

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Целинная средняя общеобразовательная школа муниципального района
«Кызылский кожуун» Республики Тыва



ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ

***блюد и кулинарных изделий
для питания детей
школьного возраста
(7-11 лет)***

1. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.
2. Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания изд.4, переизданное часть 2, Уфа-2018 ООО Фирма «Партнер»
3. «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г.

Целинная 2022

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 181

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

Номер рецептуры: 181

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тютельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Крупа манная	31	31	3,1	3,1
Молоко	100	100	10	10
Вода	75	75	7,5	7,5
Сахар	6	6	0,6	0,6
Масло сливочное	10	10	1	1
Выход		210		21

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	6,11
Жиры (г):	10,72
Углеводы (г):	32,38
Эн.ценность (ккал):	251

Ca (мг):	133,77
Mg (мг):	20,30
Fe (мг):	0,47
C (мг):	1,17

Технология приготовления.

В кипящую жидкость (молоко с водой) добавляют соль, сахар и перемешивают. Затем тонкой струйкой всыпают подготовленную манную крупу при непрерывном помешивании и варят 20 минут. Отпускают кашу в горячем виде с растопленным и доведённым до кипения сливочным маслом.

Требования к качеству:

Внешний вид: зерна крупы полностью разварились, утратили форму.

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

Цвет: белый или светло-кремовый.

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

Запах: манной каши в сочетании с молоком и маслом.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Молоко	186	186	18,6	18,6
Вода	27	27	2,7	2,7
Макаронные изделия	16	16	1,6	1,6
Масло сливочное	2	2	0,2	0,2
Сахар	1	1	0,1	0,1
Выход		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	6,85	Ca (мг):	227,53
Жиры (г):	7,47	Mg (мг):	28,69
Углеводы (г):	20,33	Fe (мг):	0,36
Эн. ценность (ккал)	174,67	C (мг):	1,21

Технология приготовления

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

При отпуске заправляют растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным.

Температура подачи не ниже 75° С.

Требования к качеству

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

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

Цвет: молочно-белый, сливочного масла - желтый.

Вкус: сладковатый умеренно соленый, с привкусом сливочного масла.

Запах: кипяченого молока, выражен аромат свежего масла.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №
Наименование кулинарного изделия (блюда): суп молочный с макаронными изделиями
Номер рецептуры: 120
Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Молоко	186	186	18,6	18,6
Вода	27	27	2,7	2,7
Макаронные изделия	16	16	1,6	1,6
Масло сливочное	2	2	0,2	0,2
Сахар	1	1	0,1	0,1
Выход		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	6,85	Ca (мг):	227,53
Жиры (г):	7,47	Mg (мг):	28,69
Углеводы (г):	20,33	Fe (мг):	0,36
Эн. ценность (ккал)	174,67	C (мг):	1,21

Технологическая карта №

На Каша пшеничная молочная жидкая

№ рецептуры по сборнику: № 297, сб.шк.2004 г

Сборник технических нормативов. Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания изд.4, переизданное часть 2, Уфа-2018 ООО Фирма «Партнер»

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса, г			
	От 7 до 11 лет			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Крупа пшено	30,0	30,0	36,0	50,0
молоко	75,59	75,59	90,7	126,0
вода	50,42	50,42	60,5	60,5
Сахар-песок	3,75	3,75	4,5	4,5
Масса каши		150,0		180,0
Масло сливочное		4,0	5,0	5,0
Выход	-	150/4		180/5

Технология приготовления

Крупы перебирают, промывают. Ошпаривают кипятком для удаления горечи. Крупу засыпают в кипящее молоко с водой, перемешивают, добавляют соль, сахар и варят до готовности, периодически помешивая.

При отпуске поливают растопленным сливочным маслом.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы полностью разварившиеся и утратившие свою форму.

Консистенция: жидкая

Цвет: от желтого до кремового

Вкус и запах: каши из данного вида крупы, умеренно соленый, без признаков затхлости и горечи

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	белки	жиры	углеводы	Энергетич. ценность	Масса, г
От 7 до 11 лет	5,42	6,67	25,59	184,17	150/4
	6,5	8,0	30,7	221	180/5

Расчет химического состава

Масса, г	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B1 мг	B2 мг	C мг
150/5	94,54	33,04	0,86	0,14	0,12	0,39
180/5	113,44	39,64	1,03	0,16	0,14	0,46

Технологическая карта №

На Каша молочная «Дружба»

№ рецептуры по сборнику: № 311, сб.шк.2004 г

Сборник технических нормативов. Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания изд.4, переизданное часть 2, Уфа-2018 ООО Фирма «Партнер»

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	брутто	нетто	брутто	нетто
	12,0	12,0	14,4	14,4
Крупа рисовая	15,0	15,0	18,0	18,0
Крупа пшено	77,4	77,4	92,9	92,9
молоко	51,6	51,6	61,9	61,9
вода	3,8	3,8	4,5	4,5
Сахар-песок		150,0		180,0
Каша молочная жидкая	4,0	4,0	5,0	5,0
Масло сливочное	-	150/4	-	180/5
Выход				

Технология приготовления

Крупы перебирают, промывают. Рис засыпают в кипящую, подсоленную воду перемешивают, варят 10-15 мин., заливают горячее кипящее молоко и засыпают пшено, сахар, соль, перемешивают и варят до готовности, периодически помешивая.

Кашу можно готовить на цельном молоке.

При отпуске поливают растопленным сливочным маслом.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы полностью разварившиеся и утратившие свою форму.

