

**Примерное 10-дневное меню для организации горячего питания детей в
возрасте от 7 до 11 лет на базе столовых, общеобразовательных
учреждений с. Денисово, работающих на продовольственном сырье**

ДЕНЬ: понедельник

НЕДЕЛЯ : первая

Возрастная категория : с 7 до 11 лет

№ реп	прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые в-ва(г)			эн ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Са	Р	Mg	Fe
	ЗАВТРАК												
120-126	запеканка со свежими плодами в ассортименте	200	7.70	7.20	44.00	272.00	0.08	2.10	0.06	115.00	126.00	23.00	1.50
ГП	джем или повидло	30	0.80	0.01	4.40	20.80	0.00	0.15	0.00	6.93	3.21	1.02	0.14
351	кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1.36	0.00	29.02	122.00	0.00	0.00	0.00	1.00	0.00	0.00	0.10
ГП	кисломолочный продукт порционно	115	5.75	3.68	9.80	100.00	0.03	0.70	0.02	136.00	105.00	16.00	0.12
ГП	хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.46	69.89	0.04	0.00	0.00	6.00	19.50	4.20	0.36
	итого за завтрак	575	17.89	11.13	101.68	584.69	0.15	2.95	0.08	264.93	253.71	44.22	2.22
	ОБЕД												
65	щи из свежей капусты с картофелем	200	1.67	5.10	6.20	66.40	0.05	15.20	0.00	27.20	38.00	17.60	0.64
290	макаронные изделия отварные	150	5.52	5.29	35.32	145.00	0.06	0.00	0.00	12.00	34.50	7.50	0.75
211	гуляш из говядины	100	17.00	18.00	4.00	248.00	0.05	1.00	0.04	14.00	158.00	25.00	2.70
368	чай с сахаром	200	0.00	0.00	15.00	60.00	0.00	0.00	0.00	11.00	3.00	1.00	0.40
382-386	фрукты	200	0.80	0.80	19.60	94.00	0.06	20.00	0.00	16.00	22.00	18.00	4.40
ГП	хлеб пшеничный	45	3.42	0.36	21.69	106.00	0.06	0.00	0.00	9.00	29.25	6.30	0.54
ГП	хлеб ржано-пшеничный	25	1.40	0.30	8.50	45.25	0.05	0.00	0.00	8.75	39.50	11.75	0.98
	итого за обед	920	29.81	29.85	110.31	764.65	0.33	36.20	0.04	97.95	324.25	87.15	10.41
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК И ОБЕД		47.70	40.98	211.99	1349.34	0.48	39.15	0.12	362.88	577.96	131.37	12.63

ДЕНЬ: вторник

НЕДЕЛЯ : первая

Возрастная категория : с 7 до 11 лет

№	прием пищи, наименование блюда	масса	Пищевые в-ва(г)	эн ценность	Витамины (мг)	Минеральные в-ва (мг)
---	--------------------------------	-------	-----------------	-------------	---------------	-----------------------

реп		порции	Б	Ж	У	(ккал)	В ₁	С	А	Са	Р	Mg	Fe
	ЗАВТРАК												
207	азу	230	19.00	20.00	24.00	352.00	0.19	10.20	0.05	34.00	214.00	58.00	3.90
357	компот из смеси сухофруктов	200	0.56	0.00	27.89	113.79	0.01	0.70	0.00	20.80	19.00	16.80	2.26
ГП	кисломолочный продукт порционно	115	5.75	3.68	9.80	100.00	0.03	0.70	0.02	136.00	105.00	16.00	0.12
ГП	хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.46	69.89	0.04	0.00	0.00	6.00	19.50	4.20	0.36
ГП	хлеб ржано-пшеничный	25	1.12	0.24	6.80	36.20	0.04	0.00	0.00	7.00	31.60	9.40	0.78
	итого за завтрак	600	28.71	24.16	82.95	671.88	0.31	11.60	0.07	203.80	389.10	104.40	7.42
	ОБЕД												
49	суп картофельный с гречками	200/12	6.60	6.70	13.00	113.00	0.05	9.00	0.00	12.20	50.00	19.50	1.00
276	каша гречневая рассыпчатая	150	8.73	7.80	37.00	253.00	0.28	0.00	0.00	14.00	270.00	135.00	4.60
173	рыба запеченная с сыром в сметанном соусе	120	9.7	5.2	2.9	161	0.07	1.6	0.015	32	145	24.5	0.5
365	соковая продукция	200	1.00	0.20	0.20	92.00	0.02	4.00	0.00	14.00	0.00	0.00	2.80
ГП	хлеб пшеничный	45	3.42	0.36	21.69	106.00	0.06	0.00	0.00	9.00	29.25	6.30	0.54
ГП	хлеб ржано-пшеничный	25	1.40	0.30	8.50	45.25	0.05	0.00	0.00	8.75	39.50	11.75	0.98
	итого за обед	752	30.85	20.56	83.29	770.25	0.53	14.60	0.02	89.95	533.75	197.05	10.42
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК И ОБЕД		59.56	44.72	166.24	1442.13	0.84	26.20	0.09	293.75	922.85	301.45	17.84

ДЕНЬ: среда

НЕДЕЛЯ : первая

СЕЗОН :

Возрастная категория : с 7 до 11 лет

№ реп	прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые в-ва(г)			эн ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Са	Р	Mg	Fe
	ЗАВТРАК												
143	запеканка из творога с молоком сгущенным	150/30	24.00	25.00	24.00	425.00	0.07	0.60	0.20	297.00	347.00	38.00	1.00
370	масло сливочное порциями	10	0.10	7.20	0.10	57.00	0.00	0.00	40.00	0.00	3.00	0.00	0.00
382-386	фрукты	200	0.80	0.80	19.60	94.00	0.06	20.00	0.00	16.00	22.00	18.00	4.40
366	чай с лимоном	200	0.07	0.00	15.31	61.62	0.00	2.80	0.00	14.20	4.00	2.00	0.40
ГП	хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.46	69.89	0.04	0.00	0.00	6.00	19.50	4.20	0.36
	итого за завтрак	620	27.25	33.24	73.47	707.51	0.17	23.40	40.20	333.20	395.50	62.20	6.16
	ОБЕД												
33	борщ с капустой и картофелем	200	1.20	4.40	7.20	89.00	0.04	0.96	0.00	27.20	42.40	20.80	1.04
273	птица тушеная в соусе с овощами	230	15.15	22.70	23.10	346.00	0.02	10.10	0.03	70.00	90.00	65.50	2.80
363	напиток из шиповника	200	0.68	0.00	21.01	46.87	0.00	110.00	0.00	14.00	2.00	4.00	0.60
ГП	кисломолочный продукт порционно	115	5.75	3.68	9.80	100.00	0.03	0.70	0.02	136.00	105.00	16.00	0.12
ГП	хлеб пшеничный	45	3.42	0.36	21.69	106.00	0.06	0.00	0.00	9.00	29.25	6.30	0.54
ГП	хлеб ржано-пшеничный	25	1.40	0.30	8.50	45.25	0.05	0.00	0.00	8.75	39.50	11.75	0.98
	итого за обед	815	27.60	31.44	91.30	733.12	0.20	121.76	0.05	264.95	308.15	124.35	6.08
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК И ОБЕД		54.85	64.68	164.77	1440.63	0.37	145.16	40.25	598.15	703.65	186.55	12.24

ДЕНЬ: четверг

НЕДЕЛЯ : первая

СЕЗОН :

Возрастная категория : с 7 до 11 лет

№ реп	прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые в-ва(г)			эн ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Са	Р	Mg	Fe

ЗАВТРАК													
300	кукуруза отварная	50	4.60	2.90	32.00	134.60	0.10	0.00	0.01	14.00	91.00	33.00	1.60
290	макаронные изделия отварные	150	5.52	5.29	35.32	145.00	0.06	0.00	0.00	12.00	34.50	7.50	0.75
175	шницель рыбный с соусом	80/30	11.12	1.70	7.70	90.40	0.05	0.30	0.02	28.00	128.00	18.40	0.50
365	соковая продукция	200	1.00	0.20	0.20	92.00	0.02	4.00	0.00	14.00	0.00	0.00	2.80
ГП	хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.46	69.89	0.04	0.00	0.00	6.00	19.50	4.20	0.36
ГП	хлеб ржано-пшеничный	25	1.12	0.24	6.80	36.20	0.04	0.00	0.00	7.00	31.60	9.40	0.78
	итого за завтрак	570	25.64	10.57	96.48	568.09	0.31	4.30	0.03	81.00	304.60	72.50	6.79
ОБЕД													
55	суп харчо	200	1.40	6.40	10.80	162.40	0.04	1.31	0.02	1.60	97.20	10.00	0.20
209	жаркое по-домашнему	230	26.00	24.00	17.00	396.00	0.18	8.00	0.05	37.00	306.00	59.00	3.60
357	компот из смеси сухофруктов	200	0.56	0.00	27.89	113.79	0.01	0.70	0.00	20.80	19.00	16.80	2.26
ГП	хлеб пшеничный	45	3.42	0.36	21.69	106.00	0.06	0.00	0.00	9.00	29.25	6.30	0.54
ГП	хлеб ржано-пшеничный	25	1.40	0.30	8.50	45.25	0.05	0.00	0.00	8.75	39.50	11.75	0.98
	итого за обед	700	32.78	31.06	85.88	823.44	0.34	10.01	0.07	77.15	490.95	103.85	7.58
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК И ОБЕД		58.42	41.63	182.36	1391.53	0.65	14.3	0.09	158.15	795.55	176.35	14.37

ДЕНЬ: пятница

НЕДЕЛЯ : первая

СЕЗОН :

Возрастная категория : с 7 до 11 лет

№ репс	прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые в-ва(г)			эн ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК													
311.319	овощи по сезону	60	0.48	0.06	1.02	7.80	0.01	3.00	0.00	13.80	14.40	8.40	0.40
309	картофельное пюре	150	3.19	6.06	16.40	138.00	0.14	5.60	0.05	40.00	85.50	30.00	1.00
254	птица запеченная с соусом	100	14.40	13.40	4.70	187.00	0.02	33.00	0.03	33.00	75.00	15.00	0.93
368	чай с сахаром	200	0.00	0.00	15.00	60.00	0.00	0.00	0.00	11.00	3.00	1.00	0.40
ГП	хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.46	69.89	0.04	0.00	0.00	6.00	19.50	4.20	0.36
ГП	хлеб ржано-пшеничный	25	1.12	0.24	6.80	36.20	0.04	0.00	0.00	7.00	31.60	9.40	0.78
	итого за завтрак	565	21.47	20.00	58.38	498.89	0.25	41.60	0.08	110.80	229.00	68.00	3.87
ОБЕД													
45	суп картофельный с бобовыми	200	1.80	3.40	12.10	95.00	0.16	6.94	0.03	9.20	52.60	20.40	0.74
303	капуста тушеная	150	5.60	5.40	6.00	95.00	0.06	25.50	0.05	92.00	82.50	36.00	1.50
235	тефтели из говядины с соусом (ёжики)	50/30	7.60	11.00	7.90	176.80	0.04	0.80	0.06	18.60	88.00	12.20	1.60
358	компот из яблок с лимоном	200	0.25	0.20	25.35	103.00	0.01	3.30	0.00	11.00	7.00	5.00	1.20
ГП	кисломолочный продукт порционно	115	5.75	3.68	9.80	100.00	0.03	0.70	0.02	136.00	105.00	16.00	0.12
ГП	хлеб пшеничный	45	3.42	0.36	21.69	106.00	0.06	0.00	0.00	9.00	29.25	6.30	0.54
ГП	хлеб ржано-пшеничный	25	1.40	0.30	8.50	45.25	0.05	0.00	0.00	8.75	39.50	11.75	0.98
	итого за обед	700	25.82	24.34	91.34	721.05	0.41	37.24	0.16	284.55	403.85	107.65	6.68
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК И ОБЕД		47.29	44.34	149.72	1219.94	0.66	78.84	0.23	395.35	632.85	175.65	10.55

ДЕНЬ: понедельник

НЕДЕЛЯ : вторая

Возрастная категория : с 7 до 11 лет

№	прием пищи, наименование блюда	масса	Пищевые в-ва(г)	эн ценность	Витамины (мг)	Минеральные в-ва (мг)
---	--------------------------------	-------	-----------------	-------------	---------------	-----------------------

реп		порции	Б	Ж	У	(ккал)	В ₁	С	А	Са	Р	Mg	Fe
	ЗАВТРАК												
110-118	каша молочная в ассортименте	200	5.60	8.80	32.40	229.60	0.06	1.60	0.05	143.20	152.00	32.00	0.40
338	шанежка наливная	50	3.80	3.40	23.20	139.00	0.04	0.00	0.02	15.00	33.00	6.00	0.04
362	кофейный напиток с молоком	200	3.20	2.70	15.90	79.00	0.04	1.30	0.02	126.00	90.00	14.00	0.10
ГП	хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.46	69.89	0.04	0.00	0.00	6.00	19.50	4.20	0.36
ГП	хлеб ржано-пшеничный	25	1.12	0.24	6.80	36.20	0.04	0.00	0.00	7.00	31.60	9.40	0.78
	итого за завтрак	505	16.00	15.38	92.76	553.69	0.22	2.90	0.09	297.20	326.10	65.60	1.68
	ОБЕД												
47	суп картофельный с клецками	200	0.96	2.08	7.02	91.00	0.05	4.60	0.00	8.60	32.20	13.40	0.50
179	рыба, запеченная с картофелем по-русски	230	15.30	8.50	21.80	225.00	0.16	8.43	0.05	42.20	360.00	4.80	1.50
365	соковая продукция	200	1.00	0.20	0.20	92.00	0.02	4.00	0.00	14.00	0.00	0.00	2.80
ГП	кондитерское изделие в ассортименте	30	1.92	5.00	20.58	162.00	0.03	0.00	36.00	7.00	20.00	3.00	0.24
ГП	хлеб пшеничный	45	3.42	0.36	21.69	106.00	0.06	0.00	0.00	9.00	29.25	6.30	0.54
ГП	хлеб ржано-пшеничный	25	1.40	0.30	8.50	45.25	0.05	0.00	0.00	8.75	39.50	11.75	0.98
	итого за обед	730	24.00	16.44	79.79	721.25	0.37	17.03	36.05	89.55	480.95	39.25	6.56
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК И ОБЕД		40.00	31.82	172.55	1274.94	0.59	19.93	36.14	386.75	807.05	104.85	8.24

ДЕНЬ: вторник

НЕДЕЛЯ : вторая

Возрастная категория : с 7 до 11 лет

№ реп	прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые в-ва(г)			эн ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Са	Р	Mg	Fe
	ЗАВТРАК												
160	пудинг творожный запеченный	170	23.00	22.40	36.00	438.60	0.11	0.30	0.11	259.00	318.50	37.00	1.60
313	соус шоколадный	30	1.70	1.60	14.00	77.00	0.01	0.14	0.01	46.00	49.50	17.40	0.71
363	напиток из шиповника	200	0.68	0.00	21.01	46.87	0.00	110.00	0.00	14.00	2.00	4.00	0.60
ГП	кисломолочный продукт порционно	115	5.75	3.68	9.80	100.00	0.03	0.70	0.02	136.00	105.00	16.00	0.12
	итого за завтрак	515	31.13	27.68	80.81	662.47	0.15	111.14	0.14	455.00	475.00	74.40	3.03
	ОБЕД												
61	суп-лапша домашняя	200	1.63	3.30	9.30	94.80	0.03	2.30	0.01	17.84	23.80	9.50	0.33
309	картофельное пюре	150	3.19	6.06	16.40	138.00	0.14	5.60	0.05	40.00	85.50	30.00	1.00
205	голубцы ленивые с соусом	80	5.60	9.60	3.70	133.70	0.03	10.40	0.01	40.00	23.80	15.20	1.00
351	кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1.36	0.00	29.02	122.00	0.00	0.00	0.00	1.00	0.00	0.00	0.10
382-386	фрукты	200	0.80	0.80	19.60	94.00	0.06	20.00	0.00	16.00	22.00	18.00	4.40
ГП	хлеб пшеничный	45	3.42	0.36	21.69	106.00	0.06	0.00	0.00	9.00	29.25	6.30	0.54
ГП	хлеб ржано-пшеничный	25	1.40	0.30	8.50	45.25	0.05	0.00	0.00	8.75	39.50	11.75	0.98
	итого за обед	900	17.40	20.42	108.21	733.75	0.37	38.30	0.07	132.59	223.85	90.75	8.35
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК И ОБЕД		48.53	48.10	189.02	1396.22	0.52	149.44	0.21	587.59	698.85	165.15	11.38

ДЕНЬ: среда

НЕДЕЛЯ : вторая

Возрастная категория : с 7 до 11 лет

№ реп	прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые в-ва(г)			эн ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Са	Р	Mg	Fe
	ЗАВТРАК												
295	горошек отварной	50	4.60	2.90	32.00	134.60	0.10	0.00	0.01	14.00	101.00	33.00	1.60

132	омлет с сыром	170	25.00	37.00	4.00	445.00	0.10	0.50	0.43	515.00	495.00	41.00	3.00
ГП	кондитерское изделие в ассортименте	25	1.92	5.00	20.58	135.00	0.03	0.00	36.00	7.00	20.00	3.00	0.24
368	чай с сахаром	200	0.00	0.00	15.00	60.00	0.00	0.00	0.00	11.00	3.00	1.00	0.40
ГП	хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.46	69.89	0.04	0.00	0.00	6.00	19.50	4.20	0.36
ГП	хлеб ржано-пшеничный	25	1.12	0.24	6.80	36.20	0.04	0.00	0.00	7.00	31.60	9.40	0.78
	итого за завтрак	500	34.92	45.38	92.84	880.69	0.31	0.50	36.44	560.00	670.10	91.60	6.38
	ОБЕД												
53	суп с крупой и рыбными консервами	200	7.40	5.80	12.80	133.00	0.08	6.32	0.02	51.00	133.00	38.60	1.00
278	каша пшеничная рассыпчатая	150	6.50	7.00	38.50	242.70	0.13	0.00	0.05	24.50	156.30	36.00	2.60
237.333	фрикадельки из говядины, тушеные в соусе	50/30	9.00	9.40	6.20	144.00	0.04	0.08	0.01	8.00	81.00	10.00	1.40
365	соковая продукция	200	1.00	0.20	0.20	92.00	0.02	4.00	0.00	14.00	0.00	0.00	2.80
ГП	кисломолочный продукт порционно	115	5.75	3.68	9.80	100.00	0.03	0.70	0.02	136.00	105.00	16.00	0.12
ГП	хлеб пшеничный	45	3.42	0.36	21.69	106.00	0.06	0.00	0.00	9.00	29.25	6.30	0.54
ГП	хлеб ржано-пшеничный	25	1.40	0.30	8.50	45.25	0.05	0.00	0.00	8.75	39.50	11.75	0.98
	итого за обед	815	34.47	26.74	97.69	862.95	0.41	11.10	0.11	251.25	544.05	118.65	9.44
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК И ОБЕД		69.39	72.12	190.53	1743.64	0.72	11.60	36.55	811.25	1214.15	210.25	15.82

ДЕНЬ: четверг

НЕДЕЛЯ : вторая

Возрастная категория : с 7 до 11 лет

№ реп	прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые в-ва(г)			эн ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Са	Р	Mg	Fe
	ЗАВТРАК												
218	говядина, тушенная с капустой	230	22	54	13	626	0.08	31	0.54	87	232	54	3.2
347	какао с молоком	200	5.00	4.40	31.70	186.00	0.06	1.70	0.03	163.00	150.00	39.00	1.30
382-386	фрукты	200	0.80	0.80	19.60	94.00	0.06	20.00	0.00	16.00	22.00	18.00	4.40
ГП	хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.46	69.89	0.04	0.00	0.00	6.00	19.50	4.20	0.36
ГП	хлеб ржано-пшеничный	25	1.12	0.24	6.80	36.20	0.04	0.00	0.00	7.00	31.60	9.40	0.78
	итого за завтрак	685	31.20	59.68	85.56	1012.09	0.28	52.70	0.57	279.00	455.10	124.60	10.04
	ОБЕД												
63	свекольник	200	1.70	3.60	9.60	77.60	0.05	7.40	0.03	30.40	55.40	24.80	1.20
290	макаронные изделия отварные	150	5.52	5.29	35.32	145.00	0.06	0.00	0.00	12.00	34.50	7.50	0.75
252.329	биточки припущенные с соусом	70/30	11.02	12.45	7.52	186.09	0.07	0.60	0.03	40.60	66.00	21.00	1.30
357	компот из смеси сухофруктов	200	0.56	0.00	27.89	113.79	0.01	0.70	0.00	20.80	19.00	16.80	2.26
ГП	кисломолочный продукт порционно	115	5.75	3.68	9.80	100.00	0.03	0.70	0.02	136.00	105.00	16.00	0.12
ГП	хлеб пшеничный	45	3.42	0.36	21.69	106.00	0.06	0.00	0.00	9.00	29.25	6.30	0.54
ГП	хлеб ржано-пшеничный	25	1.40	0.30	8.50	45.25	0.05	0.00	0.00	8.75	39.50	11.75	0.98
	итого за обед	835	29.37	25.68	120.32	773.73	0.33	9.40	0.08	257.55	348.65	104.15	7.15
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК И ОБЕД		60.57	85.36	205.88	1785.82	0.61	62.10	0.65	536.55	803.75	228.75	17.19

ДЕНЬ: пятница

НЕДЕЛЯ : вторая Возрастная категория : с 7 до 11 лет

№ реп	прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые в-ва(г)			эн ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Са	Р	Mg	Fe
	ЗАВТРАК												
317	картофель отварной	150	2.90	7.35	19.00	153.00	0.15	20.90	0.05	16.50	79.50	30.00	1.20
185	рыба, тушенная в томате с овощами	140	13.30	7.20	6.30	143.00	0.09	4.70	0.01	35.00	203.00	39.00	0.80

