96,3 |
| Mg |  38,2 |
| Fe |  - |

**Технология приготовления:** Очищенный мелкий целиком, дольками или крупный кубик картофель заливают горячей водой, так, что бы она покрывала картофель на 1-1.5 см, кладут 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 развариваются, поглощающий много влага, то варят его 15 минут после кипения, 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.

**Требования к качеству:** Форма клубней или нарезки должна сохраняться. Цвет – от белого до желтоватого. Потемнение картофеля не допускается. Консистенциярыхлая.

\*Изменение выхода блюд в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.5.2409-08 (приложение 3)

42

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

 Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 43

Наименование блюда: **Чай с молоком ( 1 вариант).**

 **Номер рецептуры :266**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья  | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Чай 40 40

Сахар 13,5 13,5

Молоко 46,5 46,5

Вода 100 100

|  |
| --- |
| Итого: 1,4 1,6 16,4 86,0 |

На 1 порцию

Выход: 200

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В |  0,02 |
| С |  0,6 |
| А |  - |
| Е |  - |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 66,0 |
| P | 50,0 |
| Mg | 12,0 |
| Fe | 0,8 |

**Технология приготовления**: В стакан наливают заварку, добавляют сахар, кипяток и горячее кипячёное молоко.

Температура подачи 65 С.

**Требования к качеству:** Напиток имеет аромат чая, смягчённый добавленным молоком. Цвет светло-коричневый, непрозрачный.

43

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

 Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 44

Наименование блюда: **Чай с сахаром, вареньем, мёдом.**

**Номер рецептуры:270**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Чай 37,5 37,5

Сахар 11,3 11,3

Или варенье 11,3 11,3

Или мёд 11,3 11,3

|  |
| --- |
| Итого: 0,3 - 18,0 64,6 |

на 1 порцию

Выход: 200

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В |  - |
| С |  - |
| А |  - |
| Е |  - |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 14,0 |
| P |  10,0 |
| Mg |  8,0 |
| Fe |  1,0 |

**Технология приготовления:** Разливаютв стаканы по 50 процеженной заварки и доливают кипятком.

При отпуске сахар кладут в каждую порцию.

Температура подачи 65 С.

В летний период чай можно отпускать как прохладительный напиток. Температура подачи в этом случае 14 С.

**Требования к качеству**: Аромат и вкус напитка характерен для сорта чая. Прозрачен. Цвет коричневый.

Если чай не прозрачен или имеет тускло-коричневый цвет, значит он неправильно заварен.

44

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 45

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

**Номер рецептуры 341**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |
| Сыр «Советский»или «Российский»или«Голландский»или«Пошехонский»или«Швейцарский»или «Ярославский»или «Костромской»или копченый сырили плавленые сырили «Алтайский»Масло сливочноеХлеб | 212122212221,521212122520 | 20202020202020202020520 |  |
| Итого: (расчет по сыру « Российскому») 6.62 5.48 10.06 142.0  |

на 1 порцию

Выход : 45

Витамины на 1 порцию Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В |  0,028 |
| С |  0,6 |
| А |  0,07 |
| Е |  0,37 |

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 323,0 |
| P |  214,0 |
| Mg |  27,8 |
| Fe |  2,6 |

**Технология приготовления:** ломтики хлеба намазывают сливочным маслом, а сверху кладут ломки сыра.

Температура подачи 14 С.

Хранят не более 15 минут при температуре 6 С.

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

45

Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

 Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 46

Наименование блюда: **Салат из свеклы**

**Номер рецептуры : 22**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья  | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Свекла 93 71

Огурцы соленые 25 20

Масло растительное 10 10

|  |
| --- |
| Итого: 1,26 5,08 7,76 126,8 |

Выход: с маслом 100

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В | 0,03 |
| С | 11,8 |
| А | - |
| Е | 2,25 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 40,1 |
| P | 50,4 |
| Mg | 24,0 |
| Fe | - |

**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.

**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.

46

 Утверждаю:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Белоконев

Директор «Первомайской СОШ»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 47

Наименование блюда: **Рис отварной**

**Номер рецептуры:201**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных

образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных

учреждений. Пермь 2000г.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Масса, г | Химический состав | Энергетическая ценность, ккал |
| Брутто | Нетто | Б | Ж | У |

Крупа рисовая 72 72

масло сливочное 4,5 4,5

|  |
| --- |
| Итого: 7,36 7,06 47,1 271,46 |

на 1 порцию

Выход: 200

Витамины на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| В |  0,12 |
| С |  - |
| А |  0,02 |
| Е |  1,6 |

Микроэлементы на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Ca | 15,2 |
| P |  8,4 |
| Mg |  10,84 |
| Fe |  1,4 |

**Технология приготовления:** Рис перебирают, промывают многократно в теплой воде. Подготовленную рисовую крупу всыпают в кипящую подсоленную воду (6л воды,40 г 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 минут.

Температура подачи 65 С.

\*Изменение выхода блюд в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.5.2409-08 (приложение 3)

**Требования к качеству:** Зерна крупы набухшие, мягкие, не деформированные, белого цвета, не слипшиеся.Не допускается вкус и запах подгорелой каши.

47