Консистенция: жидкая

Цвет: кремовый

Вкус и запах: каши из данного вида крупы, умеренно соленый, без признаков затхлости и горечи

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	белки	жиры	углеводы	Энергетич.ценность	Масса, г
От 7 до 11 лет	4,7	6,1	25,1	174	150/4
	5,6	7,6	29,5	209	180/5

Расчет химического состава

возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B1 мг	B2 мг	C мг
	95,32	27,80	0,60	0,09	0,12	0,40
От 7 до 11 лет	112,38	32,72	0,71	0,10	0,14	0,47

Технологическая карта №

На Каша рисовая молочная вязкая

№ рецептуры по сборнику: № 311, сб.шк.2004 г

Сборник технических нормативов. Сборник технологических карт, рецептур блюд кулинарных изделий для школьного питания изд.4, переизданное часть 2, Уфа-2018 ООО Фирма «Партнер»

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса, г			
	От 7 до 11 лет			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Крупа рисовая	23,0	23,0	27,7	27,7
молоко	79,1	79,1	95,0	95,0
вода	52,8	52,8	63,4	63,4
Сахар-песок	3,7	3,7	4,5	4,5
Масса каши		150,0		180,0
Масло сливочное	4,0	4,0	5,0	5,0
Выход готового блюда	-	150/4		180/5

Технология приготовления

Крупы перебирают, промывают. Ошпаривают кипятком для удаления горечи. Крупу засыпают в кипящее молоко с водой, перемешивают, добавляют соль, сахар и варят до готовности, периодическим помешивая.

При отпуске поливают растопленным сливочным маслом.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы полностью разварившиеся и утратившие свою форму.

Консистенция: жидкая

Цвет: от желтого до кремового

Вкус и запах: каши из данного вида крупы, умеренно соленый, без признаков затхлости и горечи

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	белки	жиры	углеводы	Энергетич. ценность	Масса, г
От 7 до 11 лет	3,7	6	1,5	161,6	150/4
	4,5	7,2	27,6	194	180/5

Расчет химического состава

Масса, г	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B1 мг	B2 мг	C мг
150/4	92,7	21,0	0,3	0,04	0,13	0,4
180/5	111,24	25,29	0,38	0,05	0,14	0,48

Технологическая карта №

На Каша ячневая молочная вязкая

№ рецептуры по сборнику: № 302, сб.шк.2004 г

Сборник технических нормативов. Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания изд.4, переизданное часть 1, Уфа-2018 ООО Фирма «Партнер»

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Расход продуктов на 1 порцию			
	От 7 до 11 лет			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Крупа ячневая	33,2	33,2	39,6	39,6
молоко	74,2	74,2	86,4	86,4
вода	49,2	49,2	57,6	57,6
Сахар-песок	4,0	4,0	4,5	4,5
Масса каши		150,0		180,0
Масло сливочное	4,0	4,0	5,0	5,0
Выход		150/4		180/5

Технология приготовления

Крупу перебирают, засыпают в кипящее молоко с водой, перемешивают, добавляют соль, сахар и варят до готовности, периодически помешивая до готовности.

При отпуске поливают растопленным сливочным маслом.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы частично разварены, не разделяются, каша уложенная горкой, сохраняет форму.

Консистенция: вязкая

Цвет: от желтого до кремового

Вкус и запах: каши из данного вида крупы, умеренно соленый, без признаков затхлости и горечи

Пищевая ценность изделия (блюда)

белки	жиры	углеводы	Энергетич. ценность	Масса, г
5,3	5,7	27,6	184	150/4
6,2	7,2	32,2	219	180/5

Расчет химического состава

Масса, г	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B1 мг	B2 мг	C мг
150/4	110,19	25,39	0,67	0,10	0,12	0,37
180/5	129,39	29,69	0,78	0,12	0,15	0,44

На Винегрет овощной

Номер рецептуры: 67

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель молодой до 1 сентября	20,4	15 ¹	34	25 ¹
***с 1 сентября по 31 октября	20,6	15 ¹	34,4	25 ¹
***с 1 ноября до 31 декабря	22,1	15 ¹	36,8	25 ¹
***с 1 января по 28-29 февраля	23,9	15 ¹	39,8	25 ¹
***с 1 марта	25,8	15 ¹	43	25 ¹
Свекла до 1 января	15,3	12 ¹	25,5	20 ¹
***с 1 января	16,3	12 ¹	27,2	20 ¹
Морковь до 1 января	11,3	9 ¹	18,9	15 ¹
***с 1 января	12,1	9 ¹	20,1	15 ¹
Огурцы соленые ²	15	12	25	20
Лук зеленый	11,3	9	18,8	15
или лук репчатый	10,7	9 ³	17,9	15 ³
Масло растительное	3,6	3,6	6	6
ВЫХОД:	60		100	

¹ Масса отварных очищенных овощей² С использованием огурцов консервированных без уксуса³ Масса бланшированного репчатого лука

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерг. ценност ь, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
С луком зеленым											
60	0,81	3,70	4,61	54,96	20,13	12,81	24,10	0,53	0,03	7,95	0,00
100	1,35	6,16	7,69	91,60	33,55	21,35	40,17	0,88	0,05	13,25	0,00
С луком репчатым											
60	0,82	3,71	5,06	56,88	13,92	12,45	26,98	0,51	0,04	6,15	0,00
100	1,36	6,18	8,44	94,80	23,20	20,75	44,97	0,85	0,06	10,25	0,00

Технология приготовления:

Отварные очищенные картофель, свеклу, морковь, очищенные соленые огурцы нарезают мелкими ломтиками. Зеленый лук нарезают длиной до 1 см; если используют репчатый лук, то его мелко шинкуют и бланшируют кипящей водой, откидывают на дуршлаг.