365	соковая продукция	200	1.00	0.20	0.20	92.00	0.02	4.00	0.00	14.00	0.00	0.00	2.80
ГП	кисломолочный продукт порционно	115	5.75	3.68	9.80	100.00	0.03	0.70	0.02	136.00	105.00	16.00	0.12
ГП	хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.46	69.89	0.04	0.00	0.00	6.00	19.50	4.20	0.36
ГП	хлеб ржано-пшеничный	25	1.12	0.24	6.80	36.20	0.04	0.00	0.00	7.00	31.60	9.40	0.78
	итого за завтрак	660	26.35	18.91	56.56	594.09	0.37	30.30	0.08	214.50	438.60	98.60	6.06
	ОБЕД												
39	рассольник	200	1.67	4.20	13.00	96.00	0.07	8.08	0.00	16.20	47.00	19.40	0.76
89	рагу из овощей	150	3.00	8.00	12.80	151.00	0.09	11.50	0.02	51.00	78.80	29.00	1.10
239.337	оладьи из печени по-кунцевски с соусом	80/30	14.60	10.48	11.62	214.40	0.21	5.80	5.52	28.79	228.80	19.19	4.27
359	компот из апельсинов с яблоками	200	0.50	0.20	22.20	93.00	0.03	11.60	0.00	19.00	12.00	8.00	0.80
ГП	хлеб пшеничный	45	3.42	0.36	21.69	106.00	0.06	0.00	0.00	9.00	29.25	6.30	0.54
ГП	хлеб ржано-пшеничный	25	1.40	0.30	8.50	45.25	0.05	0.00	0.00	8.75	39.50	11.75	0.98
	итого за обед	735	24.59	23.54	89.81	705.65	0.51	36.98	5.54	132.74	435.35	93.64	8.45
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК И ОБЕД		50.94	42.45	146.37	1299.74	0.88	67.28	5.62	347.24	873.95	192.24	14.51
	ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ		537.25	516.20	1779.43	14343.93	6.32	614.01	119.96	4477.66	8030.61	1872.61	134.73

Дети от 7 до 11 лет

Наименование	Норма,граммнетто	В среднем,граммнетто	Отклонение от нормы, %				Норма,граммнетто	В среднем,граммнетто	Отклонение от нормы, %
завтрак				Обед и завтрак					
Молоко и кисломолочные продукты	113	0.119					225	184	
Творог	12.5	26.8	+47				27	26.8	
Сыр	2.5	4.1					5	5.1	
Сметана	2.2	2.2					5.5	6.8	+19
Кондитерские изделия	2.5	2.5					5	5.5	
Фрукты	46.3	51.7	+11				102	111	+7
Сок	40	40					100	100	
Яйцо,шт	0.25	0.35	+21				0.5	0.4	
Масло сливочное	7.5	8					16.5	17	
Овощи	62	62.3					154	166	+7
Мясо говядины + субпродукты	21	20.7					55	61.5	+10

Рыба филе	14.5	16.7	+13				32.0	33.0	+3
Цыплята 1 категории	8.7	8.7					19.3	24.5	+21
Крупы	9	9.3					24.8	26.0	+5
Макароны	3.8	5.2	+26				8.3	15.3	+44
Картофель	42	41.70					111.0	111.0	
сухофрукты	3.8	5.20	+27				8.30	10.2	+10
Масло растительное	3	3.00					7.50	7.5	
сахар	7.5	11.90	+37				16.50	19.4	+15
хлеб пшеничный	30	30.00					82.00	81.7	
хлеб ржаной	17.5	17.50					44.00	44.5	
мука	3.8	6.50	+58				8.30	14.5	+57

ДЕНЬ: понедельник

НЕДЕЛЯ : первая

СЕЗОН :

Возрастная категория : с 12 до 18 лет

№ реп	прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые в-ва(г)			эн ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Са	Р	Mg	Fe
	ЗАВТРАК												
121-127	запеканка со свежими плодами в ассортименте	250	9.60	9.00	55.00	340.00	0.10	2.60	0.08	143.80	158.00	28.80	1.90
ГП	джем или повидло	40	1.00	0.01	5.90	27.70	0.00	0.20	0.00	9.24	4.30	1.40	0.20
ГП	кисломолочный продукт порционно	115	5.75	3.68	9.80	100.00	0.03	0.70	0.02	136.00	105.00	16.00	0.12
351	кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1.36	0.00	29.02	122.00	0.00	0.00	0.00	1.00	0.00	0.00	0.10
ГП	хлеб пшеничный	45	3.42	0.36	21.60	105.00	0.06	0.00	0.00	9.00	29.30	6.30	0.54
	итого за завтрак	650	21.13	13.05	121.32	694.70	0.19	3.50	0.10	299.04	296.60	52.50	2.86
	ОБЕД												
66	щи из свежей капусты с картофелем	250	2.09	6.33	7.75	83.00	0.06	19.00	0.00	34.00	47.50	22.00	0.80
291	макаронные изделия отварные	180	6.62	6.35	42.38	174.00	0.07	0.00	0.00	14.40	41.40	9.00	0.90
212	гуляш из говядины	120	20.40	21.60	4.80	297.60	0.06	1.20	0.05	16.80	190.00	30.00	3.20
368	чай с сахаром	200	0.00	0.00	15.00	60.00	0.00	0.00	0.00	11.00	3.00	1.00	0.40
382-386	фрукты	200	0.80	0.80	19.60	94.00	0.06	20.00	0.00	16.00	22.00	18.00	4.40
ГП	хлеб пшеничный	60	4.60	0.48	29.00	140.00	0.08	0.00	0.00	12.00	39.00	8.40	0.72
ГП	хлеб ржано-пшеничный	35	2.00	0.42	12.00	63.40	0.07	0.00	0.00	12.30	55.30	16.50	1.40
	итого за обед	1045	36.51	35.98	130.53	912.00	0.40	40.20	0.05	116.50	398.20	104.90	11.82
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК И ОБЕД		57.64	49.03	251.85	1606.70	0.59	43.70	0.15	415.54	694.80	157.40	14.68

ДЕНЬ: вторник

НЕДЕЛЯ : первая

СЕЗОН :

Возрастная категория : с 12 до 18 лет

№ реп	прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые в-ва(г)			эн ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Са	Р	Mg	Fe
	ЗАВТРАК												
208	азу	280	22.80	24.00	28.80	422.40	0.23	12.40	0.06	41.50	261.00	70.80	4.80
357	компот из смеси сухофруктов	200	0.56	0.00	27.89	113.79	0.01	0.70	0.00	20.80	19.00	16.80	2.26
ГП	кисломолочный продукт порционно	115	5.75	3.68	9.80	100.00	0.03	0.70	0.02	136.00	105.00	16.00	0.12
ГП	хлеб пшеничный	45	3.42	0.36	21.60	105.00	0.06	0.00	0.00	9.00	29.30	6.30	0.54
ГП	хлеб ржано-пшеничный	50	1.70	0.36	10.20	54.30	0.06	0.00	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17
	итого за завтрак	690	34.23	28.40	98.29	795.49	0.39	13.80	0.08	217.80	461.70	124.00	8.89
	ОБЕД												
50	суп картофельный с гренками	250/15	8.30	8.40	16.30	141.30	0.06	11.30	0.00	15.30	62.50	24.40	1.30
277	каша гречневая рассыпчатая	180	10.50	9.36	44.40	303.60	0.35	0.00	0.00	16.80	337.00	162.00	5.50
174	рыба запеченная с сыром в сметанном соусе	140	11.64	6.24	3.48	187.5	0.08	6	0.018	38.4	174	29.4	0.6
365	соковая продукция	200	1.00	0.20	0.20	92.00	0.02	4.00	0.00	14.00	0.00	0.00	2.80
ГП	хлеб пшеничный	60	4.60	0.48	29.00	140.00	0.08	0.00	0.00	12.00	39.00	8.40	0.72
ГП	хлеб ржано-пшеничный	35	2.00	0.42	12.00	63.40	0.07	0.00	0.00	12.30	55.30	16.50	1.40
	итого за обед	880	38.04	25.10	105.38	927.80	0.66	21.30	0.02	108.80	667.80	240.70	12.32
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК И ОБЕД		72.27	53.50	203.67	1723.29	1.05	35.10	0.10	326.60	1129.50	364.70	21.21

ДЕНЬ: среда

НЕДЕЛЯ : первая

СЕЗОН :

Возрастная категория : с 12 до 18 лет

312.32	овощи по сезону	100	0.80	0.10	1.70	13.00	0.02	5.00	0.00	23.00	24.00	14.00	0.60
310	картофельное пюре	180	3.83	7.92	19.68	165.60	0.16	6.70	0.05	48.00	102.60	36.00	1.20
255	птица запеченная с соусом	140	18.72	17.42	6.11	243.10	0.03	42.90	0.04	42.90	93.80	19.50	1.20
368	чай с сахаром	200	0.00	0.00	15.00	60.00	0.00	0.00	0.00	11.00	3.00	1.00	0.40
ГП	хлеб пшеничный	45	3.42	0.36	21.60	105.00	0.06	0.00	0.00	9.00	29.30	6.30	0.54
ГП	хлеб ржано-пшеничный	50	1.70	0.36	10.20	54.30	0.06	0.00	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17
	итого за завтрак	715	28.47	26.16	74.29	641.00	0.33	54.60	0.09	144.40	300.10	90.90	5.11
	ОБЕД												
46	суп картофельный с бобовыми	250	2.34	4.30	15.10	119.00	0.20	8.70	0.04	11.50	65.80	25.50	0.90
304	капуста тушеная	180	6.7	6.5	7.2	114	0.07	30.6	0.054	110.4	99	43.2	1.8
236	тефтели из говядины с соусом (ёжики)	60/40	9.50	13.80	9.90	221.00	0.05	1.00	0.07	23.30	110.00	15.30	2.00
358	компот из яблок с лимоном	200	0.25	0.20	25.35	103.00	0.01	3.30	0.00	11.00	7.00	5.00	1.20
ГП	кисломолочный продукт порционно	115	5.75	3.68	9.80	100.00	0.03	0.70	0.02	136.00	105.00	16.00	0.12
ГП	хлеб пшеничный	60	4.60	0.48	29.00	140.00	0.08	0.00	0.00	12.00	39.00	8.40	0.72
ГП	хлеб ржано-пшеничный	35	2.00	0.42	12.00	63.40	0.07	0.00	0.00	12.30	55.30	16.50	1.40
	итого за обед	825	31.14	29.38	108.35	860.40	0.51	44.30	0.19	316.50	481.10	129.90	8.14
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК И ОБЕД		59.61	55.54	182.64	1501.40	0.84	98.90	0.28	460.90	781.20	220.80	13.25

ДЕНЬ: понедельник

НЕДЕЛЯ : вторая

СЕЗОН :

Возрастная категория : с 12 до 18 лет

№ реп	прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые в-ва(г)			эн ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК												
111-119	каша молочная в ассортименте	250	7.00	11.00	40.50	287.00	0.08	2.00	0.07	179.00	190.00	40.00	0.60
338	шанежка наливная	50	3.80	3.40	23.20	139.00	0.04	0.00	0.02	15.00	33.00	6.00	0.04
362	кофейный напиток с молоком	200	3.20	2.70	15.90	79.00	0.04	1.30	0.02	126.00	90.00	14.00	0.10
ГП	хлеб пшеничный	45	3.42	0.36	21.60	105.00	0.06	0.00	0.00	9.00	29.30	6.30	0.54
	итого за завтрак	545	17.42	17.46	101.20	610.00	0.22	3.30	0.11	329.00	342.30	66.30	1.28
	ОБЕД												
48	суп картофельный с клецками	250	1.20	2.60	8.80	113.80	0.06	5.80	0.00	10.80	40.30	16.80	0.60
180	рыба, запеченная с картофелем по-русски	280	18.70	10.40	26.60	274.50	0.20	10.30	0.06	51.50	439.00	58.60	1.80
365	соковая продукция	200	1.00	0.20	0.20	92.00	0.02	4.00	0.00	14.00	0.00	0.00	2.80
ГП	кондитерское изделие в ассортименте	40	3.00	8.00	33.00	167.00	0.05	0.00	58.00	11.00	32.00	5.00	0.40
ГП	хлеб пшеничный	60	4.60	0.48	29.00	140.00	0.08	0.00	0.00	12.00	39.00	8.40	0.72
ГП	хлеб ржано-пшеничный	35	2.00	0.42	12.00	63.40	0.07	0.00	0.00	12.30	55.30	16.50	1.40
	итого за обед	865	30.50	22.10	109.60	850.70	0.48	20.10	58.06	111.60	605.60	105.30	7.72
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК И ОБЕД		47.92	39.56	210.80	1460.70	0.70	23.40	58.17	440.60	947.90	171.60	9.00

ДЕНЬ: вторник

НЕДЕЛЯ : вторая

СЕЗОН :

Возрастная категория : с 12 до 18 лет

№ реп	прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые в-ва(г)			эн ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК												
161	пудинг творожный запеченный	200	27.10	26.40	42.40	516.20	0.13	0.40	0.13	304.80	375.00	43.50	1.90
314	соус шоколадный	40	2.30	2.13	18.70	102.70	0.02	0.20	0.01	61.30	66.04	23.20	0.90

363	напиток из шиповника	200	0.68	0.00	21.01	46.87	0.00	110.00	0.00	14.00	2.00	4.00	0.60
ГП	кисломолочный продукт порционно	115	5.75	3.68	9.80	100.00	0.03	0.70	0.02	136.00	105.00	16.00	0.12
	итого за завтрак	555	35.83	32.21	91.91	765.77	0.18	111.30	0.16	516.10	548.04	86.70	3.52
	ОБЕД												
62	суп-лапша домашняя	250	2.45	4.89	13.91	118.50	0.03	3.40	0.01	26.80	29.80	14.30	0.80
310	картофельное пюре	180	3.83	7.92	19.68	165.60	0.16	6.70	0.05	48.00	102.60	36.00	1.20
206	голубцы ленивые с соусом	100	7.00	12.00	4.60	167.10	0.04	13.00	0.01	50.00	29.80	19.00	1.20
351	кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1.36	0.00	29.02	122.00	0.00	0.00	0.00	1.00	0.00	0.00	0.10
382-386	фрукты	200	0.80	0.80	19.60	94.00	0.06	20.00	0.00	16.00	22.00	18.00	4.40
ГП	хлеб пшеничный	60	4.60	0.48	29.00	140.00	0.08	0.00	0.00	12.00	39.00	8.40	0.72
ГП	хлеб ржано-пшеничный	35	2.00	0.42	12.00	63.40	0.07	0.00	0.00	12.30	55.30	16.50	1.40
	итого за обед	1025	22.04	26.51	127.81	870.60	0.44	43.10	0.08	166.10	278.50	112.20	9.82
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК И ОБЕД		57.87	58.72	219.72	1636.37	0.61	154.40	0.24	682.20	826.54	198.90	13.34

ДЕНЬ: среда

НЕДЕЛЯ : вторая

СЕЗОН :

Возрастная категория : с 12 до 18 лет

№ реп	прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые в-ва(г)			эн ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Са	Р	Mg	Fe
	ЗАВТРАК												
295	горошек отварной	50	4.60	2.90	32.00	134.60	0.10	0.00	0.01	14.00	101.00	33.00	1.60
133	омлет с сыром	200	27.20	41.30	4.70	494.70	0.12	0.50	0.50	572.00	551.00	45.30	3.50
ГП	кондитерское изделие в ассортименте	40	3.00	8.00	33.00	167.00	0.05	0.00	58.00	11.00	32.00	5.00	0.40
368	чай с сахаром	200	0.00	0.00	15.00	60.00	0.00	0.00	0.00	11.00	3.00	1.00	0.40
ГП	хлеб пшеничный	45	3.42	0.36	21.60	105.00	0.06	0.00	0.00	9.00	29.30	6.30	0.54
ГП	хлеб ржано-пшеничный	50	1.70	0.36	10.20	54.30	0.06	0.00	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17
	итого за завтрак	585	39.92	52.92	116.50	1015.60	0.39	0.50	58.51	627.50	763.70	104.70	7.61
	ОБЕД												
54	суп с крупой и рыбными консервами	250	9.30	7.30	16.00	166.30	0.10	7.90	0.03	63.80	166.00	48.30	1.30
279	каша пшеничная рассыпчатая	180	7.80	8.40	46.20	291.24	0.16	0.00	0.06	29.40	187.56	43.20	3.10
238.334	фрикадельки из говядины, тушеные в соусе	60/40	11.30	11.80	7.80	180.00	0.05	0.10	0.01	10.00	101.00	12.50	1.80
365	соковая продукция	200	1.00	0.20	0.20	92.00	0.02	4.00	0.00	14.00	0.00	0.00	2.80
ГП	кисломолочный продукт порционно	115	5.75	3.68	9.80	100.00	0.03	0.70	0.02	136.00	105.00	16.00	0.12
ГП	хлеб пшеничный	60	4.60	0.48	29.00	140.00	0.08	0.00	0.00	12.00	39.00	8.40	0.72
ГП	хлеб ржано-пшеничный	35	2.00	0.42	12.00	63.40	0.07	0.00	0.00	12.30	55.30	16.50	1.40
	итого за обед	940	41.75	32.28	121.00	1032.94	0.51	12.70	0.12	277.50	653.86	144.90	11.24
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК И ОБЕД		81.67	85.20	237.50	2048.54	0.90	13.20	58.63	905.00	1417.56	249.60	18.85

ДЕНЬ: четверг

НЕДЕЛЯ : вторая

СЕЗОН :

Возрастная категория : с 12 до 18 лет

№ реп	прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые в-ва(г)			эн ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Са	Р	Mg	Fe
	ЗАВТРАК												
219	говядина, тушенная с капустой	280	26.84	65.88	15.86	763.72	0.1	37.8	0.66	106.1	282	65.9	3.9
347	какао с молоком	200	5.00	4.40	31.70	186.00	0.06	1.70	0.03	163.00	150.00	39.00	1.30
382-386	фрукты	200	0.80	0.80	19.60	94.00	0.06	20.00	0.00	16.00	22.00	18.00	4.40
ГП	хлеб пшеничный	45	3.42	0.36	21.60	105.00	0.06	0.00	0.00	9.00	29.30	6.30	0.54
ГП	хлеб ржано-пшеничный	50	1.70	0.36	10.20	54.30	0.06	0.00	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17

	итого за завтрак	775	37.76	71.80	98.96	1203.02	0.34	59.50	0.69	304.60	530.70	143.30	11.31
	ОБЕД												
64	свекольник	250	2.10	4.50	12.00	97.00	0.06	9.20	0.04	38.00	68.80	31.00	1.50
291	макаронные изделия отварные	180	6.62	6.35	42.38	174.00	0.07	0.00	0.00	14.40	41.40	9.00	0.90
253,330	биточки припущенные с соусом	100/40	15.20	17.76	10.73	265.45	0.09	0.80	0.04	57.90	94.00	30.00	1.60
357	компот из смеси сухофруктов	200	0.56	0.00	27.89	113.79	0.01	0.70	0.00	20.80	19.00	16.80	2.26
ГП	кисломолочный продукт порционно	115	5.75	3.68	9.80	100.00	0.03	0.70	0.02	136.00	105.00	16.00	0.12
ГП	хлеб пшеничный	60	4.60	0.48	29.00	140.00	0.08	0.00	0.00	12.00	39.00	8.40	0.72
ГП	хлеб ржано-пшеничный	35	2.00	0.42	12.00	63.40	0.07	0.00	0.00	12.30	55.30	16.50	1.40
	итого за обед	980	36.83	33.19	143.80	953.64	0.41	11.40	0.10	291.40	422.50	127.70	8.50
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК И ОБЕД		74.59	104.99	242.76	2156.66	0.75	70.90	0.79	596.00	953.20	271.00	19.81

ДЕНЬ: пятница

НЕДЕЛЯ : вторая

СЕЗОН :

Возрастная категория : с 12 до 18 лет

№ рец	прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые в-ва(г)			эн ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные в-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Са	Р	Mg	Fe
	ЗАВТРАК												
318	картофель отварной	180	3.48	8.82	22.80	183.60	0.18	25.10	0.05	19.80	95.40	36.00	1.40
186	рыба, тушенная в томате с овощами	160	15.16	8.21	7.18	163.02	0.10	5.40	0.01	39.90	232.00	44.50	0.90
365	соковая продукция	200	1.00	0.20	0.20	92.00	0.02	4.00	0.00	14.00	0.00	0.00	2.80
ГП	кисломолочный продукт порционно	115	5.75	3.68	9.80	100.00	0.03	0.70	0.02	136.00	105.00	16.00	0.12
ГП	хлеб пшеничный	45	3.42	0.36	21.60	105.00	0.06	0.00	0.00	9.00	29.30	6.30	0.54
ГП	хлеб ржано-пшеничный	50	1.70	0.36	10.20	54.30	0.06	0.00	0.00	10.50	47.40	14.10	1.17
	итого за завтрак	750	30.51	21.63	71.78	697.92	0.45	35.20	0.09	229.20	509.10	116.90	6.93
	ОБЕД												
40	рассольник	250	2.10	5.30	16.30	120.00	0.09	10.10	0.00	20.30	58.80	24.30	1.00
90	рагу из овощей	180	3.60	9.60	15.36	181.20	0.11	13.80	0.02	61.20	94.50	34.80	1.30
240.338	оладьи из печени по-кунцевски с соусом	100/40	17.90	13.26	13.70	268.00	0.26	7.20	6.90	30.40	286.80	22.50	5.30
359	компот из апельсинов с яблоками	200	0.50	0.20	22.20	93.00	0.03	11.60	0.00	19.00	12.00	8.00	0.80
ГП	хлеб пшеничный	60	4.60	0.48	29.00	140.00	0.08	0.00	0.00	12.00	39.00	8.40	0.72
ГП	хлеб ржано-пшеничный	35	2.00	0.42	12.00	63.40	0.07	0.00	0.00	12.30	55.30	16.50	1.40
	итого за обед	865	30.70	29.26	108.56	865.60	0.64	42.70	6.92	155.20	546.40	114.50	10.52
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК И ОБЕД		61.21	50.89	180.34	1563.52	1.09	77.90	7.00	384.40	1055.50	231.40	17.45
	ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ		651.37	625.48	2144.72	17082.78	7.81	681.74	165.86	5090.24	9633.70	2299.50	158.07

Примерное 10-дневное меню для организации горячего питания детей в возрасте от 12 до 18 лет на базе столовых, общеобразовательных учреждений с. Дзержинска, работающих на продовольственном сырье

Наименование	Норма,граммнетто	В среднее,граммнетто	Отклонение от нормы, %				Норма,граммнетто	В среднее,граммнетто	Отклонение от нормы, %
завтрак				Обед и завтрак					
Молоко и кисломолочные продукты	133	133					265	204	
Творог	15	31.9	+47				32	31.9	
Сыр	3.8	4.8	+26				7.5	7.3	
Сметана	2.4	2.4					5.5	9.2	+38
Кондитерские изделия	3.8	4					8	8	
Фрукты	46	47					100	100	
Сок	40	40					100	100	
Яйцо,шт	0.25	0.4	+37				0.5	0.5	
Масло сливочное	8.75	9.2					19.3	20.5	
Овощи	76	75.6					176	200	+14
Мясо говядины + субпродукты	25	25.2					61.4	61.5	
Рыба филе	19.3	19.6					39.3	39.3	
Цыпленок 1 категории	13.2	13.1					29.2	30.7	
Крупы	10	10.4					27.5	30.6	+10
Макароны	5	6.1	+18				12.0	18.3	+34
Картофель	47	50.00	+6				112.0	119.0	+6
сухофрукты	5	5.50					11.00	10.5	
Масло растительное	3.6	3.70					9.00	9.3	
сахар	8.8	12.60	+29,6				19.30	20.0	
хлеб пшеничный	50	44.50					110.00	110.0	
хлеб ржаной	30	30.00					65.00	65.0	
мука	5	7.00	+35				11.00	17.0	+54

технологическая карта блюда № 34

наименование блюда: борщ с капустой с картофелем

номер рецептуры № 37

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

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина I категории	21.0	16.0	2.1	1.6
картофель	28.0	20.0	2.8	2.0
свекла	50.0	40.0	5.0	4.0
капуста свежая	19.0	15.0	1.9	1.5
морковь	12.0	10.0	1.2	1.0
лук репчатый	12.0	10.0	1.2	1.0
масло растительное	5.0	5.0	0.5	0.5
вода или бульон	200.0	200.0	20.0	20.0
томатная паста	3.0	3.0	0.3	0.3
выход отварной говядины		10.0		1.0
сметана	2.5	2.5	0.3	0.3
ВЫХОД		250.0		25.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1.9
жиры (г)	6.66
углеводы (г)	10.81
эн ценность(ккал)	110.5

Ca (мг)	34.0
Mg (мг)	26.0
Fe(мг)	1.3
C (мг)	1.2

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

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

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

Температура подачи 75°C.