Подготовленные овощи соединяют, добавляют растительное масло, перемешивают.

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

Температура подачи не ниже +15 °С.

Требования к качеству:

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

Консистенция: мягкая, сочная

Цвет: продуктов, входящих в состав блюда

Вкус: продуктов, входящих в состав блюда **Запах:** продуктов, входящих в состав б

Технологическая карта

Технологическая карта № 182

Наименование изделия: Каша гречневая молочная

Номер рецептуры: 94

Наименование сборника рецептов: Н.Г.Бутейкис

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Молоко	230	230
Крупа гречневая	37	37
Масло сливочное	4	4
Сахар-песок	5	5
Выход:	250	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
8,79	8,563	37,233	251,841	284	2,732	0,251	0,423	2,998

Технология приготовления: В кипящую воду кладут соль, всыпают перебранную и промытую крупу, перемешивают и варят до полуготовности. Затем вливают горячее молоко, добавляют сахар, снова перемешивают и варят до готовности при слабом кипении под закрытой крышкой. В готовую кашу добавляют прокипяченное сливочное масло, все тщательно перемешивают.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 25

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат «Степной»

Номер рецептуры: 25

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах под ред. В.Т.Лапшиной, издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель	20,22	14,83	2,02	1,48
Морковь	19,16	15,17	1,92	1,52
Огурцы соленые	12,6	10,2	1,26	1,02
Лук репчатый	12	10,2	1,2	1,02
Горошек зеленый консервированный	10,2	6,6	1,02	0,66
Масло растительное	3	3	0,3	0,3
Выход		60		6

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	0,9
Жиры (г):	3,06
Углеводы (г):	5,3
Эн.ценность (ккал):	43

Ca (мг):	14,09
Mg (мг):	9,8
Fe (мг):	0,43
C (мг):	4,89

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель	33,7	24,72	3,37	2,47
Морковь	31,93	25,28	3,19	2,53
Огурцы соленые	21	17	2,1	1,7
Лук репчатый	20	17	2	1,7
Горошек зеленый консервированный	17	11	1,7	1,1
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	1,5
Жиры (г):	5,1
Углеводы (г):	8,83
Эн.ценность (ккал):	71,67

Ca (мг):	23,49
Mg (мг):	16,34
Fe (мг):	0,72
C (мг):	8,15

Технология приготовления.

Очищенный вареный картофель нарезают соломкой. Подготовленную вареную морковь и очищенные от кожицы соленые огурцы нарезают соломкой, нашинкованный репчатый лук припускают. Картофель и овощи соединяют, добавляют прокипяченный зеленый горошек, масло растительное, перемешивают.

Требования к качеству:

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

Консистенция: хрустящая, сочная.

Цвет: свойственный овощам.

Вкус: вареного картофеля, моркови, соленых огурцов, лука, зеленого горошка, растительного масла.

Запах: продуктов, входящих в блюдо.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

На: салат «Студенческий»

№ рецептуры по сборнику: № 37, справ. М. 2003 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		от 11 лет и старше	
	Брутто, г.	Нетто, г.	Брутто, г.	Нетто, г.
Картофель молодой до 1.09	37,0	30,0	45,0	37,0
или с 1.09-31.10	40,0	30,0	49,0	37,0
или с 1.11-31.12	43,0	30,0	53,0	37,0
или с 1.01-29.02	46,0	30,0	57,0	37,0
или с 1.03	50,0	30,0	62,0	37,0
Картофель отварной		29,0		36,0
Морковь до 1.01	20,0	16,2	25,0	20,3
или морковь с 1.01	22,0	16,2	27,5	20,3
Морковь отварная		16,0		20,0
Горошек зеленый консервиров.	22,0	14,0	27,0	17,0
Яйца	3/10 шт	12,0	3/8 шт	15,0
Масло растительное	8,0	8,0	10,0	10,0
Выход готового блюда		80		100

Технология приготовления.

Овощи моют, очищают и отваривают, нарезают кубиками, добавляют предварительно прокипяченный в собственном соку консервированный зеленый горошек, ломтик вареного яйца (см. ТК № 9), заправляют растительным маслом.

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккл.	Масса, г.
от 7 до 11 лет	3,0	8,4	5,4	109	80
от 11 лет и старше	3,8	10,5	6,8	137	100

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B1	B2	C
от 7 до 11 лет	13,00	11,43	0,45	0,04	0,05	1,79
от 11 лет и старше	16,25	14,29	0,56	0,05	0,06	2,24

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

На: салат «Пестрый»

№ рецептуры по сборнику: № 31, справ. М. 2003 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		от 11 лет и старше	
	Брутто, г.	Нетто, г.	Брутто, г.	Нетто, г.
Свекла до 1.01	66,0	53,0	82,0	66,0
Или свекла с 1.01	70,0	53,0	87,0	66,0
Свекла отварная		52,0		65,0
Яблоки	32,0	22,0	39,0	27,0
Сахарный песок	2,0	2,0	2,5	2,5
Масло растительное	4,0	4,0	5,0	5,0
Выход готового блюда		80		100

Технология приготовления.

Овощи и фрукты хорошо промывают, очищают.

Свеклу отваривают, очищают от кожуры, шинкуют на крупной терке. Яблоки очищают от кожуры, удаляют семенные гнезда, шинкуют на крупной терке. Свеклу и яблоки перемешивают, добавляют сахар, заправляют растительным маслом.