технологическая карта блюда № 35

наименование блюда: бульон из кур

номер рецептуры № 38

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
куры потрошенные 1 категории	31	22	3.1	2.2
масса отварной курицы		15	0	1.5
лук репчатый	3.0	3.0	0.3	0.3
петрушка (корень)	3.5	2.5	0.35	0.25
морковь	3.2	2.5	0.32	0.25
вода	282.0	282.0	28.2	28.2
ВЫХОД		225.0		25.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1.25
жиры (г)	0.25
углеводы (г)	0
эн ценность(ккал)	7.5

Ca (мг)	12.3
Mg (мг)	14.8
Fe(мг)	1.5
C (мг)	0.8

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

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

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

Бульон из кур используют для приготовления супов.

Температура подачи 75°С.

технологическая карта блюда № 40

наименование блюда: рассольник

номер рецептуры № 133

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина I категории	21.0	16.0	2.1	1.6
картофель	40.0	30.0	10.0	7.5
морковь	13.0	10.0	1.3	1.0
лук репчатый	13.0	10.0	0.6	0.5
огурцы соленые	27.0	15.0	2.7	1.5
вода	188.0	188.0	18.8	18.8
масло растительное	5.0	5.0	0.5	0.5
выход отварной говядины		10.0		1.0
ВЫХОД		250.0		25.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	2.1
жиры (г)	5.3
углеводы (г)	16.3
эн ценность(ккал)	120.0

Ca (мг)	20.3
Mg (мг)	24.3
Fe(мг)	1.0
C (мг)	10.1

Технология приготовления: в кипящий бульон кладут картофель, нарезанный дольками или брусочками, доводят до кипения, добавляют пассерованный лук, пассерованную морковь, припущенные огурцы, в конце варки добавляют соль, лавровый лист, зелень, доводят до кипения.

Температура подачи 75°С.

технологическая карта блюда № 49

наименование блюда: суп картофельный с гренками

номер рецептуры 323

наименование сборника рецептов: сборник рецептов блюд и кулинарных изделий

Москва 2016 год.

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина I категории	21.0	16.0	2.1	1.6
картофель	66	50	6.6	5.0
морковь	14	10	1.4	1.0
лук репчатый	13	10	1.3	1.0
масло растительное	4	4	0.4	0.4
бульон	140	140	14.0	14.0
выход отварной говядины		10.0		1.0
гренки				
хлеб пшеничный	22.0	19.0	2.2	1.9
выход гренок		12.0		1.2
ВЫХОД		200/12		20/1,2

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	6.6
жиры (г)	6.7
углеводы (г)	13
эн ценность(ккал)	113

Ca (мг)	12.2
Mg (мг)	19.5
Fe(мг)	1.0
C (мг)	9.0

Технология приготовления: в кипящий бульон кладут картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, добавляют пассерованный лук, морковь, соль, лавровый лист, зелень, варят до готовности. Гренки подают отдельно. Гренки хрустящие, одинаковые по размеру, белого цвета.

Температура подачи 75°C.

технологическая карта блюда № 46

наименование блюда: суп картофельный с бобовыми

номер рецептуры № 45

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина I категории	21.0	16.0	2.1	1.6
горох	21.0	20.0	2.1	2.0
картофель	39.0	25.0	3.9	2.5
морковь	12.5	10.0	1.3	1.0
лук репчатый	12.5	10.0	1.3	1.0
масло сливочное	5.0	5.0	0.5	0.5
вода или бульон	175.0	175.0	17.5	17.5
выход отварной говядины		10.0		1.0
ВЫХОД		250.0		25.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	2.3
жиры (г)	4.3
углеводы (г)	15.1
эн ценность(ккал)	118.8

Ca (мг)	11.5
Mg (мг)	25.5
Fe(мг)	0.9
C (мг)	8.7

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

Температура подачи 75°C.

технологическая карта блюда № 47

наименование блюда: суп картофельный с клецками

номер рецептуры № 146

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина I категории	21.0	16.0	2.1	1.6
картофель	32.0	24.0	3.2	2.4
морковь	10.0	8.0	1.0	0.8
лук репчатый	10.0	8.0	1.0	0.8
масло сливочное	2.0	2.0	0.2	0.2
бульон	150.0	150.0	15.0	15.0
клецки:				
мука пшеничная	8.0	8.0	0.8	0.8
масло сливочное	1.0	1.0	0.1	0.1
яйца	0,05шт	2.0	5шт	0.2
молоко	12.0	12.0	1.2	1.2
масса теста		23.0		2.3
масса готовых клёцек		24.0		2.4
выход отварной говядины		10.0		1.0
ВЫХОД		200.0		20.0

белки (г)	0.96
жиры (г)	2.08
углеводы (г)	7.02
эн ценность(ккал)	91

Ca (мг)	8.6
Mg (мг)	13.4
Fe(мг)	0.5
C (мг)	4.6

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

Клецки: в молоко кладут соль, масло, доводят до кипения, помешивая, высыпают просеянную муку и проваривают тесто, продолжая помешивать, 10 мин, затем охлаждают, добавляют в три приема яйца, хорошо перемешивают. Тесто закатывают в виде жгута и нарезают кружочками массой 10г, закладывают в кипящий бульон, варят 7 минут до готовности. Температура подачи 75°C.

технологическая карта блюда № 54

наименование блюда: суп картофельный с крупой и рыбными консервами

номер рецептуры 71

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
консервы рыбные в собственном соку	25.0	25.0	4.0	4.0
картофель	40.0	30.0	4.0	3.0
крупя перловая	5.0	5.0	0.5	0.5
морковь	12.5	10.0	1.3	1.0
лук репчатый	12.0	10.0	1.2	1.0
масло растительное	2.5	2.5	0.3	0.3
вода для крупы перловой	175.0	175.0	17.5	17.5
ВЫХОД		250.0		25.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	9.3
жиры (г)	7.3
углеводы (г)	16.0
эн ценность(ккал)	166.3

Ca (мг)	63.8
Mg (мг)	48.3
Fe(мг)	1.3
C (мг)	7.9

Технология приготовления: консервные банки промывают, ошпаривают, протирают, вскрывают. Крупу перловую перебирают, промывают несколько раз, меняя воду. Перловую крупу после промывания закладывают в кипящую воду(в соотношении1:3), варят до полуготовности, отвар сливают. В кипящую воду кладут полготовленную крупу, доводят до кипения, затем кладут картофель, нарезанный кубиками и рыбные консервы. За 10 минут до окончания варки добавляют припущенные морковь, лук и варят суп до готовности.

Температура подачи 75°C.

технологическая карта блюда № 56

наименование блюда: суп харчо

номер рецептуры 346

наименование сборника рецептур: сборник рецептур блюд и кулинарных изделий

Москва 2016 год.

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина I категории	21.0	16.0	2.1	1.6
крупа рисовая	16.0	16.0	1.60	1.60
морковь	18.0	13.0	1.8	1.3
лук репчатый	30.0	25.0	3	2.5
томатная паста	3.8	3.8	0.38	0.38
масло сливочное	5.0	5.0	0.50	0.50
лавровый лист	0.009	0.009	0.0009	0.0009
чеснок	1.4	1.3	0.14	0.13
бульон	228.0	228.0	22.8	22.8
выход отварной говядины		10.0		1.0
ВЫХОД :		250		25

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1.75
жиры (г)	8
углеводы (г)	13.5
эн ценность(ккал)	203

Ca (мг)	2
Mg (мг)	12.5
Fe(мг)	0.25
C (мг)	1.64

Технология приготовления: Крупу рисовую перебирают, промывают несколько раз, меняя воду, замачивают. В кипящий бульон кладут подготовленную крупу, варят до полуготовности, добавляют пассерованную томат пасту, морковь, лук. За 5 минут до готовности заправляют толченым чесноком, солью, добавляют лавровый лист, зелень.

Температура подачи 75 °С.

технологическая карта блюда № 62

наименование блюда: суп-лапша домашняя

номер рецептуры № 56

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
куры потрошенные 1 категории	31	22	3.1	2.2
масса отварной курицы		15		1.5
лапша:				
мука пшеничная	17.5	17.5	1.75	1.75
мука на подпыл	7.5	7.5	0.75	0.75
вода	3.5	3.5	0.35	0.35
соль	0.5	0.5	0.05	0.05
яйца	0,13шт	5.0	13шт	0.50
масса сухой лапши		23.0		2.30
масса вареной лапши		50.0		5.00
лук репчатый	6.0	5.0	0.60	0.50
морковь	12.5	10.0	1.25	1.00
масло сливочное	5.0	5.0	0.50	0.50
бульон	225.0	225.0	22.5	22.5
ВЫХОД		250.0		25.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	2.45
жиры (г)	4.89
углеводы (г)	13.91
эн ценность(ккал)	118.5

Ca (мг)	26.8
Mg (мг)	14.3
Fe(мг)	0.8
C (мг)	3.4

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

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

Температура подачи 75°С.

технологическая карта блюда № 66

наименование блюда: щи из свежей капусты с картофелем

номер рецептуры № 142

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
куры потрошенные 1 категории	31.0	22.0	3.1	2.2
масса отварной курицы		15.0		
картофель	40.0	30.0	4.0	3.0
капуста белокачанная	50.0	40.0	5.0	4.0
морковь	12.0	10.0	1.2	1.0
лук репчатый	13.0	10.0	1.3	1.0
масло растительное	5.0	5.0	0.5	0.5
бульон или вода	200.0	200.0	20.0	20.0
томатная паста	1.0	1.0	0.1	0.1
сметана	2.5	2.5	0.25	0.25
ВЫХОД		250.0		25.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	2.09
жиры (г)	6.33
углеводы (г)	7.75
эн ценность(ккал)	83

Ca (мг)	34.0
Mg (мг)	22.0
Fe(мг)	0.8
C (мг)	19.0

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

Температура подачи 75°C.

технологическая карта блюда № 64

наименование блюда: свекольник

номер рецептуры № 131

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина I категории	21.0	16.0	2.1	1.6
картофель	58.0	43.0	5.8	4.3
свекла	80.0	64.0	8.0	6.4
морковь	13.0	10.0	1.3	1.0
лук репчатый	14.0	11.0	1.4	1.1
масло растительное	4.0	4.0	0.4	0.4
бульон	200.0	200.0	20.0	20.0
томатная паста	1.3	1.3	0.1	0.1
выход отварной говядины		10.0	0.0	1.0
сметана	2.5	2.5	0.3	0.3
ВЫХОД		250.0		25.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	2.1
жиры (г)	4.5
углеводы (г)	12.0
эн ценность(ккал)	97.0

Ca (мг)	38.0
Mg (мг)	31.0
Fe(мг)	1.5
C (мг)	9.2

Технология приготовления: свеклу шинкуют тонкой соломкой. Картофель нарезают брусочками. Морковь шинкуют тонкой соломкой, лук репчатый полукольцами. Морковь и лук пассеруют, добавляют свеклу и припускают с добавлением бульона.

В кипящий бульон закладывают пассерованные овощи, варят 10мин, затем кладут пассерованную томат-пасту, варят до готовности. За 5 мин. до готовности вводят соль, лавровый лист.

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

Температура подачи: 75°С.

технологическая карта блюда № 89

наименование блюда: рагу из овощей

номер рецептуры 195

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
фасоль консервированная	32.0	20.0	3.2	2.0
морковь	73.0	56.0	7.3	5.6
капуста белокочанная	61.0	48.0	6.1	4.8
лук репчатый	14.0	12.0	1.4	1.2
масло растительное	10.0	10.0	1.0	1.0

томатная паста	3.0	3.0	0.3	0.3
отвар или бульон	45.0	45.0	4.5	4.5
ВЫХОД		150.0		15.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	3
жиры (г)	8
углеводы (г)	12.8
эн ценность(ккал)	151

Ca (мг)	51.0
Mg (мг)	29.0
Fe(мг)	1.1
C (мг)	11.5

Технология приготовления:

Капусту нарезают шашками, припускают с добавлением масла. Остальные овощи очищают, нарезают кубиками. В подготовленную посуду закладывают припущенную с добавлением масла до полуготовности морковь, пассерованный лук, припущенную капусту, томатную пасту, соль, припускают при закрытой крышке 10-15 мин, соединяют с фасолью, бульоном и тушат еще 5-10 мин. При отпуске выкладывают в виде горки, посыпают зеленью. Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 110

наименование кулинарного изделия: каша молочная пшеничная (кукурузная) жидкая

номер рецептуры № 264, 265

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто ,кг
крупа пшеничная или кукурузная	40.0	40.0	4.0	4.0
вода	68.0	68.0	6.8	6.8
молоко	100.0	100.0	10.0	10.0
сахар	5.0	5.0	0.5	0.5
масса каши		192.0		19.2
масло сливочное	5.0	5.0	0.5	0.5
ВЫХОД		200.0	0.0	20.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	7.44
жиры (г)	7.52
углеводы (г)	36.8
эн ценность(ккал)	243.92

Ca (мг)	136.0
Mg (мг)	39.2
Fe(мг)	1.9
C (мг)	1.4

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

Температура подачи 65°C.

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

При подаче кашу заправляют доведенным до кипения сливочным маслом.

технологическая карта блюда № 112

наименование кулинарного изделия: каша молочная пшеничная жидкая

номер рецептуры № №267

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто ,кг
крупа пшённая	40.0	40.0	4.0	4.0
вода	56.0	56.0	5.6	5.6
молоко	112.0	112.0	11.2	11.2
сахар	5.0	5.0	0.5	0.5
масса каши		192.0		19.2
масло сливочное	5.0	5.0	0.5	0.5
ВЫХОД		200.0		20.0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	8
жиры (г)	9.6
углеводы (г)	36
эн ценность(ккал)	284

Ca (мг)	144.8
Mg (мг)	43.2
Fe(мг)	1.2
C (мг)	1.6

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

Температура подачи 65°C.

При подаче кашу заправляют доведенным до кипения сливочным маслом.

технологическая карта блюда № 114

наименование кулинарного изделия: каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая

номер рецептуры 266

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
крупа "Геркулес"	30.0	30.0	3.0	3.0
молоко	118.0	118.0	18.0	18.0
вода	58.0	58.0	6.9	6.9

сахар	5.0	5.0	0.5	0.5
масса каши		192.0	0.0	20.0
масло сливочное	5.0	5.0	0.5	0.5
выход		200.0		20.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	7.2
жиры (г)	9.6
углеводы (г)	28.8
эн ценность(ккал)	228.8

Ca (мг)	156.8
Mg (мг)	56.0
Fe(мг)	1.6
C (мг)	1.6

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

При подаче кашу заправляют доведенным до кипения сливочным маслом.

Температура подачи 65° градусов.

технологическая карта блюда № 116

наименование кулинарного изделия: каша ячневая молочная вязкая

номер рецептуры № 115

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

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
крупа ячневая	44.8	44.8	4.5	4.5
молоко	110.0	110.0	11.0	11.0
вода	65.0	65.0	6.5	6.5
сахар	5.0	5.0	0.5	0.5
масса каши		200.0	0.0	20.0
масло сливочное	5.0	5.0	0.5	0.5
ВЫХОД		200.0		20.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	7.23
жиры (г)	6.67
углеводы (г)	39.54
эн ценность(ккал)	246.87

Ca (мг)	196.2
Mg (мг)	0.9
Fe(мг)	0.2
C (мг)	1.7

Технология приготовления: подготовленную ячневую крупу всыпают в кипящую воду добавляют соль и варят, периодически помешивая, до тех пор, пока каша не загустеет, вливают кипящее молоко и снова уваривают до загустения. Кашу доводят до готовности при умеренном нагреве, плотно закрыв посуду крышкой, на водяной бане. Пред отпуском заправляют кипяченым сливочным маслом.

Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 118

наименование кулинарного изделия: каша рисовая молочная жидкая

номер рецептуры 268

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
крупа рисовая	30.0	30.0	3.0	3.0
молоко	118.0	118.0	18.0	18.0
вода	58.0	58.0	6.9	6.9
сахар	5.0	5.0	0.5	0.5
масса каши		192.0	0.0	20.0
масло сливочное	5.0	5.0	0.5	0.5
выход		200.0		20.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	5.6
жиры (г)	8.8
углеводы (г)	32.4
эн ценность(ккал)	229.6

Ca (мг)	143.2
Mg (мг)	32.0
Fe(мг)	0.4
C (мг)	1.6

Технология приготовления: в кипящую воду всыпают перебранный и промытый рис, добавляют соль, сахар и варят, периодически помешивая, около 20мин до размягчения. Вливают горячее молоко и снова варят до загустения. Кашу доводят до готовности при умеренном нагреве, плотно закрыв посуду крышкой, на водяной бане. Пред отпуском заправляют растопленным сливочным маслом. Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 120

наименование кулинарного изделия: Запеканка манная со свежими плодами

номер рецептуры 280

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
крупа манная	40.0	40.0	4.00	4.00
молоко на кашу манную	148.0	148.0	14.80	14.80
сахар	8.0	8.0	0.80	0.80
сухари пшеничные или мука	3.2	3.2	0.32	0.32
масло сливочное	5.0	5.0	0.50	0.50
яблоки свежие	46.0	32.0	4.60	3.20
или груши свежие	44.0	35.0	4.40	3.50
или абрикосы свежие	38.0	32.0	3.80	3.20

или сливы свежие	35.0	32.0	3.50	3.20
или бананы свежие	52.0	32.0	5.20	3.20
сметана	2.4	2.4	0.24	0.24
яйца	0,16шт	6.5	16шт	0.65
масса полуфабриката		224.0		22.40
ВЫХОД готовой запеканки		200.0	0.0	20.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	7.7
жиры (г)	7.2
углеводы (г)	44
эн ценность(ккал)	272

Ca (мг)	115.0
Mg (мг)	23.0
Fe(мг)	1.5
C (мг)	2.1

Технология приготовления:

Варят вязкую манную кашу, охлаждают до 55-60°C, добавляют яйца, сахар. Противень смазывают маслом и посыпают сухарями или мукой. Половину каши укладывают ровным слоем в 1,5см, на нее кладут нарезанные мелким кубиком 1×1см очищенные яблоки и груши без кожицы и семенных гнезд, бананы без кожицы, сливы и абрикосы без косточек. Сверху раскладывают второй слой каши в 1,5см, поверхность смазывают смесью сырых яиц со сметаной и запекают в жарочном шкафу при температуре 240-260°C 15-20мин. До образования румяной корочки.

Отпускают запеканку, поливая сладким соусом или растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: 65°C.

Требования к качеству: внешний вид - порции аккуратно нарезаны, соус частично заливает запеканку, слои на разрезе ровные, цвет белый или желтый, цвет корочки - золотистый.

Консистенция вязкой каши. Аромат каши и входящих в рецептуру фруктов. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

технологическая карта блюда № 124

наименование кулинарного изделия: Запеканка рисовая со свежими плодами

номер рецептуры 281

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
крупа рисовая	40.0	40.0	4.00	4.00
молоко на кашу рисовую	148.0	148.0	14.80	14.80
сахар	8.0	8.0	0.80	0.80
сухари пшеничные или мука	3.2	3.2	0.32	0.32
масло сливочное	5.0	5.0	0.50	0.50
яблоки свежие	46.0	32.0	4.60	3.20
или груши свежие	44.0	35.0	4.40	3.50
или абрикосы свежие	38.0	32.0	3.80	3.20
или сливы свежие	35.0	32.0	3.50	3.20
или бананы свежие	52.0	32.0	5.20	3.20
сметана	2.4	2.4	0.24	0.24

яйца	0,16шт	6.5	16шт	0.65
масса полуфабриката		224.0		22.4
ВЫХОД готовой запеканки		200.0		20.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	6.4
жиры (г)	6.1
углеводы (г)	44.7
эн ценность(ккал)	259

Ca (мг)	111.0
Mg (мг)	36.0
Fe(мг)	1.5
C (мг)	2.1

Технология приготовления:

Варят вязкую рисовую кашу, охлаждают до 55-60°С, добавляют яйца, сахар. Противень смазывают маслом и посыпают сухарями или мукой. Половину каши укладывают ровным слоем в 1,5см, на нее кладут нарезанные мелким кубиком 1×1см очищенные яблоки и груши без кожицы и семенных гнезд, бананы без кожицы, сливы и абрикосы без косточек. Сверху раскладывают второй слой каши в 1,5см, поверхность смазывают смесью сырых яиц со сметаной и запекают в жарочном шкафу при температуре 240-260°С 15-20мин. До образования золотистой корочки.

Отпускают запеканку, поливая сладким соусом или растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: 65°С.

Требования к качеству: внешний вид - порции аккуратно нарезаны, соус частично заливает запеканку, слои на разрезе ровные, цвет белый или желтый, цвет корочки - золотистый.

Консистенция вязкой каши. Аромат каши и входящих в рецептуру фруктов. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

технологическая карта блюда № 126

наименование кулинарного изделия: Запеканка пшенная со свежими плодами

номер рецептуры 282

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
крупa пшено	45.0	45.0	4.5	4.5
молоко на кашу пшeнную	148.0	148.0	14.8	14.8
сахар	8.0	8.0	0.8	0.8
сухари пшеничные или мука	3.2	3.2	0.3	0.3
масло сливочное	5.0	5.0	0.5	0.5
яблоки свежие	46.0	32.0	4.6	3.2
или груши свежие	44.0	35.0	4.4	3.5
или абрикосы свежие	38.0	32.0	3.8	3.2
или сливы свежие	35.0	32.0	3.5	3.2
или бананы свежие	52.0	32.0	5.2	3.2
сметана	2.4	2.4	0.24	0.24
яйца	0,16шт	6.5	16шт	0.65

масса полуфабриката		224.0		22.4
ВЫХОД готовой запеканки		200.0	0.0	20.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	8.7	Ca (мг)	118.0
жиры (г)	8.3	Mg (мг)	52.0
углеводы (г)	45	Fe(мг)	2.2
эн ценность(ккал)	289	C (мг)	2.1

Технология приготовления:

Варят вязкую пшеничную кашу, охлаждают до 55-60°C, добавляют яйца, сахар. Противень смазывают маслом и посыпают сухарями или мукой. Половину каши укладывают ровным слоем в 1,5см, на нее кладут нарезанные мелким кубиком 1×1см очищенные яблоки и груши без кожицы и семенных гнезд, бананы без кожицы, сливы и абрикосы без косточек. Сверху раскладывают второй слой каши в 1,5см, поверхность смазывают смесью сырых яиц со сметаной и запекают в жарочном шкафу при температуре 240-260°C 15-20мин. До образования золотистой корочки.

Отпускают запеканку, поливая сладким соусом или растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: 65°C.

Требования к качеству: внешний вид - порции аккуратно нарезаны, соус частично заливает запеканку, слои на разрезе ровные, цвет белый или желтый, цвет корочки - золотистый.

Консистенция вязкой каши. Аромат каши и входящих в рецептуру фруктов. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

технологическая карта блюда № 132

наименование кулинарного изделия: омлет с сыром

номер рецептуры № 309

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
яйца	2,6шт	104.0	260шт	10.4
молоко	68.0	68.0	6.8	6.8
масса омлетной смеси		170.0		17.0
сыр	41.0	41.0	4.1	4.1
масло сливочное	6.5	6.5	0.65	0.65
масса готового омлета		170.0		17.0
ВЫХОД		170.0		17.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	25	Ca (мг)	515.0
жиры (г)	37	Mg (мг)	41.0
углеводы (г)	4	Fe(мг)	3.0
эн ценность(ккал)	445	C (мг)	0.5

Технология приготовления: подготовленные в соответствии с санитарными правилами, яйца разбивают, добавляют в яичную смесь молоко, соль, перемешивают и слегка взбивают до образования пены, добавляют тертый сыр.

Затем выливают в разогретую смазанную маслом сковороду или протвень слоем 2,5-3,0 см и запекают в жарочном шкафу при температуре 180-200°C 8-10 минут до образования легкой румяной корочки. Омлет можно варить на пару.

Яйца необходимо разбивать в отдельную посуду по 2-3 шт. и соединять с общей массой

Перед подачей нарезают на порции, кладут на тарелку.

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 144

наименование блюда: запеканка из творога

номер рецептуры 141

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
творог	170.00	168.00	17.00	16.80
крупа манная	11.60	11.60	1.16	1.16
или мука пшеничная	14.00	14.00	1.40	1.40
вода или молоко для каши	43.00	43.00	4.30	4.30
яйца	0,3шт	0.30	3шт	3шт
сахар	10.00	10.00	1.00	1.00
ванилин	0.0180	0.0180	0.0018	0.0018
сметана	6.00	6.00	0.60	0.60
сухари	6.00	6.00	0.60	0.60
масло сливочное	6.00	6.00	0.60	0.60
масса готовой запеканки		180.00	0.00	18.00
сгущенное молоко		40.00		4.00
ВЫХОД		180/40		18/4

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	29	Ca (мг)	356.4
жиры (г)	30	Mg (мг)	45.6
углеводы (г)	29	Fe(мг)	1.2
эн ценность(ккал)	510	C (мг)	0.7

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

Температура

подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 173

наименование блюда: рыба запеченная с сыром в сметанном соусе

номер рецептуры № 342

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
сыр	10.0	10.0	1.0	1.0
горбуша или кета	87.0	61.0	8.7	6.1
или минтай	101.0	61.0	10.1	6.1
лук репчатый	13.0	10.0	1.3	1.0
морковь	24.0	18.0	2.4	1.8
масло растительное	2.0	2.0	0.2	0.2
соус сметанный №335	30.0	30.0	3.0	3.0
масса тушеной рыбы		50.0	0.0	5.0
ВЫХОД		120.0		12.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	9.70
жиры (г)	5.20
углеводы (г)	2.90
эн ценность(ккал)	161.00

Ca (мг)	32.0
Mg (мг)	24.5
Fe(мг)	0.5
C (мг)	1.6

Технология приготовления: рыбу разделяют на филе с кожей **без костей**, нарезают под углом 90° по одному куску на порцию, овощи нарезают соломкой. Укладывают в смазанный маслом противень слоями: слой рыбы, затем слой овощей. Заливают сметанным соусом, солят, добавляют лавровый лист, посыпают тертым сыром запекают 25-30 мин, при температуре 250С

Температура подачи 65°C.

Требования к качеству: на поверхности изделия золотистая корочка, соус загустел, но не высох, блюдо сочное, не пригоревшее, не присохшее к посуде. Вкус соответствует входящим в рецептуру продуктам.

технологическая карта блюда № 175

наименование блюда: шницель рыбный с соусом

номер рецептуры № 345

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
горбуша	92.0	64.0	9.2	6.4
или скумбрия неразделанная	115.0	64.0	11.5	6.4

или минтай потрошенный без головы	107.0	64.0	10.7	6.4
лук репчатый	17.0	14.0	1.7	1.4
молоко или вода	11.0	11.0	1.1	1.1
яйцо	0,12штг	5.0	12штг	0.5
хлеб пшеничный	15.0	15.0	1.5	1.5
масса полуфабриката		95.0		9.5
масло растительное для смазки	2.0	2.0	0.2	0.2
соус молочный №329	30.0	30.0	3.0	3.0
масса готовых изделий		80.0		8.0
ВЫХОД		80/30		8/3

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	11.12
жиры (г)	1.7
углеводы (г)	7.7
эн ценность(ккал)	90.4

Ca (мг)	28.0
Mg (мг)	18.4
Fe(мг)	0.5
C (мг)	0.3

Технология приготовления: рыбу разделяют на филе с кожей без костей, нарезают на куски измельчают в мясорубке вместе с луком и замоченным в воде или молоке и отжатым пшеничным хлебом, добавляют соль, яйца, оставшееся молоко, все тщательно перемешивают выбивают, формируют шницеля, укладывают в один ряд в смазанный маслом противень, добавляют воду или процеженный рыбный бульон (для бульона используют пищевые оходы при обработке рыбы) и запекают до готовности 25-30 минут. Отпускают с соусом. Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 179

наименование блюда: рыба, запеченная с картофелем по-русски

номер рецептуры №169

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

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
минтай*	122.0	82.0	12.2	8.2
масса готовой рыбы		69.0		6.9
картофель***	154.0	112.0	15.4	11.2
масло растительное	4.0	4.0	0.4	0.4
лук репчатый	12.0	10.0	1.2	1.0
соус белый для запекания :		85.0		8.5
молоко	85.0	85.0	8.5	8.5
мука пшеничная	6.0	6.0	0.6	0.6
масло сливочное	6.0	6.0	0.60	0.60
сухари или мука	3.0	3.0	0.3	0.3
ВЫХОД		230.0		23.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	15.3
жиры (г)	8.5

Ca (мг)	42.2
Mg (мг)	48.0

углеводы (г)	21.8
эн ценность(ккал)	225

Fe(мг)	1.5
C (мг)	8.4

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

* нормы даны на треску, минтай потрошенные обезглавленные

** масса отварного очищенного картофеля

Температура подачи 65°C.

*** норма картофеля на сентябрь

технологическая карта блюда № 185

наименование блюда: рыба, тушенная в томате с овощами

номер рецептуры № 172

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
минтай	172.0	103.0	17.2	10.3
или горбуша	147.0	103.0	14.7	10.3
морковь	37.0	31.0	3.7	3.1
лук репчатый	17.0	14.0	1.7	1.4
томат-паста	3.6	3.6	0.36	0.36
масло сливочное	9.0	9.0	0.90	0.90
лавровый лист	0.01	0.01	0.001	0.001
масса тушеной рыбы		85.0		8.5
ВЫХОД готовой рыбы с овощами и соусом		140.0		14.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	13.3
жиры (г)	7.2
углеводы (г)	6.3
эн ценность(ккал)	143

Ca (мг)	35.0
Mg (мг)	39.0
Fe(мг)	0.8
C (мг)	4.7

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

нормы даны на треску, минтай потрошенные обезглавленные

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 218

наименование блюда: говядина, тушенная с капустой
 номер рецептуры № 365

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина	166.0	123.0	16.6	12.3
лук репчатый	37.0	31.0	3.7	3.1
масло растительное	10.0	10.0	1.0	1.0
масса тушеного мяса		77.0		7.7
капуста белокачанная свежая	266.0	215.0	26.6	21.5
масло растительное	9.0	9.0	0.9	0.9
морковь	12.0	9.0	1.2	0.9
лук репчатый	15.0	12.0	1.5	1.2
лимонная кислота	0.13	0.13	0.013	0.013
томат-паста	6.0	6.0	0.6	0.6
мука пшеничная	1.8	1.8	0.18	0.18
масса тушеной капусты		153.0		15.3
ВЫХОД		230.0		23.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	22	Ca (мг)	87.0
жиры (г)	54	Mg (мг)	54.0
углеводы (г)	13	Fe(мг)	3.2
эн ценность(ккал)	626	C (мг)	31.0

Технология приготовления:говядину нарезают на кусочки массой 20-30г, соединяют со слегка обжаренным луком,нарезанным мелкими кубиками, еще обжаривают. Добавляют воду, закрывают крышкой и тушат 20-25минут. Затем добавляют капусту тушеную и тушат до готовности. Нарезанную соломкой свежую капусту, кладут в котел слоем до 30см, добавляют бульон или воду (20-30% к массе сырой капусты), лимонную кислоту, масло, пассерованную томатную пасту и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Затем добавляют пассерованные нарезанные соломкой морковь, лук, лавровый лист и тушат до готовности. За 5мин до конца тушения капусту заправляют мучной пассеровкой, сахаром, солью и вновь доводят до кипения. Если свежая капуста горчит, ее перед тушением ошпаривают в течении 3-5мин. Отпускают говядину вмесие с соусом и овощами. Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 205

наименование блюда: голубцы ленивые
 номер рецептуры 372

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф	
	1 порц	100 порц

	брутто, г	нетто, г	брутто,кг	нетто,кг
говядина (котлетное мясо)	28.0	20.0	2.8	2.0
крупа рисовая	2.5	2.5	0.3	0.3
масса отварного риса		7.0		0.7
лук репчатый	3.6	3.0	0.4	0.3
масло растительное	1.2	1.2	0.12	0.12
масса пассерованного лука		1.4		0.1
капуста белокачанная	38.0	30.0	3.8	3.0
масса отварной капусты		28.0		2.8
масса полуфабриката		56.0		5.6
масса готовых голубцов		50.0		5.0
соус №341	30.0	30.0		3.0
ВЫХОД С СОУСОМ		80.0		8.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	5.6
жиры (г)	9.6
углеводы (г)	3.7
эн ценность(ккал)	133.7

Ca (мг)	40.0
Mg (мг)	15.2
Fe(мг)	1.0
C (мг)	10.4

Технология приготовления:рис промывают, варят рассыпчатую рисовую кашу.

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

Отпускают с соусом.

Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 209

наименование блюда: Жаркое по-домашнему

номер рецептуры № 259

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

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина (боковая и наружный куски тазобедренная)	86.0	65.0	8.6	6.5
картофель	194.0	145.0	19.4	14.5
лук репчатый	22.0	19.0	2.2	1.9
морковь	10.0	6.0	1.0	0.6
масло сливочное	4.0	4.0	0.4	0.4
томат-паста	3.5	3.5	0.35	0.35
масса тушеного мяса		40.0		4.0
масса готовых овощей		191.0		19.1
ВЫХОД		230.0		23.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	26
жиры (г)	24
углеводы (г)	17
эн ценность(ккал)	396

Ca (мг)	37.0
Mg (мг)	59.0
Fe(мг)	3.6
C (мг)	8.0

Технология приготовления: мясо нарезают по 2-4 кусочка на порцию, слегка обжаривают. Картофель и лук нарезают ломтиком, морковь крупным кубиком. Мясо и овощи кладут в посуду слоями, чтобы снизу и сверху мяса были овощи, соль и бульон (продукты должны быть только покрыты жидкостью), закрывают крышкой и тушат до готовности. За 5-10 минут до окончания тушения кладут пассерованную томатную пасту, лавровый лист. Отпускают жаркое вместе с бульоном и гарниром. Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 211

наименование блюда: гуляш из говядины

номер рецептуры № 368

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина I категории	107.0	79.0	10.7	7.9
морковь	11.0	8.0	1.1	0.8
лук репчатый	17.0	14.0	1.7	1.4
масло растительное	5.0	5.0	0.5	0.5
мука пшеничная	3.7	3.7	0.37	0.37
томат-паста	4.0	4.0	0.4	0.4
масса тушеного мяса		50.0		5.0
масса соуса		50.0		5.0
ВЫХОД		100.0		10.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	17
жиры (г)	18
углеводы (г)	4
эн ценность(ккал)	248

Ca (мг)	14.0
Mg (мг)	25.0
Fe(мг)	2.7
C (мг)	1.0

Технология приготовления: отварное мясо очищают от пленок и соединительной ткани, нарезают соломкой длиной 3×3×30мм, обжаривают, заливают горячим бульоном, добавляют пассерованный лук, морковь, пассерованную томат-пасту и тушат в закрытой посуде около 1 часа. Затем бульон сливают. Муку пассеруют без изменения цвета, постепенно разводят охлажденным до 55°C бульоном, проваривают 7-10 мин. Процеживают протирая лук и морковь. Приготовленным соусом заливают мясо и тушат 15 мин.

Отпускают вместе с соусом, в котором тушилось мясо, и гарниром.

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 216

наименование блюда: котлеты, биточки, шницели

номер рецептуры № 189

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина 1 категории	93.0	69.0	9.3	6.9
хлеб пшеничный	15.0	15.0	1.5	1.5
лук репчатый	17.0	14.0	1.7	1.4
сахари или мука	9.0	9.0	0.9	0.9
молоко	18.0	18.0	1.8	1.8
масса полуфабриката		99.0		9.9
масло растительное	2.0	2.0	0.2	0.2
масса готовых изделий		80.0		8.0
ВЫХОД		80.0	0.0	8.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	14.24
жиры (г)	14.00
углеводы (г)	11.44
эн ценность(ккал)	228.80

Ca (мг)	31.2
Mg (мг)	20.8
Fe(мг)	2.2
C (мг)	0.0

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

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 236

наименование блюда: тефтели из говядины с соусом (ёжики)

номер рецептуры 390

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина 1 категории (котлетное мясо)	52.0	38.0	5.20	3.80
вода	6.0	6.0	0.60	0.60
крупа рисовая	5.4	5.4	0.54	0.54
масса готового рассыпчатого риса		15.0		1.50

лук репчатый	21.0	18.0	2.10	1.80
масло растительное	1.2	1.2	0.12	0.12
масса пассерованного лука		9.0		0.90
мука пшеничная	4.5	4.5	0.45	0.45
масса полуфабриката		71.0		7.10
масло растительное	1.0	1.0	0.10	0.10
масса готовых тефтелей		60.0		6.00
соус молочный для запекания №328	75.0	75.0	7.50	7.50
ВЫХОД с соусом		60/40		100/4

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	9.5	Ca (мг)	23.3
жиры (г)	13.8	Mg (мг)	15.3
углеводы (г)	9.9	Fe(мг)	2.0
эн ценность(ккал)	221.0	C (мг)	1.0

Технология приготовления: рис перебирают, варят рассыпчатую кашу, лук нарезают мелким кубиком, бланшируют, пассеруют. Мясо измельчают на мясорубке с двойной мелкой решеткой или дважды, В измельченное мясо добавляют воду, пассерованный лук, рассыпчатый рис, хорошо перемешивают, разделяют в виде шариков по 2 штуки на порци. Шараки панируют в муке, обжаривают на противне до образования легкой корочки, заливают соусом и тушат в жарочном шкафу при температуре 160 - 200°С 10-25 мин. Отпускают тефтели с соусом, в котором они тушились и гарниром. Температура подачи 65° С

технологическая карта блюда № 237

наименование блюда: фрикадельки из говядины тушеные в соусе

номер рецептуры 204

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина 1 категории (котлетное мясо)	52.0	37.0	5.2	3.7
хлеб пшеничный	8.0	8.0	0.8	0.8
лук репчатый	17.5	15.0	1.75	1.50
вода	13.0	13.0	1.3	1.3
масло растительное	1.0	1.0	0.1	0.1
масса полуфабриката		59.0		5.9
соус красный основной №333	30.0	30.0	3.0	3.0
ВЫХОД		50/30		5/0,3

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	9	Ca (мг)	8.0
жиры (г)	9.4	Mg (мг)	10.0
углеводы (г)	6.2	Fe(мг)	1.4

эн ценность(ккал)	144
-------------------	-----

С (мг)	0.08
--------	------

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

технологическая карта блюда № 207

наименование блюда: Азу

номер рецептуры № 364

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина (боковая и наружный куски тазобедренная)	114.0	84.0	11.4	8.4
масло растительное	7.0	7.0	0.7	0.7
томатная паста	4.2	4.2	0.4	0.4
лук репчатый	21.0	18.0	2.1	1.8
мука пшеничная	3.5	3.5	0.4	0.4
огурцы соленые	38.0	21.0	3.80	2.10
картофель	189.0	142.0	18.9	14.2
масса тушеного мяса		53.0		5.3
масса соуса и овощей		177.0		17.7
ВЫХОД		230.0		23.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	19
жиры (г)	20
углеводы (г)	24
эн ценность(ккал)	352

Ca (мг)	34.0
Mg (мг)	58.0
Fe(мг)	3.9
С (мг)	10.2

Технология приготовления: мясо нарезают брусочками по 10-15г, обжаривают, заливают готовым бульоном или водой, добавляют пассерованную томатную пасту и тушат почти до готовности в закрытой посуде при слабом кипении. На оставшемся бульоне приготавливают соус, в который кладут соленые огурцы, нарезанные соломкой, пассерованный лук, йодированную соль. Полученным соусом заливают мясо, добавляют жаренный картофель и тушат еще 15-20 мин. За 5-10 мин. до готовности кладут лавровый лист. Для удобства порционирования картофель тушат отдельно. Отпускают азу вместе с соусом и гарниром.

Температура подачи: 65°C

технологическая карта блюда № 240

наименование блюда: оладьи из печени по-кунцевски
номер рецептуры № 399

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
печень говяжья	96.0	80.0	9.6	8.0
морковь	15.0	11.0	1.5	1.1
лук репчатый	15.0	11.0	1.5	1.1
мука пшеничная	17.0	17.0	1.7	1.7
яйца	0,43шт	17.0	43шт	1.7
соль	1.3	1.3	0.13	0.1
масло сливочное	10.0	10.0	1.00	1.0
ВЫХОД		100.0		10.0
соус сметанный с чесноком №338		40.0		40.0
ВЫХОД		100/40		10/4

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	17.3
жиры (г)	11.7
углеводы (г)	11.8
эн ценность(ккал)	268

Ca (мг)	22.0
Mg (мг)	21.0
Fe(мг)	5.2
C (мг)	7.2

Технология приготовления: печень промывают, очищают, пропускают через мясорубку соединяют с пассерованной морковью и луком и вновь пропускают через мясорубку, затем добавляют муку, подготовленные яйца. Обжаривают с обеих сторон, затем доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 250-280°С. Отпускают с соусом
Температура подачи: 75°С.

Требования к качеству: консистенция однородная, на разрезе серого цвета, мягкая. Оладьи сохранили свою форму.

технологическая карта блюда № 252

наименование блюда: котлеты, биточки, шницели припущенные
номер рецептуры 209

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
цыплята 1 категории потрошенные	95.0	42.0	9.5	4.2
хлеб пшеничный	10.0	10.0	1.0	1.0
яйцо	0,15шт	6.0	15шт	0.6
молоко	22.0	22.0	2.2	2.2
сухари или мука	8.0	8.0	0.8	0.8
масса полуфабриката		88.0		8.8
масло растительное	2.0	2.0	0.2	0.2
масса готовых биточков		70.0	0.0	7.0

масло сливочное	5.0	5.0	0.5	0.5
или соус молочный №329	30.0	30.0	3.0	3.0
ВЫХОД С МАСЛОМ		70/5		7/0,5
ВЫХОД с соусом молочным № 329		70/30		10/4

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	11.02	Ca (мг)	40.6
жиры (г)	12.45	Mg (мг)	21.0
углеводы (г)	7.52	Fe(мг)	1.3
эн ценность(ккал)	186.09	C (мг)	0.6

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

Измельченное мясо соединяют замоченным в воде или молоке черствым пшеничным хлебом, кладут соль, яйца, хорошо перемешивают, пропускают через мясорубку второй раз и выбивают. Из готовой котлетной массы формируют котлеты, биточки или шницели, панируют в сухарях или муке, укладывают на смазанный маслом противень, подливают горячий соус молочный и припускают до готовности 20-30 мин.

Отпускают биточки с гарниром и соусом.

Температура подачи 65°C.

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

технологическая карта блюда № 273

наименование блюда: птица, тушенная в соусе с овощами

номер рецептуры 479

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

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
цыплята 1 категории потрошенные	81	72	8.1	7.2
масло сливочное	8	8		
масса тушеной птицы		50		5
картофель	126	95	12.6	9.5
морковь	80	64	8	6.4
лук репчатый	26	21	2.6	2.1
соус сметанный с томатом №341		30		3
вода	50	50	5	5
масса гарнира и соуса		180		18
ВЫХОД с соусом		230		23

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	15.15	Ca (мг)	70
жиры (г)	22.7	Mg (мг)	65.5
углеводы (г)	23.1	Fe(мг)	2.8
эн ценность(ккал)	346	C (мг)	10.1

Технология приготовления: подготовленные тушки птицы, нарубленные на куски по 30-35г, заливают горячей водой слегка отваривают, добавляют нарезанный дольками картофель, пассерованные морковь, лук, заливают соусом сметанным с томатом и тушат 25-30 минут до готовности. Отпускают тушеную курицу с овощами и соусом, в котором они тушились. Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 254

наименование блюда: птица, запеченая с соусом

номер рецептуры 479

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов для питания школьников, под редакцией Могильного 2005г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
курица 1 категории потрошенная	97	87	9.7	8.7
масло растительное	6	6	0.6	0.6
лук репчатый	13	10	1.3	1.0
масса запеченой птицы		60		6.0
соус белый основной №331		30		3.0
масса овощей и соуса		40		4.0
ВЫХОД с соусом		100		10.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	14.4
жиры (г)	13.4
углеводы (г)	4.7
эн ценность(ккал)	187

Ca (мг)	33
Mg (мг)	15
Fe(мг)	0.93
C (мг)	33

Подготовленные тушки птицы, нарубленные на порционные куски, укладывают на противень, смазанный маслом, добавляют нарезанные пассерованный лук, заливают соусом белым основным и запекают 25-35 минут до готовности. Запеченую курицу отпускают с овощами и соусом, в котором она запекалась.