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, кккл.	Масса, г.
от 7 до 11 лет	0,8	3,6	8,6	70	80
от 11 лет и старше	1,0	4,5	10,8	88	100

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B1	B2	C
от 7 до 11 лет	20,44	11,88	1,06	0,02	0,02	2,98
от 11 лет и старше	25,55	14,85	1,33	0,03	0,03	3,73

Технологическая карта №

На Салат Витаминный

Номер рецептуры: № 49

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г.

1. Область применения

Настоящая технологическая карта распространяется на Салат Витаминный, вырабатываемый и реализуемый в общеобразовательном учреждении

2. Требования к сырью

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества и пр.).

3. Рецепт

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	С 7-11 лет		С 11-18 лет	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, гр.	нетто, гр.
Капуста свежая	31,3	25,0	46,95	37,50
Морковь	18,8	15,0	28,20	22,50
Лук зеленый	12,5	10,0	18,75	15,00
Перец сладкий	25,0	15,0	37,50	225,00
Горошек консервированный	30,8	20,0	46,20	30,00
Сахар	5,0	5,0	7,50	7,50
Лимонная кислота	1,5	1,5	2,25	2,25
Вода кипяченая	5,0	5,0	7,50	7,50
Масло растительное	6,0	6,0	9,00	9,00
Соль	2,0	2,0	3,00	3,00
Выход	100,0		150,0	

4. Химический состав, витамины и микроэлементы

Возрастная категория	В граммах данного блюда содержится								
	Пищевые вещества г.				Витамины, мг	Минеральные вещества мг.			
	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. Ценность, ккал	С, мг.	Ca	Mg	P	Fe
С 7-11 лет	8,29	6,80	24,73	198,93	18,95	74,81	42,79	121,45	0,48
С 11-18 лет	12,44	10,20	37,10	298,40	28,43	112,22	64,19	182,18	1,22

5. Технологический процесс

Капусту, морковь, перец, лук нарезают, горошек или кукурузу доводят до кипения, охлаждают, сливают отвар и соединяют с овощами. Заправляют раствором лимонной кислоты с сахаром, перед отпуском заправляют растительным маслом, солью.

На Салат из свежих огурцов

Номер рецептуры: 20

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Огурцы свежие	71,3	57	118,8	95
Масло растительное	3,6	3,6	6	6
ВЫХОД:	60		100	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
60	0,46	3,65	1,43	40,38	13,11	7,98	24,01	0,34	0,02	5,70	0,00
100	0,76	6,09	2,38	67,3	21,85	13,30	40,02	0,57	0,03	9,50	0,00

Технология приготовления:

Свежие огурцы очищают от кожицы, нарезают кружочками, ломтиками или мелко шинкуют.

Изготовление салата и его заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Не заправленный салат допускается хранить не более 2-х часов при температуре плюс 4±2°C. Хранение заправленного салата может осуществляться не более 30 минут при температуре плюс 4±2°C.

Температура подачи не ниже +15 °С.

При отпуске заправляют солью и растительным маслом.

Требования к качеству:

Внешний вид: нарезанные огурцы уложены горкой, заправлены растительным маслом

Консистенция: форма нарезки сохраняется, консистенция хрустящая

Цвет: соответствует сорту огурцов

Вкус: свойственный свежим огурцам, в меру соленый

Запах: огурцов и растительного масла

Технологическая карта №

На Салат из свежих помидоров и огурцов

№ рецептуры по сборнику: № 20, сб. шк. 2004 Сборник технических нормативов. Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания изд.4, переизданное часть 1, Уфа-2018

ООО Фирма «Партнер»

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Расход продуктов на 1 порцию	
	от 7 до 11 лет	
	брутто	нетто
Помидоры свежие	28,8	24,6
Огурцы свежие	22,8	18,0
лук репчатый	7,1	6,0
Или лук зеленый	7,5	6,0
Заправка:		
Масло растительное	3,0	3,0
Кислота лимонная	0,3	0,3
Вода кипяченая	8,0	8,0
Сахар-песок	0,6	0,6
Соль	0,2	0,2
Выход		60

Технология приготовления

Овощи тщательно промывают и очищают.

Подготовленные помидоры нарезают тонкими ломтиками, огурцы очищают от кожуры, нарезают кружочками, добавляют нашинкованный репчатый или лук поливают заправкой.

Салат можно отпускать без лука, а также без заправки, соответственно увеличив выход.

Требования к качеству

Внешний вид: овощи имеют привлекательный вид, нарезаны не ранее чем за 30-40 мин до отпуска, заправлены.

Консистенция: упругая, сочная

Цвет: красный, розовый, огурцов - белый

Вкус и запах: свойственный входящим в блюдо продуктам с ароматом растительного масла, умеренно соленый

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	белки	жиры	углеводы	Энергетич.ценность	Масса, г
От 7 до 11 лет	0,5	2,8	2,2	36	60

Расчет химического состава

Минеральные элементы, мг			Витамины		
Ca	Mg	Fe	B1 мг	B2 мг	C мг
9,0	7,24	0,33	0,02	0,01	3,42

Технологическая карта №

На Салат из свежих помидоров

№ рецептуры по сборнику: № 19, сб. шк. 2004 Сборник технических нормативов. Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания изд.4, переизданное часть 1, Уфа-2018 ООО Фирма «Партнер»

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Расход продуктов на 1 порцию	
	от 7 до 11 лет	
	брутто	нетто
Помидоры свежие	43,20	36,6
лук репчатый	14,4	12,0
Или лук зеленый	15,0	12,0
Заправка:		
Масло растительное	3,0	3,0
Кислота лимонная	0,3	0,3
Вода кипяченая	8,93	8,93
Сахар-песок	0,6	0,6
Соль	0,23	0,23
Выход		60

Технология приготовления

Овощи тщательно промывают и очищают.