Температура подачи 65 °С

Требования к качеству: порционные кусочки птицы уложены рядом с гарниром, политы соусом с овощами, в котором запекались.

технологическая карта блюда № 276

наименование блюда: каша гречневая рассыпчатая

номер рецептуры 219

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
крупа гречневая	69.0	69.0	6.9	6.9
вода	102.0	102.0	10.2	10.2
масса каши		144.0		14.4
масло сливочное	7.0	7.0	0.7	0.7
ВЫХОД		150.0		15.0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	8.7
жиры (г)	7.8
углеводы (г)	37
эн ценность(ккал)	253

Ca (мг)	14.0
Mg (мг)	135.0
Fe(мг)	4.6
C (мг)	0.0

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

технологическая карта блюда № 278

наименование блюда: Каша пшеничная рассыпчатая

номер рецептуры 221

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
крупа пшеничная	58.0	58.0	5.8	5.8
вода	104.0	104.0	10.4	10.4
масса каши		144.0		14.4
масло сливочное	8.0	8.0	0.80	0.80
ВЫХОД		150.0		15.0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	6.5
жиры (г)	7
углеводы (г)	38.5
эн ценность(ккал)	242.7

Ca (мг)	24.5
Mg (мг)	36.0
Fe(мг)	2.6
C (мг)	0.0

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

мин до готовности кашу взрыхляют, добавляют прокипяченное сливочное масло, хорошо перемешивают и еще уваривают на водяной бане или в жарочном шкафу. Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 290

наименование блюда: макаронные изделия отварные

номер рецептуры 227

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
макаронные изделия	51.0	51.0	5.1	5.1
масса отварных макаронных изделий		144.0	0.0	14.4
масло сливочное	7.0	7.0	0.7	0.7
ВЫХОД		150.0		15.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	5.52
жиры (г)	5.29
углеводы (г)	35.32
эн ценность(ккал)	145

Ca (мг)	12.0
Mg (мг)	7.5
Fe(мг)	0.8
C (мг)	0.0

Технология приготовления:

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

Температура подачи 65 °С

технологическая карта блюда № 295

наименование блюда: горошек отварной

номер рецептуры 175

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
зеленый горошек консервированный	84.0	55.0	8.4	5.5
масса отварного горошка		50.0		5.0
ВЫХОД		50.0		5.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	4.6
жиры (г)	2.9
углеводы (г)	32
эн ценность(ккал)	134.6

Ca (мг)	14.0
Mg (мг)	33.0
Fe(мг)	1.6
C (мг)	0.0

Технология приготовления: консервированный горошек доводят до кипения в собственном отваре, помешивая, отвар сливают, охлаждают до $t = 65^{\circ}\text{C}$
Температура подачи $60-65^{\circ}\text{C}$.

технологическая карта блюда № 300

наименование блюда: кукуруза отварная

номер рецептуры 233

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
кукуруза консервированная	84.0	55.0	8.4	5.50
масса вареных зерен кукурузы		50.0		5.0
ВЫХОД		50.0		5.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	4.6
жиры (г)	2.9
углеводы (г)	32
эн ценность(ккал)	134.6

Ca (мг)	14.0
Mg (мг)	33.0
Fe(мг)	1.6
C (мг)	0.0

Технология приготовления: консервированную кукурузу доводят до кипения в собственном отваре, помешивая, отвар сливают, охлаждают до $t = 65^{\circ}\text{C}$
Температура подачи 14°C .

технологическая карта блюда № 317

наименование кулинарного изделия: картофель отварной

номер рецептуры 426

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
картофель*	198.0	149.0	19.8	14.9
или картофель молодой	192.0	150.0	19.2	15.0
масса отварного картофеля		144.0	0.0	14.4
масло сливочное	8.5	8.5	0.9	0.9

ВЫХОД		150.0		15.0
-------	--	-------	--	------

*норма картофеля на сентябрь

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	2.9	Ca (мг)	16.5
жиры (г)	7.35	Mg (мг)	30.0
углеводы (г)	19	Fe(мг)	1.2
эн ценность(ккал)	153	C (мг)	20.9

Технология приготовления: очищенный мелкий целиком, дольками или мелким кубиком картофель заливают горячей водой так, чтобы она покрывала картофель на 1-1,5см, кладут йодированную соль, закрывают крышкой, доводят до кипения и варят при слабом кипении до готовности. Затем отвар сливают, посуду накрывают крышкой, ставят на слабый нагрев на 1,5-2мин., обсушивают. Если сорт картофеля быстроразваривающийся, поглощающий много влаги, то варят его 15минут после закипания, сливают отвар, накрывают крышкой и доводят до готовности без воды - паром.

При отпуске поливают растопленным сливочным или растительным маслом, украшают веточкой зелени.

Температура подачи 65°C.

Требования к качеству: форма клубней или нарезки должна сохраниться. Цвет от белого до желтоватого. Потемнение картофеля не допускается. Консистенция рыхлая.

технологическая карта блюда № 303

наименование кулинарного изделия: капуста тушёная

номер рецептуры 235

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
капуста белокочанная	197.0	158.0	19.7	15.8
масло сливочное	7.0	7.0	0.7	0.7
морковь	12.0	9.0	1.2	0.9
томатная паста	5.0	5.0	0.5	0.5
лук репчатый	11.0	9.0	1.1	0.9
мука пшеничная	2.0	2.0	0.2	0.2
ВЫХОД		150.0		15.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	5.6	Ca (мг)	92.0
жиры (г)	5.4	Mg (мг)	36.0
углеводы (г)	6.0	Fe(мг)	1.5
эн ценность(ккал)	95.0	C (мг)	25.5

технология приготовления: нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем 300 мм, добавляют воду (20-30% к массе сырой капусты), масло и тушат до полуготовности при

помешивании. Затем добавляют пассерованные, нарезанные соломкой морковь, репчатый лук, предварительно бланшированный, и тушат до готовности 40-45 мин. За 10 мин до конца тушения капусту заправляют солью, сахаром, подсушенной мукой, разведенной в небольшом количестве воды, томатной пастой. Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 309

наименование кулинарного изделия: картофельное пюре

номер рецептуры 429

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
картофель*	170.0	126.0	17.0	12.6
молоко	24.0	23*	2.4	2.3
масло сливочное	7.0	7.0	0.7	0.7
ВЫХОД		150.0		15.0

*масса кипяченого молока

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	3.19	Ca (мг)	40.0
жиры (г)	6.6	Mg (мг)	30.0
углеводы (г)	16.4	Fe(мг)	1.0
эн ценность(ккал)	138	C (мг)	5.6

Технология приготовления:

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

Горячий варёный картофель, обсушивают, протирают через протирочную машину.

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

Температура подачи 65°C.

*норма картофеля на сентябрь

технологическая карта блюда № 311

наименование блюда: овощи натуральные

номер рецептуры 246

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

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
помидоры(огурцы) свежие	64.0	60.0	6.4	6.0
ВЫХОД		60.0		6.0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0.42
жиры (г)	0.06
углеводы (г)	1.14
эн ценность(ккал)	9.6

Ca (мг)	20.4
Mg (мг)	8.4
Fe(мг)	0.3
C (мг)	4.2

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

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

технологическая карта блюда № 319

наименование блюда: овощи натуральные соленые

номер рецептуры 247

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
помидоры(огурцы) соленые	109.0	60.0	10.9	6.0
ВЫХОД		60.0		6.0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0.48
жиры (г)	0.06
углеводы (г)	1.02
эн ценность(ккал)	7.8

Ca (мг)	13.8
Mg (мг)	8.4
Fe(мг)	0.4
C (мг)	3.0

Технология приготовления: у овощей удаляют полдоножку , нарезают крупными ломтиками

технологическая карта блюда № 327

наименование блюда: соус молочный для запекания

номер рецептуры 434

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
молоко	50.0	50.0	5.0	5.0
мука пшеничная	4.0	4.0	0.4	0.4
масло сливочное	4.0	4.0	0.4	0.4
Выход		50.0		5.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1.83	Ca (мг)	40.8
жиры (г)	4.53	Mg (мг)	3.2
углеводы (г)	5.15	Fe(мг)	0.3
эн ценность(ккал)	68.9	C (мг)	0.4

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

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

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 329

наименование блюда: соус молочный к блюдам

номер рецептуры 435

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
молоко	30.0	30.0	3.0	3.0
мука пшеничная	1.5	1.5	0.2	0.2
масло сливочное	1.5	1.5	0.2	0.2
ВЫХОД		30.0		3.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1	Ca (мг)	19.2
жиры (г)	2.06	Mg (мг)	2.7
углеводы (г)	2.76	Fe(мг)	0.1
эн ценность(ккал)	33.7	C (мг)	0.0

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

Температура подачи 65°

технологическая карта блюда № 335

наименование блюда: соус сметанный

номер рецептуры № 263

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
мука пшеничная	0.8	0.8	0.08	0.08

масло сливочное	0.8	0.8	0.08	0.08
вода	22.0	22.0	2.2	2.2
сметана	10.0	10.0	1.0	1.0
ВЫХОД		30.0		3.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0.6
жиры (г)	1.56
углеводы (г)	1.68
эн ценность(ккал)	23.4

Ca (мг)	8.4
Mg (мг)	1.8
Fe(мг)	0.1
C (мг)	0.0

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

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

Рекомендуется к блюдам из овощей, рыбы, мяса.

Температура подачи 65 °С

технологическая карта блюда №339

наименование блюда: соус томатный

номер рецептуры 265

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
вода или отвар овощной	15.0	15.0	1.5	1.5
мука пшеничная	1.5	1.5	0.2	0.2
масло сливочное	1.5	1.5	0.2	0.2
томат-паста	1.8	1.8	0.18	0.18
сахар	0.5	0.5	0.1	0.1
ВЫХОД		30.0		3.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0.4
жиры (г)	1.1
углеводы (г)	1.95
эн ценность(ккал)	16.84

Ca (мг)	5.0
Mg (мг)	2.0
Fe(мг)	0.2
C (мг)	0.7

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

Температура подачи 65°

технологическая карта блюда № 341

наименование кулинарного изделия: соус сметанный с томатом

номер рецептуры 444

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
сметана	10.0	10.0	1.0	1.0
мука пшеничная	1.5	1.5	0.2	0.2
масло сливочное	1.0	1.0	0.1	0.1
вода	20.0	20.0	2.0	2.0
томатная паста	1.2	1.2	0.12	0.12
соль поваренная йодированная	0.075	0.0750	0.0075	0.01
ВЫХОД		30.0		3.0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1.00
жиры (г)	6.4
углеводы (г)	1.9
эн ценность(ккал)	69.1

Ca (мг)	27.0
Mg (мг)	4.6
Fe(мг)	0.14
C (мг)	0.4

Технология приготовления:

Подсушенную без изменения цвета муку,охлажденную до 60-70°С смешивают с маслом, вливают 1/4 части горячей воды или отвара и вымешивают, добавляют оставшийся бульон, вымешивают, варят 15-30мин. В горячий белый соус кладут прокипяченную сметану, соль и кипятят 3-5мин.Томатную пасту упаривают до половины первоначального объема, соединяют с соусом сметанным, проваривают,процеживают и доводят до кипения. Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 337

наименование блюда: соус сметанный с чесноком

номер рецептуры № 263

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
мука пшеничная	0.8	0.8	0.08	0.08
масло сливочное	0.8	0.8	0.08	0.08
вода или бульон	22.0	22.0	2.2	2.2
сметана	10.0	10.0	1.0	1.0
зелень	0.8	0.6	0.08	0.06
чеснок	0.36	0.3	0.036	0.030
ВЫХОД		30.0		3.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0.6
жиры (г)	1.56
углеводы (г)	1.68
эн ценность(ккал)	35

Ca (мг)	8.4
Mg (мг)	1.8
Fe(мг)	0.1
C (мг)	0.0

Технология приготовления: белый соус соединяют со сметаной, доводят до кипения и варят 3-5 минут. В конце варки добавляют йодированную соль, чеснок и зелень.

Температура подачи: 65°C.

Требования к качеству: консистенция жидкой сметаны, цвет белый с кремовым оттенком, без комочков неразварившейся муки. Вкус сметанный, умеренно соленый с ароматом зелени и чеснока. Не допускается использование сметаны повышенной кислотности.

технологическая карта блюда № 331

наименование блюда: соус белый основной

номер рецептуры 448

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
бульон или вода	33.0	33.0	3.3	3.3
мука пшеничная	1.5	1.5	0.15	0.15
лук репчатый	1.5	1.5	0.15	0.15
масло сливочное	1.5	1.5	0.15	0.15
Выход		30.0		3.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0.4
жиры (г)	1.2
углеводы (г)	1.8
эн ценность(ккал)	19.4

Ca (мг)	1.7
Mg (мг)	1.02
Fe(мг)	0.04
C (мг)	0.22

Технология приготовления: в растопленное сливочное масло всыпают просеянную муку и пассеруют при непрерывном помешивании, не допуская пригорания. В пассерованную муку, охлажденную 60-70°C вливают четвертую часть горячего бульона и вымешивают до образования однородной массы, затем добавляют оставшийся бульон. После этого в бульон кладут нарезанные петрушку, лук и варят 20-30 мин. В конце варки добавляют соль, перец черный горошком, лавровый лист. Затем соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, доводят до кипения.

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 333

наименование блюда: соус красный основной

номер рецептуры 456

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
бульон мясной или вода	30.0	30.0	3.00	3.00
мука пшеничная	1.5	1.5	0.15	0.15
масло сливочное	1.0	1.0	0.10	0.10
томат-паста	2.4	2.4	0.24	0.24
лук репчатый	1.4	1.2	0.14	0.12
морковь	3.8	3.0	0.38	0.30
петрушка (корень)	0.8	0.6	0.08	0.06
лавровый лист	0.006	0.006	0.0006	0.00
соль	0.075	0.075	0.0075	0.01
Выход		30.0		3.0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0.4
жиры (г)	0.73
углеводы (г)	2.8
эн ценность(ккал)	19.4

Ca (мг)	2.9
Mg (мг)	4.10
Fe(мг)	0.17
C (мг)	0.80

Технология приготовления:очищенные морковь, лук репчатый,корень петрушки нарезают мелкой соломкой припускают в небольшом количестве бульона мясного с добавлением масла сливочного в течении 10-15минут, затем вводят томат-пасту и припускают еще10-15 минут.Муку пшеничную просеивают и подсушивают при температуре 150-160°С до светло-желтого цвета, охлаждают до70-80°С и разводят теплым бульоном в соотношении 1:4, размешивают и вводят в кипящий мясной бульон, затем добавляют припущенные с томат-пастой овощи и при слабом кипении варят40-60минут.В конце варки добавляют соль, сахар, лавровый лист. Соус процеживают, протирают в него разварившиеся овощи, доводят до кипения.

Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 313

наименование блюда: соус шоколадный

номер рецептуры 475

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
какао порошок	3.0	3.0	0.30	0.30
сахар	6.0	6.0	0.60	0.60
молоко цельное сгущенное с сахаром	14.0	14.0	1.40	1.40
ванилин	0.006	0.006	0.0006	0.0006
вода	9.0	9.0	0.90	0.90
Выход		30.0		3.0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1.7
жиры (г)	1.6
углеводы (г)	14.0
эн ценность(ккал)	77.0

Ca (мг)	46.0
Mg (мг)	17.4
Fe(мг)	0.71
C (мг)	0.14

Технология приготовления: какао смешивают с сахаром. Молоко сгущенное разводят горячей водой, нагревают до кипения и при непрерывном помешивании вливают в смесь какао с сахаром, доводят до кипения, процеживают и охлаждают. В охлажденный соус вводят ванилин, растворенный в теплой воде (1:20).

Температура подачи 14°C.

Требование к качеству: однородная вязкая масса. Цвет светло-коричневый. Вкус сладкий, нежный. Запах сладкий, молочный, выраженный аромат ванили.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

технологическая карта блюда № 347

наименование блюда: какао с молоком

номер рецептуры № 269

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
какао-порошок	5.0	5.0	0.5	0.5
молоко	130.0	130.0	13.0	13.0
вода	80.0	80.0	8.0	8.0
сахар	10.0	10.0	1.0	1.0
ВЫХОД		200.0		20.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	5
жиры (г)	4.4
углеводы (г)	31.7
эн ценность(ккал)	186

Ca (мг)	163.0
Mg (мг)	39.0
Fe(мг)	1.3
C (мг)	1.7

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

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 351

наименование кулинарного изделия: кисель из концентрата плодового или ягодного

номер рецептуры № 274

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2013г

	расход сырья и п/ф
--	--------------------

наименование сырья	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
концентрат киселя	24.0	24.0	2.4	2.4
сахар	5.0	5.0	0.5	0.5
вода	190.0	190.0	19.0	19.0
ВЫХОД		200.0		20.0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1.36
жиры (г)	0
углеводы (г)	29.02
эн ценность(ккал)	122

Ca (мг)	1.0
Mg (мг)	0.0
Fe(мг)	0.1
C (мг)	0.0

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

технологическая карта блюда № 355

наименование блюда: компот из плодов или ягод сушеных

номер рецептуры 280

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
яблоки	15.0	56*	1.5	5,6*
или груши	30.0	45*	3.0	4,5*
или курага	20.0	37*	2.0	3,7*
или чернослив	25.0	37*	2.5	3,7*
или урюк	25.0	46*	2.5	4,6*
или изюм	20.0	32**	2.0	3,2*
сахар	10.0	10.0	1.0	1.0
вода	202.0	202.0	20.2	20.2
ВЫХОД		200.0		20.0

*масса сухофруктов отварных

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0.3
жиры (г)	0
углеводы (г)	20.1
эн ценность(ккал)	81

Ca (мг)	10.0
Mg (мг)	3.0
Fe(мг)	0.6
C (мг)	0.8

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

Температура подачи 14°C

Температура подачи 14°C.

технологическая карта блюда № 357

наименование блюда: компот из смеси сухофруктов

номер рецептуры № 508

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
смесь сухофруктов	15.0	18,0*	1.5	1,8*
сахар	10.0	10.0	1.0	1.0
вода	190.0	190.0	19.0	19.0
ВЫХОД		200.0		20.0

*масса сухофруктов отварных

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0.56
жиры (г)	0
углеводы (г)	27.89
эн ценность(ккал)	113.79

Ca (мг)	20.8
Mg (мг)	16.8
Fe(мг)	2.3
C (мг)	0.7

Технология приготовления:сушеные фрукты перебирают, сортируют по видам, несколько раз промывают в теплой воде ,затем закладывают в кипящую воду с сахаром в следующей последовательности: груши варят 1,5-2 часа, яблоки 20-30 мин, урюк 18-20мин, изюм 5-10 мин. Охлаждают. Фрукты раскладывают в стаканы, заливают отваром. Температура подачи 14°C.

технологическая карта блюда №358

наименование блюда: компот из яблок с лимоном

номер рецептуры 284

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
яблоки свежие	56.0	50.0	5.6	5.0
лимон	16.0	7.0	1.6	0.7
вода	180.0	180.0	18.0	18.0
сахар	15.0	15.0	1.5	1.5
ВЫХОД		200.0		20.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0.3
жиры (г)	0.2
углеводы (г)	25.4
эн ценность(ккал)	103.0

Ca (мг)	11.0
Mg (мг)	5.0
Fe(мг)	1.2
C (мг)	3.3

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

технологическая карта блюда №359

наименование блюда: компот из апельсинов с яблоками

номер рецептуры 278

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
апельсины	59.0	40.0	5.9	4.0
яблоки	42.0	30.0	4.2	3.0
вода	120.0	120.0	12.0	12.0
сахар	15.0	15.0	1.5	1.5
ВЫХОД		200.0		20.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0.5	Ca (мг)	19.0
жиры (г)	0.2	Mg (мг)	8.0
углеводы (г)	22.2	Fe(мг)	0.8
эн ценность(ккал)	93	C (мг)	11.6

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

технологическая карта блюда № 362

наименование блюда: кофейный напиток с молоком

номер рецептуры № 501

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц			
	брутто,г		нетто,г	
кофейный напиток	5.0	5.0	0.5	0.5
молоко	100.0	100.0	10.0	10.0
сахар	10.0	10.0	1.0	1.0
вода	120.0	120.0	12.0	12.0

ВЫХОД		200.0		20.0
-------	--	-------	--	------

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	3.2	Ca (мг)	126.0
жиры (г)	2.7	Mg (мг)	14.0
углеводы (г)	15.9	Fe(мг)	0.1
эн ценность(ккал)	79	C (мг)	1.3

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

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда №363

наименование блюда: напиток из шиповника

номер рецептуры № 519

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
шиповник (целые плоды)	20.0	20.0	2.0	2.0
сахар	10.0	10.0	1.0	1.0
вода	230.0	230.0	23.0	23.0
ВЫХОД		200.0		20.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0.68	Ca (мг)	14.0
жиры (г)	0	Mg (мг)	4.0
углеводы (г)	21.01	Fe(мг)	0.6
эн ценность(ккал)	46.87	C (мг)	110.0

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

Температура подачи 14°C.

технологическая карта блюда № 365

наименование блюда: соки фруктовые, овощные и ягодные

номер рецептуры № 518

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф	
	1 порц	100 порц

	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
сок томатный,или морковный, или черносмор- диновый, или сливовый,или яблочный, или абри- косовый, или вишнёвый, или черешневый, или виноградный, или брусничный	200.0	200.0	20.0	20.0
ВЫХОД		200.0		20.0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1.0
жиры (г)	0.2
углеводы (г)	0.2
эн ценность(ккал)	92

Ca (мг)	14.0
Mg (мг)	0.0
Fe(мг)	2.8
C (мг)	4.0

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

технологическая карта блюда №366

наименование блюда: чай с лимоном

номер рецептуры № 494

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
чай-заварка № 369	50.0	50.0	5.0	5.0
вода	150.0	150.0	15.0	15.0
сахар	15.0	15.0	1.5	1.5
лимон	8.0	7.0	15.0	15.0
ВЫХОД		200.0		200.0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0.07
жиры (г)	0
углеводы (г)	15.31
эн ценность(ккал)	61.62

Ca (мг)	14.2
Mg (мг)	2.0
Fe(мг)	0.4
C (мг)	2.8

Технология приготовления: в стакан наливают заварку чая, кладут сахар, ломтик лимона заливают кипящей водой. Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда №368

наименование блюда: Чай с сахаром

номер рецептуры № 300

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
чай-заварка №369	50.0	50.0	5.0	5.0
вода	150.0	150.0	15.0	15.0
сахар	10.0	10.0	1.0	1.0
ВЫХОД		200.0		20.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0
жиры (г)	0
углеводы (г)	15
эн ценность(ккал)	60

Ca (мг)	11.0
Mg (мг)	1.0
Fe(мг)	0.4
C (мг)	0.0

Технология приготовления: разливают в стаканы по 62 г процеженной заварки и доливают кипятком. При отпуске сахар кладут в каждую порцию. Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 369

наименование блюда: чай- заварка

номер рецептуры № 492

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
чай- заварка	5.0	5.0	0.5	0.5
вода	202.0	202.0	20.2	20.2
ВЫХОД		200.0	0.0	20.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0.8
жиры (г)	0.2
углеводы (г)	0.16
эн ценность(ккал)	5.6

Ca (мг)	39.0
Mg (мг)	17.6
Fe(мг)	3.2
C (мг)	0.4

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

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

технологическая карта блюда №370

наименование блюда: масло сливочное порциями

номер рецептуры № 365

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
масло сливочное	10.0	10.0	1.0	1.0
ВЫХОД		10.0		1.0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 кг

белки (г)	0.1
жиры (г)	7.2
углеводы (г)	0.1
эн ценность(ккал)	57

Ca (мг)	0.0
Mg (мг)	0.0
Fe(мг)	0.0
C (мг)	0.0

Технология приготовления: масло нарезают на кусочки прямоугольной или другой формы

Температура подачи 12°C

Срок реализации не более одного часа с момента приготовления.

технологическая карта блюда № 382

наименование: яблоко

номер рецептуры 338

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

наименование сырья	расход сырья и п/ф	
	1 порц	
	брутто,г	нетто,г
яблоко	210.0	200.0
ВЫХОД		200.0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 кг

белки (г)	0.8
жиры (г)	0.8
углеводы (г)	19.6
эн ценность(ккал)	94

Ca (мг)	16.0
Mg (мг)	18.0
Fe(мг)	4.4
C (мг)	20.0

Готовый продукт.

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

технологическая карта блюда № 384

наименование: банан

номер рецептуры 338

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

наименование сырья	расход сырья и п/ф	
	1 порц	
	брутто,г	нетто,г
банан	210.0	200.0
ВЫХОД		200.0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	2.93
жиры (г)	1.06
углеводы (г)	42
эн ценность(ккал)	192

Ca (мг)	16.0
Mg (мг)	84.0
Fe(мг)	1.2
C (мг)	20.0

Технология приготовления:

Готовый продукт.

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

технологическая карта блюда № 386

наименование: мандарин

номер рецептуры 338

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

наименование сырья	расход сырья и п/ф	
	1 порц	
	брутто,г	нетто,г
мандарин	210.0	200.0
ВЫХОД		200.0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1.6
жиры (г)	0.4
углеводы (г)	15
эн ценность(ккал)	76

Ca (мг)	70.0
Mg (мг)	22.0
Fe(мг)	0.2
C (мг)	76.0

Технология приготовления:

Готовый продукт.

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

технологическая карта блюда № 338

наименование: **Шанежка наливная**

номер рецептуры 550

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф	
	1 порц	
	брутто,г	нетто,г
Мука пшеничная в/с	30.0	30.0
Сахар	2.0	2.0
Масло сливочное	2.0	2.0
Яйцо	0,025штг	1.0
Соль	0.35	0.35
Дрожжи	1.0	1.0
вода или молоко	12.5	12.5
Масса теста		48.0
Сметана	10.0	10.0
Мука пшеничная в/с	1.5	1.5
Сахар	0.5	0.5
Масса фарша		12.0
Мука на подпыл	1.0	1.0
Яйцо для смазки	0,025штг	1.0
Масло растительное для смазки	0.2	0.2
Выход		50.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	3.8
жиры (г)	3.4
углеводы (г)	23.2
эн ценность(ккал)	139

Ca (мг)	15.0
Mg (мг)	6.0
Fe(мг)	0.4
C (мг)	0.0

Технология приготовления: дрожжевое тесто готовят опарным способом. Готовое тесто дозируют, закатывают шарики, расстаивают 10мин, раскатывают в лепешки и укладывают на смазанные маслом листы на расстоянии 4см друг от друга. Снова дают расстояться. Затем лепешки смазывают сметанным фаршем и выпекают 40мин при температуре 120-200°C.

Температура подачи: 65°C.

технологическая карта блюда № 161

наименование блюда: пудинг творожный запеченный

номер рецептуры 319

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
творог	152.0	151.0	15.2	15.1
крупа манная	15.0	15.0	1.5	1.5
изюм	20.5	20.0	2.0	2.0
яйца	0,33шт	13.0	33шт	1.3
сахар	9.0	9.0	0.9	0.9
ванилин	0.026	0.026	0.0026	0.0026
сметана	5.0	5.0	0.5	0.5
сухари или мука	4.7	4.7	0.47	0.47
масло сливочное	6.0	6.0	0.6	0.6
масса готового пудинга		200.0		20.0
соус шоколадный №314		40.0		4.0
ВЫХОД		200/40		25/4

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	27.1
жиры (г)	26.4
углеводы (г)	42.4
эн ценность(ккал)	516.2

Ca (мг)	304.8
Mg (мг)	43.5
Fe(мг)	1.9
C (мг)	0.4

технология приготовления: в протертый творог добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, манную крупу, растворенный в горячей воде ванилин 1:20, вымытый ошпаренный и обсушенный изюм, все перемешивают. Белки взбивают и, осторожно помешивая сверху вниз, вводят в массу, выкладывают в противни или формы, смазанные маслом и посыпанные сухарями, слоем 3см, поверхность смазывают сметаной с сахаром. Запекают в жарочном шкафу при температуре 250°C в течении 15 мин, затем в камере с температурой 200С 15-20мин. Готовность определяют по уплотнению структуры-пудинг отделяется от стенок противня. Если творог сухой, в творожную массу добавляют молоко из расчета 20гр на выход, увеличив, соответственно выход или уменьшив закладку творога. Отпускают с вареньем, сладким молочным или фруктовым соусом.

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 33

наименование блюда: борщ с капустой с картофелем

номер рецептуры № 37

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина I категории	21.0	16.0	2.1	1.6
картофель	22	16	2.2	1.6
свекла	40	32	4	3.2
капуста свежая	15	12	1.5	1.2
морковь	10	8	1	0.8
лук репчатый	10	8	1	0.8
масло растительное	4	4	0.4	0.4
вода или бульон	160	160	16	16
томатная паста	2.4	2.4	0.24	0.24
выход отварной говядины		10		1.0
сметана	2	2	0.2	0.2
ВЫХОД		200		20

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1.2
жиры (г)	4.4
углеводы (г)	7.2
эн ценность(ккал)	89

Ca (мг)	27.2
Mg (мг)	20.8
Fe(мг)	1.04
C (мг)	0.96

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

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

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

Температура подачи 75°C.

технологическая карта блюда № 39

наименование блюда: рассольник

номер рецептуры № 133

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина I категории	21.0	16.0	2.1	1.6
картофель	32	24	3.2	2.4
морковь	10	8	1	0.8
лук репчатый	10	8	1	0.8
огурцы соленые	22	12	2.2	1.2
бульон	140	140	14	14
масло растительное	4	4	0.4	0.4
выход отварной говядины		10.0		1.0
ВЫХОД		200		20

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1.67
жиры (г)	4.2
углеводы (г)	13
эн ценность(ккал)	96

Ca (мг)	16.2
Mg (мг)	19.4
Fe(мг)	0.76
C (мг)	8.08

Технология приготовления: в кипящий бульон кладут картофель, нарезанный дольками или брусочками, доводят до кипения, добавляют пассерованный лук, пассерованную морковь, припущенные огурцы, в конце варки добавляют соль, лавровый лист, зелень, доводят до кипения.

Температура подачи 75°C.

технологическая карта блюда № 50

наименование блюда: суп картофельный с гренками

номер рецептуры 323

наименование сборника рецептов: сборник рецептов блюд и кулинарных изделий

Москва 2016 год.

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина I категории	21.0	16.0	2.1	1.6
картофель	83	63	8.3	6.3
морковь	18	13	1.8	1.3
лук репчатый	16	13	1.6	1.3
масло растительное	5	5	0.50	0.50
бульон	175	175	17.5	17.5
выход отварной говядины		10		1.0
гренки				
хлеб пшеничный	28	24	2.8	2.4
выход гренок		15		1.5
ВЫХОД		250/15		25/1,5

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	8.3
жиры (г)	8.4
углеводы (г)	16.3
эн ценность(ккал)	141.3

Ca (мг)	15.3
Mg (мг)	24.4
Fe(мг)	1.3
C (мг)	11.3

Технология приготовления: в кипящий бульон кладут картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, добавляют пассерованный лук, морковь, соль, лавровый лист, зелень, варят до готовности. Гренки подают отдельно. Гренки хрустящие, одинаковые по размеру, белого цвета.

Температура подачи 75°C.

технологическая карта блюда № 45

наименование блюда: суп картофельный с бобовыми

номер рецептуры № 45

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина I категории	21.0	16.0	2.1	1.6
горох	17	16	1.7	1.6
картофель	31	20	3.1	2
морковь	10	8	1	0.8
лук репчатый	10	8	1	0.8
масло сливочное	4	4	0.4	0.4
вода или бульон	140	140	14	14
выход отварной говядины		10.0		1.0
ВЫХОД		200		20

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1.8
жиры (г)	3.4
углеводы (г)	12.1
эн ценность(ккал)	95

Ca (мг)	9.2
Mg (мг)	20.4
Fe(мг)	0.74
C (мг)	6.94

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

Температура подачи 75°C.

технологическая карта блюда № 48

наименование блюда: суп картофельный с клецками

номер рецептуры № 146

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина I категории	21.0	16.0	2.1	1.6
картофель	40	30	4.0	3.0
морковь	13	10	1.3	1.0
лук репчатый	12	10	1.2	1.0
масло сливочное	3	3	0.3	0.3
бульон	190	190	19.0	19.0
клецки:				
мука пшеничная	10	10	1.0	1.0
масло сливочное	1.3	1.3	0.1	0.1
яйца	0,06шт	2.5	6шт	0.3
молоко	15	15	1.5	1.5
масса теста		28	0.0	2.8
масса готовых клёцек		30		3.0
выход отварной говядины		10.0		1.0
ВЫХОД		250		25.0

белки (г)	1.2
жиры (г)	2.6
углеводы (г)	8.8
эн ценность(ккал)	113.8

Ca (мг)	10.8
Mg (мг)	16.8
Fe(мг)	0.6
C (мг)	5.8

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

Клецки: в молоко кладут соль, масло, доводят до кипения, помешивая, высыпают просеянную муку и проваривают тесто, продолжая помешивать, 10 мин, затем охлаждают, добавляют в три приема яйца, хорошо перемешивают. Тесто закатывают в виде жгута и нарезают кружочками массой 10г, закладывают в кипящий бульон, варят 7 минут до готовности. Температура подачи 75°C.

технологическая карта блюда № 53

наименование блюда: суп картофельный с крупой и рыбными консервами

номер рецептуры 71

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
консервы рыбные в собственном соку	20	20	2	2
картофель	32	24	3.2	2.4
крупя перловая	4	4	0.4	0.4
морковь	10	8	1	0.8
лук репчатый	10	8	1	0.8
масло растительное	2	2	0.2	0.2
вода для крупы перловой	140	140	14	14
ВЫХОД		200		20

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	7.4
жиры (г)	5.8
углеводы (г)	12.8
эн ценность(ккал)	133

Ca (мг)	51
Mg (мг)	38.6
Fe(мг)	1
C (мг)	6.32

Технология приготовления: консервные банки промывают, ошпаривают, протирают, вскрывают. Крупу перловую перебирают, промывают несколько раз, меняя воду. Перловую крупу после промывания закладывают в кипящую воду(в соотношении1:3), варят до полуготовности, отвар сливают. В кипящую воду кладут полготовленную крупу, доводят до кипения, затем кладут картофель, нарезанный кубиками и рыбные консервы. За 10 минут до окончания варки добавляют припущенные морковь, лук и варят суп до готовности.

Температура подачи 75°С.

технологическая карта блюда № 55

наименование блюда: суп харчо

номер рецептуры 346

наименование сборника рецептур: сборник рецептур блюд и кулинарных изделий

Москва 2016 год.

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина I категории	21.0	16.0	2.1	1.6
крупа рисовая	13	13	1.3	1.3
морковь	14	10	1.4	1
лук репчатый	24	20	2.4	2
томатная паста	3	3	0.3	0.3
масло сливочное	4	4	0.4	0.4
лавровый лист	0.007	0.007	0.0007	0.0007
чеснок	1.1	1	0.11	0.1
бульон	182	182	18.2	
выход отварной говядины		10.0		1.0
ВЫХОД :		200		20

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1.4
жиры (г)	6.4
углеводы (г)	10.8
эн ценность(ккал)	162.4

Ca (мг)	1.6
Mg (мг)	10
Fe(мг)	0.2
C (мг)	1.31

Технология приготовления: Крупу рисовую перебирают, промывают несколько раз, меняя воду, замачивают. В кипящий бульон кладут подготовленную крупу, варят до полуготовности, добавляют пассерованную томат пасту, морковь, лук. За 5 минут до готовности заправляют толченым чесноком, солью, добавляют лавровый лист, зелень.

Температура подачи 75 °С.

технологическая карта блюда № 61

наименование блюда: суп-лапша домашняя

номер рецептуры № 56

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
куры потрошенные 1 категории	31	22	3.1	2.2
масса отварной курицы		15		1.5
лапша:				
мука пшеничная	14	14	1.4	1.4
мука на подпыл	6	6	0.6	0.6
вода	3	3	0.3	0.3
соль	0.4	0.4	0.04	0.04
яйца	0,1шт	4	10шт	0.4
масса сухой лапши		18		1.8
масса вареной лапши		40		4
лук репчатый	5	4	0.5	0.4
морковь	10	8	1	0.8
масло сливочное	4	4	0.4	0.4
бульон	180	180	18	18
ВЫХОД		200		20

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1.63
жиры (г)	3.3
углеводы (г)	9.3
эн ценность(ккал)	94.8

Ca (мг)	17.84
Mg (мг)	9.5
Fe(мг)	0.33
C (мг)	2.3

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

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

Температура подачи 75°С.

технологическая карта блюда № 65

наименование блюда: щи из свежей капусты с картофелем

номер рецептуры № 142

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
куры потрошенные 1 категории	31	22	3.1	2.2
масса отварной курицы		15		1.5
картофель	32	24	3.2	2.4
капуста белокачанная	40	32	4	3.2
морковь	10	8	1	0.8
лук репчатый	10	8	1	0.8
масло растительное	4	4	0.4	0.4
бульон или вода	160	160	16	16
томатная паста	0.8	0.8	0.08	0.08
сметана	2	2	0.2	0.2
ВЫХОД		200		20

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1.672
жиры (г)	5.064
углеводы (г)	6.2
эн ценность(ккал)	66.4

Ca (мг)	27.2
Mg (мг)	17.6
Fe(мг)	0.64
C (мг)	15.2

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

Температура подачи 75°C.

технологическая карта блюда № 63

наименование блюда: свекольник

номер рецептуры № 131

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина I категории	21.0	16.0	2.1	1.6
картофель	46.0	34.0	4.6	3.4
свекла	64.0	51.0	6.4	5.1
морковь	10.0	8.0	1.0	0.8
лук репчатый	11.0	9.0	1.1	0.9
масло растительное	3.0	3.0	0.3	0.3
бульон	160.0	160.0	16.0	16.0
томатная паста	1.0	1.0	0.1	0.1
выход отварной говядины		10.0		1.0
сметана	2.0	2.0	0.2	0.2
ВЫХОД		200.0		20.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1.7
жиры (г)	3.6
углеводы (г)	9.6
эн ценность(ккал)	77.6

Ca (мг)	30.4
Mg (мг)	24.8
Fe(мг)	1.2
C (мг)	7.4

Технология приготовления: свеклу шинкуют тонкой соломкой. Картофель нарезают брусочками. Морковь шинкуют тонкой соломкой, лук репчатый полукольцами. Морковь и лук пассеруют, добавляют свеклу и припускают с добавлением бульона.

В кипящий бульон закладывают пассерованные овощи, варят 10мин, затем кладут пассерованную томат-пасту, варят до готовности. За 5 мин. до готовности вводят соль, лавровый лист.

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

Температура подачи: 75°С.

технологическая карта блюда № 90

наименование кулинарного изделия: рагу из овощей

номер рецептуры 195

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
фасоль консервированная	38.0	24.0	3.8	2.4
морковь	88.0	67.0	8.8	6.7
капуста белокочанная	73.0	58.0	7.3	5.8
лук репчатый	17.0	14.0	1.7	1.4
масло растительное	12.0	12.0	1.2	1.2

томатная паста	3.6	3.6		0.36
отвар или бульон	54.0	54.0	5.4	5.4
ВЫХОД		180.0		18.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	3.6
жиры (г)	9.6
углеводы (г)	15.36
эн ценность(ккал)	181.2

Ca (мг)	61.2
Mg (мг)	34.8
Fe(мг)	1.3
C (мг)	13.8

Технология приготовления:

Капусту нарезают шашками, припускают с добавлением масла. Остальные овощи очищают, нарезают кубиками. В подготовленную посуду закладывают припущенную с добавлением масла до полуготовности морковь, пассерованный лук, припущенную капусту, томатную пасту, соль, припускают при закрытой крышке 10-15 мин, соединяют с фасолью, бульоном и тушат еще 5-10 мин. При отпуске выкладывают в виде горки, посыпают зеленью. Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 111

наименование кулинарного изделия: каша молочная пшеничная(кукурузная) жидкая

номер рецептуры № 264, 265

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто ,кг
крупа пшеничная или кукурузная	50.0	50.0	5.0	5.0
вода	85.0	85.0	8.5	8.5
молоко	125.0	125.0	12.5	12.5
сахар	6.0	6.0	0.6	0.6
масса каши		240.0		24.0
масло сливочное	6.0	6.0	0.6	0.6
ВЫХОД		250.0		25.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	9.3
жиры (г)	9.4
углеводы (г)	46
эн ценность(ккал)	304.9

Ca (мг)	170.0
Mg (мг)	49.0
Fe(мг)	2.4
C (мг)	1.7

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

Температура подачи 65°C.

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

При подаче кашу заправляют доведенным до кипения сливочным маслом.

технологическая карта блюда № 113

наименование кулинарного изделия: каша молочная пшеничная жидкая

номер рецептуры № №267

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто ,кг
крупа пшённая	50.0	50.0	5.0	5.0
вода	70.0	70.0	7.0	7.0
молоко	140.0	140.0	14.0	14.0
сахар	6.0	6.0	0.6	0.6
масса каши		240.0	0.0	24.0
масло сливочное	6.0	6.0	0.6	0.6
ВЫХОД		250.0		25.0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	10
жиры (г)	12
углеводы (г)	45
эн ценность(ккал)	355

Ca (мг)	181.0
Mg (мг)	54.0
Fe(мг)	1.5
C (мг)	2.0

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

Температура подачи 65°C.

При подаче кашу заправляют доведенным до кипения сливочным маслом.

технологическая карта блюда № 115

наименование кулинарного изделия: каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая

номер рецептуры 266

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
крупа "Геркулес"	38.5	38.5	3.9	3.9
молоко	148.0	148.0	14.8	14.8
вода	73.0	73.0	7.3	7.3

сахар	6.0	6.0	0.6	0.6
масса каши		240.0	0.0	24.0
масло сливочное	6.0	6.0	0.6	0.6
выход		250.0		25.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	9
жиры (г)	12
углеводы (г)	36
эн ценность(ккал)	286

Ca (мг)	196.0
Mg (мг)	70.0
Fe(мг)	2.0
C (мг)	2.0

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

При подаче кашу заправляют доведенным до кипения сливочным маслом.

Температура подачи 65° градусов.

технологическая карта блюда № 117

наименование блюда: каша ячневая молочная вязкая

номер рецептуры 115

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

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
крупа ячневая	56.0	56.0	5.6	5.6
молоко	138.0	138.0	13.8	13.8
вода	82.0	82.0	8.2	8.2
сахар	6.0	6.0	0.6	0.6
масса каши		250.0	0.0	25.0
масло сливочное	6.0	6.0	0.6	0.6
ВЫХОД		250.0		25.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	9.04
жиры (г)	8.34
углеводы (г)	49.43
эн ценность(ккал)	308.59

Ca (мг)	245.3
Mg (мг)	1.2
Fe(мг)	0.2
C (мг)	2.2

Технология приготовления: подготовленную ячневую крупу всыпают в кипящую воду добавляют соль и варят, периодически помешивая, до тех пор, пока каша не загустеет, вливают кипящее молоко и снова уваривают до загустения. Кашу доводят до готовности при умеренном нагреве, плотно закрыв посуду крышкой, на водяной бане. Перед отпуском заправляют кипяченым сливочным маслом.

Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 119

наименование кулинарного изделия: каша рисовая молочная жидкая

номер рецептуры 268

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
крупа рисовая	38.5	38.5	3.9	3.9
молоко	148.0	148.0	14.8	14.8
вода	73.0	73.0	7.3	7.3
сахар	6.0	6.0	0.6	0.6
масса каши		240.0	0.0	24.0
масло сливочное	6.0	6.0	0.6	0.6
выход		250.0		25.0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	7
жиры (г)	11
углеводы (г)	40.5
эн ценность(ккал)	287

Ca (мг)	179.0
Mg (мг)	40.0
Fe(мг)	0.6
C (мг)	2.0

Технология приготовления: в кипящую воду всыпают перебранный и промытый рис, добавляют соль, сахар и варят, периодически помешивая, около 20мин до размягчения. Вливают горячее молоко и снова варят до загустения. Кашу доводят до готовности при умеренном нагреве, плотно закрыв посуду крышкой, на водяной бане. Пред отпуском заправляют растопленным сливочным маслом. Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 121

наименование кулинарного изделия: Запеканка манная со свежими плодами

номер рецептуры 280

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
крупа манная	50.0	50.0	5.0	5.0
молоко на кашу манную	185.0	185.0	18.5	18.5
сахар	10.0	10.0	1.0	1.0
сухари пшеничные или мука	4.0	4.0	0.4	0.4
масло сливочное	6.0	6.0	0.6	0.6
яблоки свежие	58.0	40.0	5.8	4.0
или груши свежие	55.0	44.0	5.5	4.4
или абрикосы свежие	48.0	40.0	4.8	4.0

или сливы свежие	44.0	40.0	4.4	4.0
или бананы свежие	65.0	40.0	6.5	4.0
сметана	3.0	3.0	0.3	0.3
яйца	0,2шт	8.0	20шт	0.8
масса полуфабриката		280.0		28.0
ВЫХОД готовой запеканки		250.0		250.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	9.625
жиры (г)	9
углеводы (г)	55
эн ценность(ккал)	340

Ca (мг)	143.8
Mg (мг)	28.8
Fe(мг)	1.9
C (мг)	2.6

Технология приготовления:

Варят вязкую манную кашу, охлаждают до 55-60°C, добавляют яйца, сахар. Противень смазывают маслом и посыпают сухарями или мукой. Половину каши укладывают ровным слоем в 1,5см, на нее кладут нарезанные мелким кубиком 1×1см очищенные яблоки и груши без кожицы и семенных гнезд, бананы без кожицы, сливы и абрикосы без косточек. Сверху раскладывают второй слой каши в 1,5см, поверхность смазывают смесью сырых яиц со сметаной и запекают в жарочном шкафу при температуре 240-260°C 15-20мин. До образования румяной корочки.