Подготовленные помидоры нарезают тонкими ломтиками, лук шинкуют. Помидоры и лук раскладывают на порции и поливают заправкой.

Салат можно отпускать без лука, а также без заправки, соответственно увеличив выход.

Требования к качеству

Внешний вид: овощи имеют привлекательный вид, нарезаны не ранее чем за 30-40 мин до отпуска, заправлены.

Консистенция: упругая, сочная

Цвет: красный, розовый

Вкус и запах: свойственный входящим в блюдо продуктам с ароматом растительного масла, умеренно соленый

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	белки	жиры	углеводы	Энергетич.ценность	Масса , г
От 7 до 11 лет	0,53	2,70	2,70	38,25	60

Расчет химического состава

Минеральные элементы, мг			Витамины		
Ca	Mg	Fe	B1 мг	B2 мг	C мг
8,58	7,88	0,38	0,03	0,02	4,14

Технологическая карта №

На Салат «Школьный»

№ рецептуры по сборнику: № 39 справ.М.2003 г.

Сборник технических нормативов. Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания изд.4, переизданное часть 1, Уфа-2018 ООО Фирма «Партнер»

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Свекла (отв.неочищ.до 1.01)	46,05	46,05	61,4	61,4
(отв.неочищ.с 1.01)	48,98	48,98	65,3	65,3
Свекла отварная очищ.		36,0		48,0
Лук репчатый	2,40	2,03	3,2	2,7
Огурцы соленые	15,0	12,0	20	16
Горошек зеленый конс.	9,0	6,0	12	8
Масло растительное	5,03	5,03	6,7	6,7
Выход		60		80

Технология приготовления

Овощи хорошо промывают.

Отварную в кожуре очищенную свеклу, промытые, очищенные от кожицы огурцы нарезают соломкой. Лук репчатый очищают от кожицы, промывают, нарезают полукольцами, ошпаривают для снятия горечи. Соединяют с предварительно прокипяченным в собственном соку консервированным зеленым горошком и непосредственно перед подачей заправляют растительным маслом.

Требования к качеству

Внешний вид: овощи равномерно перемешаны, сохраняют форму нарезки, салат уложен горкой, заправлен

Консистенция: овощей-мягкая, сочная

Цвет: свойственный входящим в блюдо продуктам

Вкус и запах: входящих в блюдо продуктов в сочетании с растительным маслом (заправкой)

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	белки	жиры	углеводы	Энергетич.ценность	Масса, г
От 7 до 11 лет	0,90	4,43	3,83	58,50	60
	1,2	5,9	5,10	78	80

Расчет химического состава

Минеральные элементы, мг			Витамины		
Ca	Mg	Fe	B1 мг	B2 мг	C мг
16,40	10,77	0,57	0,03	0,03	2,64
21,86	14,36	0,75	0,03	0,03	3,52

Технологическая карта №

На Салат из моркови

№ рецептуры по сборнику: № 71, сб. 1997г.

Сборник технических нормативов. Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания изд.4, переизданное часть 1, Уфа-2018 ООО Фирма «Партнер»

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Расход продуктов на 1 порцию	
	от 7 до 11 лет	
	брутто	нетто
Морковь до 1.01	64,50	51,60
Или с 1.01	68,78	51,60
Масло растительное	3,0	3,0
Сахар-песок	6,0	6,0
Выход		60

Технология приготовления

Овощи тщательно промывают и очищают.

Сырую морковь натирают на терке, поливают растительным маслом, сверху посыпают сахаром. Можно отпустить без сахара, соответственно увеличив выход блюд..

Требования к качеству

Внешний вид: овощи сохраняют форму нарезки

Консистенция: мягкая, сочная

Цвет: оранжевый

Вкус и запах: свойственный моркови с ароматом растительного масла

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	белки	жиры	углеводы	Энергетич.ценность	Масса , г
От 7 до 11 лет	0,6	2,70	8,70	60	60

Расчет химического состава

Минеральные элементы, мг			Витамины		
Ca	Mg	Fe	B1 мг	B2 мг	C мг
12,42	17,07	0,33	0,03	0,03	1,04

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 7 (ПК № 30)

На: салат из свеклы с солеными огурцами

Набор сырья	Распределение по возрасту			
	до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 7 до 14 лет	от 14 до 18 лет
Свекла до 1.01 или свекла с 1.01	38,0	29,0	59,0	29,0
Свекла отварная		28,0		43,0
Огурцы соленые	10	8,0	15,0	12,0
Масло растительное	4,0	4,0	6,0	6,0
Выход готового блюда		40,0		60

Технология приготовления

Отварную очищенную свеклу нарезают мелкой тонкой соломкой. Огурцы очищают от кожицы, нарезают вдоль на дольки, затем на ромбики, смешивают с заправленной свеклой и перемешивают.