Отпускают запеканку, поливая сладким соусом или растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: 65°C.

Требования к качеству: внешний вид - порции аккуратно нарезаны, соус частично заливает запеканку, слои на разрезе ровные, цвет белый или желтый, цвет корочки - золотистый.

Консистенция вязкой каши. Аромат каши и входящих в рецептуру фруктов. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

технологическая карта блюда № 125

наименование кулинарного изделия: Запеканка рисовая со свежими плодами

номер рецептуры 281

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
крупа рисовая	50.0	50.0	5.0	5.0
молоко на кашу рисовую	185.0	185.0	18.5	18.5
сахар	10.0	10.0	1.0	1.0
сухари пшеничные или мука	4.0	4.0	0.4	0.4
масло сливочное	6.0	6.0	0.6	0.6
яблоки свежие	58.0	40.0	5.8	4.0
или груши свежие	55.0	44.0	5.5	4.4
или абрикосы свежие	48.0	40.0	4.8	4.0
или сливы свежие	44.0	40.0	4.4	4.0
или бананы свежие	65.0	40.0	6.5	4.0
сметана	3.0	3.0	0.3	0.3

яйца	0,2шт	8.0	20шт	0.8
масса полуфабриката		280.0		28.0
ВЫХОД готовой запеканки		250.0		250.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	8
жиры (г)	7.6
углеводы (г)	55.9
эн ценность(ккал)	323.8

Ca (мг)	138.8
Mg (мг)	45.0
Fe(мг)	1.9
C (мг)	2.6

Технология приготовления:

Варят вязкую рисовую кашу, охлаждают до 55-60°C, добавляют яйца, сахар. Противень смазывают маслом и посыпают сухарями или мукой. Половину каши укладывают ровным слоем в 1,5см, на нее кладут нарезанные мелким кубиком 1×1см очищенные яблоки и груши без кожицы и семенных гнезд, бананы без кожицы, сливы и абрикосы без косточек. Сверху раскладывают второй слой каши в 1,5см, поверхность смазывают смесью сырых яиц со сметаной и запекают в жарочном шкафу при температуре 240-260°C 15-20мин. До образования золотистой корочки.

Отпускают запеканку, поливая сладким соусом или растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: 65°C.

Требования к качеству: внешний вид - порции аккуратно нарезаны, соус частично заливает запеканку, слои на разрезе ровные, цвет белый или желтый, цвет корочки - золотистый.

Консистенция вязкой каши. Аромат каши и входящих в рецептуру фруктов. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

технологическая карта блюда № 127

наименование кулинарного изделия: Запеканка пшеничная со свежими плодами

номер рецептуры 281

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
крупa пшeно	56.0	56.0	5.6	5.6
молоко на кашу пшeнную	185.0	185.0	18.5	18.5
сахар	10.0	10.0	1.0	1.0
сухари пшeничные или мука	4.0	4.0	0.4	0.4
масло сливочное	6.0	6.0	0.6	0.6
яблoки свежие	58.0	40.0	5.8	4.0
или груши свежие	55.0	44.0	5.5	4.4
или абрикосы свежие	48.0	40.0	4.8	4.0
или сливы свежие	44.0	40.0	4.4	4.0
или бананы свежие	65.0	40.0	6.5	4.0
сметана	3.0	3.0	0.3	0.3
яйца	0,2шт	8.0	20шт	0.8

масса полуфабриката		280.0		28.0
ВЫХОД готовой запеканки		250.0		250.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	10.875	Ca (мг)	147.5
жиры (г)	10.4	Mg (мг)	65.0
углеводы (г)	56.3	Fe(мг)	2.8
эн ценность(ккал)	361.3	C (мг)	2.6

Технология приготовления:

Варят вязкую пшеничную кашу, охлаждают до 55-60°C, добавляют яйца, сахар. Противень смазывают маслом и посыпают сухарями или мукой. Половину каши укладывают ровным слоем в 1,5см, на нее кладут нарезанные мелким кубиком 1×1см очищенные яблоки и груши без кожицы и семенных гнезд, бананы без кожицы, сливы и абрикосы без косточек. Сверху раскладывают второй слой каши в 1,5см, поверхность смазывают смесью сырых яиц со сметаной и запекают в жарочном шкафу при температуре 240-260°C 15-20мин. До образования золотистой корочки.

Отпускают запеканку, поливая сладким соусом или растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: 65°C.

Требования к качеству: внешний вид - порции аккуратно нарезаны, соус частично заливает запеканку, слои на разрезе ровные, цвет белый или желтый, цвет корочки - золотистый.

Консистенция вязкой каши. Аромат каши и входящих в рецептуру фруктов. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

технологическая карта блюда № 133

наименование кулинарного изделия: омлет с сыром

номер рецептуры № 309

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
яйца	3шт	123.0	300шт	12.3
молоко	80.0	80.0	8.0	8.0
масса омлетной смеси		200.0		20.0
сыр	48.0	48.0		
масло сливочное	8.0	8.0	0.8	0.8
масса готового омлета		200.0		20.0
ВЫХОД		200.0		200.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	27.5	Ca (мг)	566.5
жиры (г)	40.7	Mg (мг)	45.1
углеводы (г)	4.4	Fe(мг)	3.3
эн ценность(ккал)	489.5	C (мг)	0.6

Технология приготовления: подготовленные в соответствии с санитарными правилами, яйца разбивают, добавляют в яичную смесь молоко, соль, перемешивают и слегка взбивают до образования пены, добавляют тертый сыр.

Затем выливают в разогретую смазанную маслом сковороду или протвень слоем 2,5-3,0 см и запекают в жарочном шкафу при температуре 180-200°C 8-10 минут до образования легкой румяной корочки. Омлет можно варить на пару.

Яйца необходимо разбивать в отдельную посуду по 2-3 шт. и соединять с общей массой

Перед подачей нарезают на порции, кладут на тарелку.

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 143

наименование блюда: запеканка из творога

номер рецептуры 141

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
творог	141.00	140.00	14.10	14.00
крупа манная	9.70	9.70	0.97	0.97
или мука пшеничная	12.00	12.00	1.20	1.20
вода или молоко для каши	36.00	36.00	3.60	3.60
яйца	0,25шт	0.25	25шт	25шт
сахар	9.00	9.00	0.90	0.90
ванилин	0.015	0.015	0.0015	0.0015
сметана	5.00	5.00	0.50	0.50
сухари	5.00	5.00	0.50	0.50
масло сливочное	5.00	5.00	0.50	0.50
масса готовой запеканки		150.00		15.00
сгущенное молоко		30.00		3.00
ВЫХОД		150/30		20/3

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	24.0	Ca (мг)	297.0
жиры (г)	25.0	Mg (мг)	38.0
углеводы (г)	24.0	Fe(мг)	1.0
эн ценность(ккал)	425.0	C (мг)	0.6

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

технологическая карта блюда № 174

наименование блюда: рыба запеченная с сыром в сметанном соусе

номер рецептуры № 342

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
сыр	25.0	25.0	2.5	2.5
горбуша или кета	104.0	73.0	10.4	7.3
или минтай	121.0	73.0	12.1	7.3
лук репчатый	13.0	10.0	1.3	1.0
морковь	24.0	18.0	2.4	1.8
масло растительное	2.5	2.5	0.25	0.25
соус сметанный №336	40.0	40.0	4.0	4.0
масса тушеной рыбы		60.0		6.0
ВЫХОД		140.0		14.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	11.64	Ca (мг)	38.4
жиры (г)	6.24	Mg (мг)	29.4
углеводы (г)	3.48	Fe(мг)	0.6
эн ценность(ккал)	187.5	C (мг)	1.9

Технология приготовления: рыбу разделяют на филе с кожей **без костей**, нарезают под углом 90° по одному куску на порцию, овощи нарезают соломкой. Укладывают в смазанный маслом противень слоями: слой рыбы, затем слой овощей. Заливают сметанным соусом, солят, добавляют лавровый лист, посыпают тертым сыром запекают 25-30 мин, при температуре 250С

Температура подачи 65°С.

Требования к качеству: на поверхности изделия золотистая корочка, соус загустел, но не высох, блюдо сочное, не пригоревшее, не присохшее к посуде. Вкус соответствует входящим в рецептуру продуктам.

технологическая карта блюда № 176

наименование блюда: шницель рыбный с соусом

номер рецептуры № 345

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
горбуша	115.0	80.0	11.5	8.0
или скумбрия неразделанная	144.0	80.0	14.4	8.0

или минтай потрошенный без головы	134.0	80.0	13.4	8.0
лук репчатый	21.0	18.0	2.1	1.8
молоко или вода	14.0	14.0	1.4	1.4
яйцо	0,15шт	6.0	15шт	0.6
хлеб пшеничный	19.0	19.0	1.9	1.9
масса полуфабриката		119.0		11.9
масло растительное для смазки	2.5	2.5	0.3	0.3
соус молочный №330	40.0	40.0	4.0	4.0
масса готовых изделий		100.0		10.0
ВЫХОД		100.0		10.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	13.9
жиры (г)	2.1
углеводы (г)	9.6
эн ценность(ккал)	113

Ca (мг)	35.0
Mg (мг)	23.0
Fe(мг)	0.6
C (мг)	0.4

Технология приготовления: рыбу разделяют на филе с кожей без костей, нарезают на куски измельчают в мясорубке вместе с луком и замоченным в воде или молоке и отжатым пшеничным хлебом, добавляют соль, яйца, оставшееся молоко, все тщательно перемешивают, выбивают, формируют шницеля, укладывают в один ряд в смазанный маслом противень, добавляют воду или процеженный рыбный бульон(для бульона используют пищевые оходы при обработке рыбы) и запекают до готовности 25-30 минут. Отпускают с соусом. Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 180

наименование блюда: рыба, запеченная с картофелем по-русски

номер рецептуры № 169

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

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
минтай*	150.0	99.0	15.0	9.9
масса готовой рыбы		84.0		8.4
картофель***	187.0	137.0	18.7	13.7
масло растительное	5.0	5.0	0.5	0.5
лук репчатый	14.0	12.0	1.4	1.2
соус белый для запекания		100.0		10.0
молоко	100.0	100.0	10.0	10.0
мука пшеничная	7.0	7.0	0.7	0.7
масло сливочное	7.0	7.0	0.7	0.7
сухари или мука	4.0	4.0	0.4	0.4
ВЫХОД		280.0		28.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	18.7
жиры (г)	10.4

Ca (мг)	51.5
Mg (мг)	58.6

углеводы (г)	26.6
эн ценность(ккал)	274.5

Fe(мг)	1.8
C (мг)	10.3

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

* нормы даны на треску, минтай потрошенные обезглавленные

** масса отварного очищенного картофеля

Температура подачи 65°C.

*** норма картофеля на сентябрь

технологическая карта блюда № 186

наименование блюда: рыба, тушенная в томате с овощами

номер рецептуры № 172

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
минтай	194.0	116.0	19.4	11.6
или горбуша	166.0	116.0	16.6	11.6
морковь	42.0	35.0	4.2	3.5
лук репчатый	20.0	17.0	2.0	1.7
томат-паста	5.0	5.0	0.50	0.50
масло сливочное	10.0	10.0	1.00	1.00
лавровый лист	0.01	0.01	0.001	0.001
масса тушеной рыбы		95.0		9.5
ВЫХОД готовой рыбы с овощами и соусом		160.0		16.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	15.16
жиры (г)	8.21
углеводы (г)	7.18
эн ценность(ккал)	163.02

Ca (мг)	39.9
Mg (мг)	44.5
Fe(мг)	0.9
C (мг)	5.4

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

нормы даны на треску, минтай потрошенные обезглавленные

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 219

наименование блюда: говядина, тушенная с капустой
 номер рецептуры № 365

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина	202.0	149.0	20.2	14.9
лук репчатый	45.0	37.0	4.5	3.7
масло растительное	12.0	12.0	1.2	1.2
масса тушеного мяса		93.0		9.3
капуста белокачанная свежая	323.0	261.0	32.3	26.1
масло растительное	10.0	10.0	1.0	1.0
морковь	14.0	11.0	1.4	1.1
лук репчатый	18.0	15.0	1.8	1.5
лимонная кислота	0.16	0.16	0.016	0.016
томат-паста	7.5	7.5	0.8	0.8
мука пшеничная	2.2	2.2	0.22	0.22
масса тушеной капусты		187.0		18.7
ВЫХОД		280.0		28.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	26.84
жиры (г)	65.88
углеводы (г)	15.86
эн ценность(ккал)	763.72

Ca (мг)	106.1
Mg (мг)	65.9
Fe(мг)	3.9
C (мг)	37.8

Технология приготовления:говядину нарезают на кусочки массой 20-30г, соединяют со слегка обжаренным луком,нарезанным мелкими кубиками, еще обжаривают. Добавляют воду, закрывают крышкой и тушат 20-25минут. Затем добавляют капусту тушеную и тушат до готовности. Нарезанную соломкой свежую капусту, кладут в котел слоем до 30см, добавляют бульон или воду (20-30% к массе сырой капусты), лимонную кислоту, масло, пассерованную томатную пасту и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Затем добавляют пассерованные нарезанные соломкой морковь, лук, лавровый лист и тушат до готовности. За 5мин до конца тушения капусту заправляют мучной пассеровкой, сахаром, солью и вновь доводят до кипения. Если свежая капуста горчит, ее перед тушением ошпаривают в течении 3-5мин. Отпускают говядину вмесие с соусом и овощами. Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 206

наименование блюда: голубцы ленивые
 номер рецептуры 372

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф	
	1 порц	100 порц

	брутто, г	нетто, г	брутто,кг	нетто,кг
говядина (котлетное мясо)	34.0	24.0	3.4	2.4
крупа рисовая	3.0	3.0	0.3	0.3
масса отварного риса		8.0		0.8
лук репчатый	4.0	3.0	0.4	0.3
масло растительное	1.5	1.5	0.15	0.15
масса пассерованного лука		1.8		0.2
капуста белокачанная	47.0	36.0	4.7	3.6
масса отварной капусты		34.0		3.4
масса полуфабриката		68.0		6.8
масса готовых голубцов		60.0		6.0
соус №342	40.0	40.0		4.0
ВЫХОД С СОУСОМ		100.0		10.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	7
жиры (г)	12
углеводы (г)	4.6
эн ценность(ккал)	167.1

Ca (мг)	50.0
Mg (мг)	19.0
Fe(мг)	1.2
C (мг)	13.0

Технология приготовления: рис промывают, варят рассыпчатую рисовую кашу.

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

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 210

наименование блюда: Жаркое по-домашнему

номер рецептуры № 259

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

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина (боковая и наружный куски тазобедрен	108.0	79.0	10.8	7.9
картофель	236.0	156.0	23.6	15.6
лук репчатый	27.0	23.0	2.7	2.3
морковь	12.2	7.3	1.2	0.7
масло сливочное	5.0	5.0	0.5	0.5
томат-паста	4.3	4.3	0.4	0.4
масса тушеного мяса		49.0		4.9
масса готовых овощей		233.0		23.3
ВЫХОД		280.0		28.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	31.72
жиры (г)	29.28
углеводы (г)	20.74
эн ценность(ккал)	483.12

Ca (мг)	45.1
Mg (мг)	72.0
Fe(мг)	4.4
C (мг)	9.8

Технология приготовления: мясо нарезают по 3 кусочка на порцию, слегка обжаривают. Картофель и лук нарезают ломтиком, морковь крупным кубиком. Мясо и овощи кладут в посуду слоями, чтобы снизу и сверху мяса были овощи, соль и бульон (продукты должны быть только покрыты жидкостью), закрывают крышкой и тушат до готовности. За 5-10 минут до окончания тушения кладут пассерованное томатное пюре, лавровый лист. Отпускают жаркое вместе с бульоном и гарниром. Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 212

наименование блюда: гуляш из говядины

номер рецептуры № 368

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина I категории	128.0	95.0	12.8	9.5
морковь	13.0	10.0	1.3	1.0
лук репчатый	20.0	17.0	2.0	1.7
масло растительное	6.0	6.0	0.6	0.6
мука пшеничная	4.0	4.0	0.4	0.4
томат-паста	4.8	4.8	0.48	0.48
масса тушеного мяса		60.0		6.0
масса соуса		60.0		6.0
ВЫХОД		120.0		12.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	20.4
жиры (г)	21.6
углеводы (г)	4.8
эн ценность(ккал)	297.6

Ca (мг)	16.8
Mg (мг)	30.0
Fe(мг)	3.2
C (мг)	1.2

Технология приготовления: отварное мясо очищают от пленок и соединительной ткани, нарезают соломкой длиной 3×3×30мм, обжаривают, заливают горячим бульоном, добавляют пассерованный лук, морковь, пассерованную томат-пасту и тушат в закрытой посуде около 1 часа. Затем бульон сливают. Муку пассеруют без изменения цвета, постепенно разводят охлажденным до 55°С бульоном, проваривают 7-10 мин. Процеживают протирая лук и морковь. Приготовленным соусом заливают мясо и тушат 15 мин.

Отпускают вместе с соусом, в котором тушилось мясо, и гарниром.

Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 217

наименование блюда: котлеты, биточки, шницели

номер рецептуры № 189

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина 1 категории	116.0	86.0	11.6	8.6
хлеб пшеничный	19.0	19.0	1.9	1.9
лук репчатый	21.0	18.0	2.1	1.8
сухари или мука	11.0	11.0	1.1	1.1
молоко	23.0	23.0	2.3	2.3
масса полуфабриката		124.0		12.4
масло растительное	3.0	3.0	0.3	0.3
масса готовых изделий		100.0		10.0
ВЫХОД		100.0	0.0	10.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	17.80
жиры (г)	17.50
углеводы (г)	14.30
эн ценность(ккал)	286.00

Ca (мг)	39.0
Mg (мг)	26.0
Fe(мг)	2.8
C (мг)	0.0

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

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 235

наименование блюда: тефтели из говядины с соусом (ёжики)

номер рецептуры 390

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина 1 категории (котлетное мясо)	44.0	31.0	4.40	3.10
вода	5.0	5.0	0.50	0.50
крупа рисовая	4.0	4.0	0.40	0.40
масса готового рассыпчатого риса		12.5		1.25

лук репчатый	17.5	15.0	1.75	1.50
масло растительное	1.0	1.0	0.10	0.10
масса пассерованного лука		7.5		0.75
мука пшеничная	4.0	4.0	0.40	0.40
масса полуфабриката		59.0		5.90
масло растительное	0.6	0.6	0.06	0.06
масса готовых тефтелей		50.0		5.00
соус молочный для запекания №327	50.0	50.0	5.00	5.00
ВЫХОД с соусом		50/30		5/3

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	7.6
жиры (г)	11
углеводы (г)	7.9
эн ценность(ккал)	176.8

Ca (мг)	18.6
Mg (мг)	12.2
Fe(мг)	1.6
C (мг)	0.8

Технология приготовления: рис перебирают, варят рассыпчатую кашу, лук нарезают мелким кубиком, бланшируют, пассеруют. Мясо измельчают на мясорубке с двойной мелкой решеткой или дважды, Визмельченное мясо добавляют воду, пассерованный лук, рассыпчатый рис, хорошо перемешивают, разделяют в виде шариков по 2 штуки на порцию. Шарки панируют в муке, обжаривают на противне до образования легкой корочки, заливают соусом и тушат в жарочном шкафу тпри температуре 160 - 200°C 10-25 мин. Отпускают тефтели с соусом, в котором они тушились и гарниром. Температура подачи 65° С

технологическая карта блюда № 238

наименование блюда: фрикадельки из говядины тушеные в соусе

номер рецептуры 204

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина 1 категории (котлетное мясо)	62.0	44.0	6.2	4.4
хлеб пшеничный	9.0	9.0	0.9	0.9
лук репчатый	21.0	18.0	2.10	1.80
вода	16.0	16.0	1.6	1.6
масло растительное	2.0	2.0	0.2	0.2
масса полуфабриката		70.0		7.0
соус красный основной №334	40.0	40.0	4.0	4.0
ВЫХОД		60\40		6\0,4

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	11.3
жиры (г)	11.8
углеводы (г)	7.8

Ca (мг)	10.0
Mg (мг)	12.5
Fe(мг)	1.8

эн ценность(ккал)	180.0
-------------------	-------

С (мг)	0.1
--------	-----

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

технологическая карта блюда № 208

наименование блюда: Азу
номер рецептуры № 364

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
говядина (боковая и наружный куски тазобедренная)	139.0	103.0	13.9	10.3
масло растительное	10.0	10.0	1.0	1.0
томатная паста	5.2	5.2	0.5	0.5
лук репчатый	26.0	22.0	2.6	2.2
мука пшеничная	4.0	4.0	0.4	0.4
огурцы соленые	47.0	26.0	4.7	2.6
картофель	230.0	172.0	23.0	17.2
масса тушеного мяса		65.0		6.5
масса соуса и овощей		215.0		21.5
ВЫХОД		280.0		28.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	22.80
жиры (г)	24.00
углеводы (г)	28.80
эн ценность(ккал)	422.40

Ca (мг)	41.5
Mg (мг)	70.8
Fe(мг)	4.8
С (мг)	12.4

Технология приготовления: мясо нарезают брусочками по 10-15г, обжаривают, заливают готовым бульоном или водой, добавляют пассерованную томатную пасту и тушат почти до готовности в закрытой посуде при слабом кипении. На оставшемся бульоне приготавливают соус, в который кладут соленые огурцы, нарезанные соломкой, пассерованный лук, йодированную соль. Полученным соусом заливают мясо, добавляют жаренный картофель и тушат еще 15-20 мин. За 5-10 мин. до готовности кладут лавровый лист. Для удобства порционирования картофель тушат отдельно. Отпускают азу вместе с соусом и гарниром.