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
до 3 лет	0,3	2,0	14	25	40
от 3 до 7 лет	0,3	2,0	14	25	60

Возраст	Минеральный состав, мг					
	Ca	Mg	Fe	B, мг	P, мг	Cd, мг
до 3 лет	6,43	3,79	0,23	0,01	0,01	0,77
от 3 до 7 лет	9,65	5,69	0,34	0,01	0,01	1,15

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ

На: салат "Здоровье"

№ рецептуры по сборнику № 71

Набор	1 порцию от 3 до 7 лет			
	шт.	г	ккал	нетто, г
Морковь до 1,0 г		25,0		20,1
или морковь с 1,0 г		27,0		20,1
Морковь отварная	13,1			
Свекла до 1,0 г	13,0			20,0
или свекла с 1,0 г	17,0	13,3	26,0	20,4
Свекла отварная	18,0	13,3	27,0	20,4
Горошек зеленый консерв.		13,0		20,0
Заправка:	11,0	7,0	15,4	10,0
Масло растительное				
Кислота лимонная	2,0	2,0	3,0	3,0
Вода кипяченая	0,2	0,2	0,2	0,2
Сахар-песок	4,5	4,5	7,0	7,0
Соль	0,4	0,4	0,5	0,5
Заправка для салатов	0,1	0,1	0,2	0,2
Выход готового блюда		7,0		11,0
		40		60

Технология приготовления

Овощи промывают, зачищают, отваривают, очищают от кожуры, нарезают соломкой, добавляют предварительно прокипяченный в собственном соку зеленый горошек, солят, поливают заправкой для салатов.

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
до 3 лет	0,7	2,0	2,9	32	40
от 3 до 7 лет	1,0	2,9	4,4	48	60

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Mg	Fe		B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
до 3 лет	10,45	9,83	0,32	0,03	0,02	1,0
от 3 до 7 лет	15,67	14,75	0,48	0,04	0,06	1,5

Технологическая карта №

На Борщ с капустой с картофелем

№ рецептуры по сборнику: № 110 сб.школ .2004 г.

Сборник технических нормативов. Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания изд.4, переизданное часть 2, Уфа-2018 ООО Фирма «Партнер»

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	От 7 до 11 лет			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Свекла (сырая очищ. до 1.01)	40,0	32,0	50,0	40,0
Или (сырая очищ. с 1.01)	42,64	32,0	53,3	40,0
Капуста белокочанная	20,0	16,0	25,0	20,0
Или квашенная	22,8	16,0	28,6	20,0
Картофель молодой до 1.09	20,0	16,0	25,0	20,0
Или с 1.09-31.10	21,36	16,0	26,7	20,0
Или с 1.11-31.12	22,88	16,0	28,6	20,0
Или с 1.01-29.02	24,64	16,0	30,8	20,0
Или с 1.03	26,64	16,0	33,3	20,0
Морковь до 1.01	10,0	8,0	12,5	10,0
Или с 1.01	10,64	8,0	13,3	10,0
Лук репчатый	9,52	8,0	11,9	10,0
Томат-паста	2,40	2,40	3,0	3,0
Масло растит или сливоч.	3,20	3,20	4,0	4,0
Сахар-песок	2,40	2,40	3,0	3,0
Кислота лимонная	0,10	0,10	0,12	0,12
Вода или бульон	160,0	160,0	200,0	200,0
Сметана прокипяченная	8,0	8,0	10,0	10,0
Выход		200/8		250/10

Технология приготовления

Овощи хорошо промывают и очищают. Свеклу подготавливают следующим образом.:

- свеклу нарезают соломкой или ломтиками, тушат в толстостенной закрытой посуде с добавлением томат-пасты, лимонной кислоты, масла сливочного и небольшого количества бульона или воды (15-20% к массе свеклы);

- или свеклу отваривают целиком, очищенную с добавлением лимонной кислоты или неочищенную. В последнем случае после варки свеклу очищают от кожицы. Вареную свеклу нарезают соломкой или ломтиками, кладут в борщ одновременно с пассерованными овощами и томат-пастой.

В кипящий бульон закладывают нашинкованную свежую капусту, доводят до кипения, затем кладут нарезанный брусочками картофель, варят 10-15 мин, добавляют пассерованные морковь и лук, тушеную или вареную свеклу и варят до готовности. За 5-10 минут до окончания варки добавляют соль, сахар. Борщ отпускают со сметаной, прошедшей термическую обработку. Борщ можно подавать с фрикадельками.

Требования к качеству

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

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

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

Вкус и запах: входящих в блюдо продуктов

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	белки	жиры	углеводы	Энергетич.ценность	Масса , г
От 7 до 11 лет	1,36	4	9,28	77,60	200/8
	1,7	5,0	11,6	97	250/10

Расчет химического состава

Минеральные элементы, мг			Витамины		
Ca	Mg	Fe	B1 мг	B2 мг	C мг
23,16	16,78	0,76	0,04	0,04	6,36
28,94	20,97	0,95	0,04	0,04	7,94

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 8 (ТК № 36)

На: салат картофельный с зеленым горошком

№ рецептуры по сборнику: № 52, сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	до 3 лет		от 3 до 7 лет	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Картофель молодой до 1.09	21,0	16,5	28,0	22,0
или с 1.09 – 31.10	22,0	16,5	29,0	22,0
или с 1.11 – 31.12	24,0	16,5	31,0	22,0
или с 1.01 – 29.02	25,0	16,5	33,0	22,0
или с 1.03	28,0	16,5	36,0	22,0
Масса отварного картофеля		16,0		21,0

Горошек зеленый консерв.	9,0	12,0	8,0
Яйца	3/4 шт.	10 шт.	4,0
Лук репчатый	2,7	3,6	3,0
или зеленый	3,0	4,0	3,0
Масло растительное	3,0	4,0	4,0
Выход готового блюда			40

Технология приготовления

Овощи хорошо промывают и очищают. Подготовленный картофель отваривают, охлаждают и нарезают мелкими кубиками. Подготовленное яйцо варят вкрутую, очищают и измельчают. Лук репчатый или зеленый бланшируют и мелко шинкуют.

Овощи соединяют с предварительно прокипяченным в собственном соку консервированным зеленым горошком и заправляют растительным маслом.

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
до 3 лет	0,97	3,0	3,0	43	30
от 3 до 7 лет	1,3	4,0	4,0	58	40

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные вещества		Витамины	
	Ca, мг	P, мг	Вит. А, мг	С, мг
до 3 лет			0,01	2,0
от 3 до 7 лет			0,02	2,65

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №

Наименование кулинарного изделия (блюда): суп картофельный гороховый

Номер рецептуры: 102

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	67	50	6,7	5,0
С 1 ноября-31 декабря	72	50	7,2	5,0
С 1 января-28-29 февраля	78	50	7,8	5,0
С 1 марта	83	50	8,3	5,0
Горох лущеный	21	20	2,1	2,0
Морковь				
До 1 января	19	15	1,9	1,5
С 1 января	20	15	2,0	1,5
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Масло растительное	4	4	0,4	0,4
Вода	169	169	16,9	16,9
Выход супа		250		25,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	5,32	Ca (мг):	31,11
Жиры (г):	2,84	Mg (мг):	36,24
Углеводы (г):	22,2	Fe (мг):	2,04
Эн. ценность (ккал)	131	C (мг):	5,87

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	67	50	6,7	5,0
С 1 ноября-31 декабря	72	50	7,2	5,0
С 1 января-28-29 февраля	78	50	7,8	5,0
С 1 марта	83	50	8,3	5,0
Горох лущеный	21	20	2,1	2,0
Морковь				
До 1 января	19	15	1,9	1,5
С 1 января	20	15	2,0	1,5
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Масло растительное	4	4	0,4	0,4
Вода	169	169	16,9	16,9
Выход супа		250		25,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	5,32	Ca (мг):	31,11
Жиры (г):	2,84	Mg (мг):	36,24
Углеводы (г):	22,2	Fe (мг):	2,04
Эн. ценность (ккал)	131	C (мг):	5,87

Технология приготовления

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

Подготовленный горох кладут в воду, доводят до кипения, добавляют картофель, пассерованные морковь и лук и варят до готовности. Температура подачи не ниже 75° С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части картофель, нарезанный кубиками или дольками; горох (кроме лущеного) в виде целых, неразваренных зерен.

Консистенция: картофель и бобовые - мягкие; горох - лущеный - пюреобразный, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет: светло - желтый (горчичный).

Вкус: умеренно соленый, свойственный гороху.

Запах: гороха, пассерованных кореньев и лука.

Технологическая карта №

На Щи из свежей капусты с картофелем

№ рецептуры по сборнику: № 124 сб.школ .2004 г.

Сборник технических нормативов. Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания изд.4, переизданное часть 2, Уфа-2018 ООО Фирма «Партнер»

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Расход продуктов на 1 порцию			
	От 7 до 11 лет			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Капуста белокочанная	50,0	40,0	62,5	50,0
Картофель молодой до 1.09	30,0	24,0	37,5	30,0
Или с 1.09-31.10	32,0	24,0	40,0	30,0
Или с 1.11-31.12	34,24	24,0	42,8	30,0
Или с 1.01-29.02	36,88	24,0	46,1	30,0
Или с 1.03	40,0	24,0	50,0	30,0
Морковь до 1.01	10,0	8,0	12,5	10,0
Или с 1.01	10,64	8,0	13,3	10,0
Лук репчатый	9,52	8,0	11,9	10,0
Масло растит или сливоч.	3,20	3,20	4,0	4,0
Вода или бульон	160,0	160,0	200,0	200,0
Сметана прокипяченная	8,0	8,0	10,0	10,0
Выход		200/8		250/10

Технология приготовления

Овощи хорошо промывают и очищают. Капусту нарезают пашками, картофель дольками. В кипящий бульон закладывают капусту, доводят до кипения, затем кладут картофель, добавляют пассерованные морковь и лук, варят до готовности. При приготовлении щей из ранней капусты ее закладывают после картофеля. Щи отпускают со сметаной, прошедшей термическую обработку. Щи можно подавать с фрикадельками.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части щей – капуста, нарезанная квадратиками, морковь, лук – дольками
Консистенция: капуста -упругая, овощи -мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.
Цвет: желтый, жира на поверхности –оранжевый, овощей-натуральный.
Вкус и запах: входящих в блюдо продуктов

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	белки	жиры	углеводы	Энергетич.ценность	Масса , г
От 7 до 11 лет	1,36	4,48	6,72	72,80	200/8
	1,7	5,6	8,4	91	250/10

Расчет химического состава

Минеральные элементы, мг			Витамины		
Ca	Mg	Fe	B1 мг	B2 мг	C мг
25,46	15,28	0,56	0,04	0,04	9,60
31,82	19,09	0,70	0,05	0,04	12,0

Технологическая карта №

На Рассольник

№ рецептуры по сборнику: № 132 сб.шк.2004 г.

Сборник технических нормативов. Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания изд.4, переизданное часть 1, Уфа-2018 ООО Фирма «Партнер»

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Расход продуктов на 1 порцию			
	От 7 до 11 лет			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Картофель молодой до 1.09	74,96	60,0	93,7	75,0
Или с 1.09-31.10	80,0	60,0	100,0	75,0
Или с 1.11-31.12	85,60	60,0	107,1	75,0
Или с 1.01-29.02	92,32	60,0	115,4	75,0
Или с 1.03	100,0	60,0	125,0	75,0
Крупа перловая (пшен,рис,овс)	4,0	4,0	5,0	5,0
Морковь до 1.01	10,0	8,0	12,5	10,0
Или с 1.01	10,64	8,0	13,3	10,0
Лук репчатый	4,8	4,0	6,0	5,0
Масло растит или сливоч.	3,20	3,2	4,0	4,0
Огурцы соленые	15,04	12,0	18,8	15,0
Вода или бульон	152	152	190,0	190,0
Сметана прокипяченная	8	8	10,0	10,0
Выход		200/8		250/10

Технология приготовления

Овощи хорошо промывают и очищают.