Температура подачи: 65°C

технологическая карта блюда № 239

наименование блюда: оладьи из печени по-кунцевски
номер рецептуры № 399

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
печень говяжья	77.0	64.0	7.7	6.4
морковь	12.0	9.0	1.2	0.9
лук репчатый	12.0	9.0	1.2	0.9
мука пшеничная	14.0	14.0	1.4	1.4
яйца	0,35шт	14.0	35шт	1.4
соль	1.0	1.0	0.1	0.1
масло сливочное	8.0	8.0	0.8	0.8
ВЫХОД		80.0		8.0
соус сметанный с чесноком №337		30.0		30.0
ВЫХОД с соусом		80/30		8/3

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	13.8
жиры (г)	9.4
углеводы (г)	9.4
эн ценность(ккал)	214.4

Ca (мг)	17.6
Mg (мг)	16.8
Fe(мг)	4.2
C (мг)	5.8

Технология приготовления: печень промывают, очищают, пропускают через мясорубку соединяют с пассерованной морковью и луком и вновь пропускают через мясорубку, затем добавляют муку, подготовленные яйца. Обжаривают с обеих сторон, затем доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 250-280°С. Отпускают с соусом
Температура подачи: 75°С.

Требования к качеству: консистенция однородная, на разрезе серого цвета, мягкая. Оладьи сохранили свою форму.

технологическая карта блюда № 253

наименование блюда: котлеты, биточки, шницели припущенные
номер рецептуры 209

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
цыплята 1 категории потрошенные	135.0	60.0	13.5	6.0
хлеб пшеничный	14.0	14.0	1.4	1.4
яйцо	0,2шт	8.0	20шт	0.8
молоко	31.0	31.0	3.1	3.1
сухари или мука	12.0	12.0	1.2	1.2
масса полуфабриката		125.0		12.5

масло растительное	2.5	2.5	0.25	0.25
масса готовых биточков		100.0	0.0	10.0
масло сливочное	7.0	7.0	0.7	0.7
или соус молочный №330	40.0	40.0	4.0	4.0
ВЫХОД С МАСЛОМ		100/7		10/0,7
ВЫХОД С СОУСОМ молочным №330		100/40		10/4

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	15.2
жиры (г)	17.76
углеводы (г)	10.73
эн ценность(ккал)	265.45

Ca (мг)	57.9
Mg (мг)	30.0
Fe(мг)	1.6
C (мг)	0.8

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

Измельченное мясо соединяют замоченным в воде или молоке черствым пшеничным хлебом, кладут соль, яйца, хорошо перемешивают, пропускают через мясорубку второй раз и выбивают. Из готовой котлетной массы формируют котлеты, биточки или шницели, панируют в сухарях или муке, укладывают на смазанный маслом противень, подливают горячий соус молочный и припускают до готовности 20-30 мин.

Отпускают биточки с гарниром и соусом.

Температура подачи 65°C.

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

технологическая карта блюда № 274

наименование блюда: птица тушеная в соусе с овощами

номер рецептуры 479

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

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
цыплята 1 категории потрошенные	81	72	8.1	7.2
масло сливочное	10	10	1	1
масса тушеной птицы		50	0	5
картофель	153	113	15.3	11.3
морковь	96	78	9.6	7.8
лук репчатый	31	26	3.1	2.6
соус сметанный с томатом №342		40	0	4
вода	60	60	6	6
масса гарнира и соуса		230		23
ВЫХОД с соусом		280		28

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	18.4
-----------	------

Ca (мг)	86
---------	----

жиры (г)	28
углеводы (г)	28.1
эн ценность(ккал)	421

Mg (мг)	79.7
Fe(мг)	3.4
C (мг)	12.3

Технология приготовления: подготовленные тушки птицы, нарубленные на куски по 30-35г, заливают горячей водой слегка отваривают, добавляют нарезанный дольками картофель, пассерованные морковь, лук, заливают соусом сметанным с томатом и тушат 25-30 минут до готовности. Отпускают тушеную курицу с овощами и соусом, в котором они тушились. Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 255

наименование блюда: птица, запеченная с соусом

номер рецептуры 479

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов для питания школьников, под редакцией Могильного 2005г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
курица 1 категории потрошенная	147	131	14.7	13.1
масло сливочное	8	8	0.8	0.8
лук репчатый	18	15	1.8	1.5
масса запеченой птицы		90		9
соус белый основной №332		40		4
масса овощей и соуса		50		5
ВЫХОД с соусом		140		14

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	18.72
жиры (г)	17.42
углеводы (г)	6.11
эн ценность(ккал)	243.1

Ca (мг)	42.9
Mg (мг)	19.5
Fe(мг)	1.2
C (мг)	42.9

Подготовленные тушки птицы, нарубленные на порционные куски, укладывают на противень, смазанный маслом, добавляют нарезанные пассерованный лук, заливают соусом белым основным и запекают 25-35 минут до готовности. Запеченую курицу отпускают с овощами и соусом, в котором она запекалась.

Температура подачи 65 °С

Требования к качеству: порционные кусочки птицы уложены рядом с гарниром, политы соусом с овощами, в котором запекались.

технологическая карта блюда № 277

наименование блюда: каша гречневая рассыпчатая

номер рецептуры 219

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
крупа гречневая	83.0	83.0	8.3	8.3
вода	122.0	122.0	12.2	12.2
масса каши		173.0		17.3
масло сливочное	8.0	8.0	0.8	0.8
ВЫХОД		180.0		18.0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	10.5
жиры (г)	9.36
углеводы (г)	44.4
эн ценность(ккал)	303.6

Ca (мг)	16.8
Mg (мг)	162.0
Fe(мг)	5.5
C (мг)	0.0

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

технологическая карта блюда № 279

наименование блюда: Каша пшеничная рассыпчатая

номер рецептуры 221

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
крупа пшеничная	70.0	70.0	7.0	7.0
вода	124.0	124.0	12.4	12.4
масса каши		173.0		17.3
масло сливочное	9.0	9.0	0.9	0.9
ВЫХОД		180.0		18.0

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	7.8
жиры (г)	8.4
углеводы (г)	46.2
эн ценность(ккал)	291.24

Ca (мг)	29.4
Mg (мг)	43.2
Fe(мг)	3.1
C (мг)	0.0

Технология приготовления: крупу промывают в теплой воде, всыпают в подсоленную кипящую воду. Необходимо учитывать, что в крупе после промывания остается вода в

количестве 15% от массы крупы. Кашу варят при слабом кипении до загустения, вводят 1/2 часть растопленного сливочного масла, плотно закрывают крышкой и уваривают до готовности на водяной бане при температуре 100°C или в жарочном шкафу при температуре 140°C. За 5 мин до готовности кашу взрыхляют, добавляют прокипяченное сливочное масло, хорошо перемешивают и еще уваривают на водяной бане или в жарочном шкафу. Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 291

наименование блюда: макаронные изделия отварные

номер рецептуры 227

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
макаронные изделия	61.0	61.0	6.1	6.1
масса отварных макаронных изделий		173.0	0.0	17.3
масло сливочное	8.0	8.0	0.8	0.8
ВЫХОД		180.0		18.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	6.62
жиры (г)	6.35
углеводы (г)	42.38
эн ценность(ккал)	174

Ca (мг)	14.4
Mg (мг)	9.0
Fe(мг)	0.9
C (мг)	0.0

Технология приготовления:

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

Температура подачи 65 °С

технологическая карта блюда № 318

наименование кулинарного изделия: картофель отварной

номер рецептуры 426

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
картофель*	238.0	179.0	23.8	17.9
или картофель молодой	230.0	180.0	23.0	18.0
масса отварного картофеля		173.0		17.3

масло сливочное	10.0	10.0	1.0	1.0
ВЫХОД		180.0		18.0

*норма картофеля на сентябрь

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	3.48
жиры (г)	8.82
углеводы (г)	22.8
эн ценность(ккал)	183.6

Ca (мг)	19.8
Mg (мг)	36.0
Fe(мг)	1.4
C (мг)	25.1

Технология приготовления: очищенный мелкий целиком, дольками или мелким кубиком картофель заливают горячей водой так, чтобы она покрывала картофель на 1-1,5см, кладут йодированную соль, закрывают крышкой, доводят до кипения и варят при слабом кипении до готовности. Затем отвар сливают, посуду накрывают крышкой, ставят на слабый нагрев на 1,5-2мин., обсушивают. Если сорт картофеля быстроразваривающийся, поглощающий много влаги, то варят его 15минут после закипания, сливают отвар, накрывают крышкой и доводят до готовности без воды - паром.

При отпуске поливают растопленным сливочным или растительным маслом, украшают веточкой зелени.

Температура подачи 65°C.

Требования к качеству: форма клубней или нарезки должна сохраниться. Цвет от белого до желтоватого. Потемнение картофеля не допускается. Консистенция рыхлая.

технологическая карта блюда № 304

наименование кулинарного изделия: капуста тушёная

номер рецептуры 235

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
капуста белокочанная	236	190	23.6	19.0
масло сливочное	8.0	8.0	0.80	0.80
морковь	14	11	1.4	1.1
томатная паста	6.0	6.0	0.6	0.6
лук репчатый	13	11	1.3	1.1
мука пшеничная	2.4	2.4	0.24	0.24
ВЫХОД		180.0		18.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	6.7
жиры (г)	6.5
углеводы (г)	7.2

Ca (мг)	110.4
Mg (мг)	43.2
Fe(мг)	1.8

эн ценность(ккал)	114.0
-------------------	-------

С (мг)	30.6
--------	------

технология приготовления: нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем 300 мм, добавляют воду (20-30% к массе сырой капусты), масло и тушат до полуготовности при помешивании. Затем добавляют пассерованные, нарезанные соломкой морковь, репчатый лук, предварительно бланшированный, и тушат до готовности 40-45 мин. За 10 мин до конца тушения капусту заправляют солью, сахаром, подсушенной мукой, разведенной в небольшом количестве воды, томатной пастой. Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 310

наименование кулинарного изделия: картофельное пюре

номер рецептуры 429

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
картофель*	203.0	151.0	20.3	15.1
молоко	29.0	27*	2.9	2.7
масло сливочное	8.0	8.0	0.8	0.8
выход		180.0		18.0

*масса кипяченого молока

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	3.83
жиры (г)	7.92
углеводы (г)	19.68
эн ценность(ккал)	165.60

Ca (мг)	48.0
Mg (мг)	36.0
Fe(мг)	1.2
С (мг)	6.7

Технология приготовления:

Очищенный картофель укладывают в посуду, солят, заливают горячей водой, чтобы она покрыла картофель на 1 см. Доводят до кипения и варят при слабом кипении до готовности. Горячий варёный картофель, обсушивают, протирают через протирочную машину. Температура картофеля должна быть не менее 80°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.

*норма картофеля на сентябрь

технологическая карта блюда № 312

наименование блюда: овощи натуральные

номер рецептуры 246

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

наименование сырья	расход сырья и п/ф	
	1 порц	100 порц

	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
помидоры(огурцы) свежие	106	100	10.6	10
ВЫХОД		100		10

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0.7	Ca (мг)	34
жиры (г)	0.1	Mg (мг)	14
углеводы (г)	1.9	Fe(мг)	0.5
эн ценность(ккал)	16	C (мг)	7

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

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

технологическая карта блюда № 320

наименование блюда: овощи натуральные соленые

номер рецептуры 247

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
овощи соленые	182	100	18.2	10
ВЫХОД		100		10

химический состав,витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0.8	Ca (мг)	23
жиры (г)	0.1	Mg (мг)	14
углеводы (г)	1.7	Fe(мг)	0.6
эн ценность(ккал)	13	C (мг)	5

Технология приготовления: у овощей удаляют полдоножку , нарезают крупными ломтиками

технологическая карта блюда № 328

наименование блюда: соус молочный для запекания

номер рецептуры 434

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
молоко	75	75	7.5	7.5
мука пшеничная	6	6	0.6	0.6

масло сливочное	6	6	0.6	0.6
Выход		75		7.5

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	2.7	Ca (мг)	61.2
жиры (г)	6.8	Mg (мг)	4.9
углеводы (г)	7.7	Fe(мг)	0.5
эн ценность(ккал)	103.4	C (мг)	0.6

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

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

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 330

наименование блюда: соус молочный к блюдам

номер рецептуры 435

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
молоко	40	40	4	4
мука пшеничная	2	2	0.2	0.2
масло сливочное	2	2	0.2	0.2
ВЫХОД		40		4

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1.33	Ca (мг)	25.6
жиры (г)	2.74	Mg (мг)	3.6
углеводы (г)	3.68	Fe(мг)	0.13
эн ценность(ккал)	44.93	C (мг)	0

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

Температура подачи 65°

технологическая карта блюда № 336

наименование блюда: соус сметанный

номер рецептуры № 263

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф	
	1 порц	100 порц

	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
мука пшеничная	1	1	0.1	0.1
масло сливочное	1	1	0.1	0.1
вода	27	27	2.7	2.7
сметана	15	15	1.5	1.5
ВЫХОД		40		4

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0.8
жиры (г)	1.08
углеводы (г)	2.24
эн ценность(ккал)	31.19

Ca (мг)	11.19
Mg (мг)	2.39
Fe(мг)	0.07
C (мг)	0

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

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

Рекомендуется к блюдам из овощей, рыбы, мяса.

Температура подачи 65 °С

технологическая карта блюда № 340

наименование блюда: соус томатный

номер рецептуры 265

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
вода или отвар овощной	20	20	2	2
мука пшеничная	2	2	0.2	0.2
масло сливочное	2	2	0.2	0.2
томат-паста	2.4	2.4	0.24	0.24
сахар	0.7	0.7	0.07	0.07
ВЫХОД		40		4

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0.54
жиры (г)	3.67
углеводы (г)	5.24
эн ценность(ккал)	22.45

Ca (мг)	6.7
Mg (мг)	2.7
Fe(мг)	0.3
C (мг)	0.9

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

Температура подачи 65°

технологическая карта блюда № 342

наименование кулинарного изделия: соус сметанный с томатом

номер рецептуры 444

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
сметана	15.0	15.0	1.50	1.50
вода	25.0	25.0	2.50	2.50
мука пшеничная	2.0	2.0	0.20	0.20
масло сливочное	1.3	1.3	0.13	0.13
томатная паста	1.6	1.6	0.16	0.16
соль поваренная йодированная	0.1	0.1	0.01	0.01
ВЫХОД		40		4

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1.3
жиры (г)	8.5
углеводы (г)	2.5
эн ценность(ккал)	92.1

Ca (мг)	36.0
Mg (мг)	6.1
Fe(мг)	0.2
C (мг)	0.5

Технология приготовления:

Подсушенную без изменения цвета муку, охлажденную до 60-70°С смешивают с маслом, вливают 1/4 части горячей воды или отвара и вымешивают, добавляют оставшийся бульон, вымешивают, варят 15-30мин. В горячий белый соус кладут прокипяченную сметану, соль и кипятят 3-5мин. Томатную пасту упаривают до половины первоначального объема, соединяют с соусом сметанным, проваривают, процеживают и доводят до кипения. Температура подачи 65°С.

технологическая карта блюда № 338

наименование блюда: соус сметанный с чесноком

номер рецептуры № 263

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2008г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
мука пшеничная	1	1	0.1	0.1
масло сливочное	1	1	0.1	0.1
вода или бульон	27	27	2.7	2.7
сметана	15	15	1.5	1.5
зелень	1.1	0.8	0.11	0.08
чеснок	0.5	0.4	0.05	0.04

ВЫХОД		40		4
-------	--	----	--	---

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0.8	Ca (мг)	11.19
жиры (г)	1.08	Mg (мг)	2.39
углеводы (г)	2.24	Fe(мг)	0.07
эн ценность(ккал)	46	C (мг)	0

Технология приготовления: белый соус соединяют со сметаной, доводят до кипения и варят 3-5 минут. В конце варки добавляют йодированную соль, чеснок и зелень.

Температура подачи: 65°C.

Требования к качеству: консистенция жидкой сметаны, цвет белый с кремовым оттенком, без комочков неразварившейся муки. Вкус сметанный, умеренно соленый с ароматом зелени и чеснока. Не допускается использование сметаны повышенной кислотности.

технологическая карта блюда № 332

наименование блюда: соус белый основной

номер рецептуры 448

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь 2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
бульон или вода	44.0	44.0	4.4	4.4
мука пшеничная	2.0	2.0	0.20	0.20
лук репчатый	2.0	2.0	0.20	0.20
масло сливочное	2.0	2.0	0.20	0.20
Выход		40.0		4.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0.53	Ca (мг)	2.19
жиры (г)	1.60	Mg (мг)	1.36
углеводы (г)	2.39	Fe(мг)	0.05
эн ценность(ккал)	25.80	C (мг)	0.29

Технология приготовления: в растопленное сливочное масло всыпают просеянную муку и пассеруют при непрерывном помешивании, не допуская пригорания. В пассерованную муку, охлажденную 60-70°C вливают четвертую часть горячего бульона и вымешивают до образования однородной массы, затем добавляют оставшийся бульон. После этого в бульон кладут нарезанные петрушку, лук и варят 20-30 мин. В конце варки добавляют соль, перец черный горошком, лавровый лист. Затем соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, доводят до кипения.

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 334

наименование блюда: соус красный основной

номер рецептуры 456

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
бульон мясной или вода	40.0	40.0	4.00	4.00
мука пшеничная	2.0	2.0	0.20	0.20
масло сливочное	1.3	1.3	0.13	0.13
томат-паста	3.2	3.2	0.32	0.32
лук репчатый	1.9	1.6	0.19	0.16
морковь	6.2	4.3	0.62	0.43
петрушка (корень)	1.1	0.8	0.11	0.08
лавровый лист	1.067	0.800	0.1067	0.0800
соль	0.0	0.0	0.00	0.00
Выход		40.0		4.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	0.53
жиры (г)	0.97
углеводы (г)	3.73
эн ценность(ккал)	25.86

Ca (мг)	3.9
Mg (мг)	5.5
Fe(мг)	0.2
C (мг)	1.1

Технология приготовления:очищенные морковь, лук репчатый, корень петрушки нарезают мелкой соломкой припускают в небольшом количестве бульона мясного с добавлением масла сливочного в течении 10-15 минут, затем вводят томат-пасту и припускают еще 10-15 минут. Муку пшеничную просеивают и подсушивают при температуре 150-160°C до светло-желтого цвета, охлаждают до 70-80°C и разводят теплым бульоном в соотношении 1:4, размешивают и вводят в кипящий мясной бульон, затем добавляют припущенные с томат-пастой овощи и при слабом кипении варят 40-60 минут. В конце варки добавляют соль, сахар, лавровый лист. Соус процеживают, протирают в него разварившиеся овощи, доводят до кипения.

Температура подачи 65°C.

технологическая карта блюда № 314

наименование блюда: соус шоколадный

номер рецептуры 475

наименование сборника рецептур: сборник тех нормативов рецептур. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
какао порошок	4.0	4.0	0.40	0.40
сахар	8.0	8.0	0.80	0.80
молоко цельное сгущенное с сахаром	19.0	19.0	1.90	1.90
ванилин	0.008	0.008	0.0008	0.0008
вода	12.0	12.0	1.20	1.20

Выход		40.0		4.0
-------	--	------	--	-----

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	2.3
жиры (г)	2.13
углеводы (г)	18.7
эн ценность(ккал)	102.7

Ca (мг)	61.3
Mg (мг)	23.2
Fe(мг)	0.9
C (мг)	0.2

Технология приготовления: какао смешивают с сахаром. Молоко сгущенное разводят горячей водой, нагревают до кипения и при непрерывном помешивании вливают в смесь какао с сахаром, доводят до кипения, процеживают и охлаждают. В охлажденный соус добавляют ванилин, растворенный в теплой воде (1:20).

Температура подачи 14°C.

Требование к качеству: однородная вязкая масса. Цвет светло-коричневый. Вкус сладкий, нежный. Запах сладкий, молочный, выраженный аромат ванили.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

технологическая карта блюда № 383

наименование: груша

номер рецептуры 338

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

наименование сырья	расход сырья и п/ф	
	1 порц	
	брутто,г	нетто,г
груша	210.0	200.0
ВЫХОД		200.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 кг

белки (г)	0.8
жиры (г)	0.6
углеводы (г)	20.6
эн ценность(ккал)	94

Ca (мг)	38.0
Mg (мг)	24.0
Fe(мг)	4.6
C (мг)	10.0

Готовый продукт.

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

технологическая карта блюда № 385

наименование: апельсин

номер рецептуры 338

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

наименование сырья	расход сырья и п/ф	
	1 порц	
	брутто,г	нетто,г
апельсин	210.0	200.0
ВЫХОД		200.0

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	1.86
жиры (г)	0.4
углеводы (г)	16.13
эн ценность(ккал)	85.33

Ca (мг)	68.0
Mg (мг)	26.7
Fe(мг)	0.7
C (мг)	120.0

Технология приготовления:

Готовый продукт.

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

технологическая карта блюда № 160

наименование блюда: пудинг творожный запеченный

номер рецептуры 319

наименование сборника рецептов: сборник тех нормативов рецептов. Пермь2013г

наименование сырья	расход сырья и п/ф			
	1 порц		100 порц	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,г
творог	129	128	12.9	12.8
крупа манная	13	13	1.3	1.3
изюм	17.4	17	1.74	1.7
яйца	0,28шт	11	28шт	1.1
сахар	8	8	0.8	0.8
ванилин	0.022	0.022	0.0022	0.0022
сметана	4.2	4.2	0.42	0.42
сухари или мука	4	4	0.4	0.4
масло сливочное	5	5	0.5	0.5
масса готового пудинга		170		17
соус шоколадный №313		30		3
ВЫХОД		170/30		17/3

химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

белки (г)	23.0
жиры (г)	22.4
углеводы (г)	36.0
эн ценность(ккал)	438.6

Ca (мг)	259
Mg (мг)	37
Fe(мг)	1.6
C (мг)	0.3

технология приготовления: в протертый творог добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, манную крупу, растворенный в горячей воде ванилин 1:20, вымытый ошпаренный и обсушенный изюм, все перемешивают. Белки взбивают и, осторожно помешивая сверху вниз, вводят в массу, выкладывают в противни или формы, смазанные маслом и посыпанные сухарями, слоем 3см, поверхность смазывают сметаной с сахаром. Запекают в жарочном шкафу при температуре 250°C в течении 15 мин, затем в камере с температурой 200С 15-20мин. Готовность определяют по уплотнению структуры-пудинг отделяется от стенок противня. Если творог сухой, в творожную массу добавляют молоко из расчета 20гр на выход, увеличив, соответственно выход или уменьшив закладку творога. Отпускают с вареньем, сладким молочным или фруктовым соусом.

Температура подачи 65°C.