Крупу перебирают, промывают несколько раз, меняя воду. Перловую (или рисовую) крупу после промывания закладывают в кипящую воду и варят до полуготовности, затем воду сливают, а крупу промывают, т.к. отвар из нее имеет темный цвет и слизистую консистенцию.

В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный брусочками, подготовленную крупу, доводят до кипения, добавляют пассерованные морковь и лук, а через 5-10 мин вводят припущенные огурцы, нарезанные соломкой или ломтиками.

Рассольник отпускаяют со сметаной, прошедшей термическую обработку.

Требования к качеству

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

Консистенция: овощей-мягкая, сочная, огурцов слегка хрустящая, крупа хорошо разваренная, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет, жира на поверхности – желтый, овощей - натуральный

Вкус и запах: входящих в блюдо продуктов, умеренно соленый

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	белки	жиры	углеводы	Энергетич.ценность	Масса , г
От 7 до 11 лет	1,68	4,16	12,32	95,20	200/8
	2,1	5,2	15,4	119	250/10

Расчет химического состава

Минеральные элементы, мг			Витамины		
Ca	Mg	Fe	B1 мг	B2 мг	C мг
12,04	18	0,68	0,07	0,04	5,36
15,05	22,50	0,84	0,08	0,05	6,70

Технологическая карта №

На Суп крестьянский с крупой

№ рецептуры по сборнику: № 134 сб.шк.2004 г.

Сборник технических нормативов. Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания изд.4, переизданное часть 1, Уфа-2018 ООО Фирма «Партнер»

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Расход продуктов на 1 порцию			
	От 7 до 11 лет			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Капуста белокочанная	30,0	24,0	37,5	30,0
Картофель молодой до 1.09	24,96	20,0	31,2	25,0
Или с 1.09-31.10	26,64	20,0	33,3	25,0
Или с 1.11-31.12	28,56	20,0	35,7	25,0
Или с 1.01-29.02	30,80	20,0	38,5	25,0
Или с 1.03	33,36	20,0	41,7	25,0
Морковь до 1.01	10,00	8,0	12,5	10,0
Или с 1.01	10,64	8,0	13,3	10,0
Лук репчатый	9,52	8,0	11,9	10,0
Масло растит или сливоч.	3,20	3,2	4,0	4,0
Крупа перловая (рисовая, ячневая, пшеничная)	8,00	8,0	10,0	10,0
Или пшено, хлопья «Геркулес»	4,00	4,0	5,0	5,0
Вода или бульон для круп пшено, хлопья овсяные «Геркулес»	160,0	160,0	200,0	200,0
Или для остальных круп	176,0	176,0	220,0	220,0
Сметана прокипяченная	5	5	10,0	10,0
Выход		200/5		250/10

Технология приготовления

Овощи хорошо промывают и очищают.

Крупу перловую (ячневую, овсяную, пшеничную и др.) промывают сначала в теплой, а затем в горячей воде и варят до полуготовности, затем воду сливают. В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, свежую капусту, нарезанную шашками, картофель и варят до готовности. За 10-15 мин до готовности кладут пассерованные овощи. Крупу рисовую и пшено закладывают одновременно с овощами. Хлопья овсяные «Геркулес» закладывают за 15-20 мин до готовности супа. Отпускают со сметаной, прошедшую термическую обработку.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа – овощи, нарезанные кубиками, крупа – хорошо разваривавшаяся, но не потерявшая форму.

Консистенция: овощей-мягкая, крупа хорошо разварилась, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

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

Вкус и запах: входящих в блюдо продуктов, умеренно соленый

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	белки	жиры	углеводы	Энергетич.ценность	Масса , г
От 7 до 11 лет	1,68	4,08	9,92	84	200/5
	2,1	5,1	12,4	105	250/10

Расчет химического состава

Минеральные элементы, мг			Витамины		
Ca	Mg	Fe	B1 мг	B2 мг	C мг
18,66	15,94	0,52	0,04	0,03	3,04
23,32	17,18	0,64	0,04	0,03	8,0

На Суп картофельный с макаронными изделиями
№ рецептуры по сборнику: № 140 сб.шк.2004 г.

Сборник технических нормативов. Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания изд.4, переизданное часть 1, Уфа-2018 ООО Фирма «Партнер»

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Расход продуктов на 1 порцию			
	От 7 до 11 лет			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Картофель молодой до 1.09	75,0	60,0	93,7	75,0
Или с 1.09-31.10	79,8	60,0	100,0	75,0
Или с 1.11-31.12	85,8	60,0	107,1	75,0
Или с 1.01-29.02	92,4	60,0	115,4	75,0
Или с 1.03	100,2	60,0	125,0	75,0
Макаронные изделия	8,0	8,0	10,0	10,0
Морковь до 1.01	10,0	8,0	12,5	10,0
Или с 1.01	10,6	8,0	13,3	10,0
Лук репчатый	9,5	8,0	11,9	10,0
Масло растит или сливоч.	2,4	2,4	2,4	2,4
Вода или бульон	152,0	152,0	190,0	190,0
Выход		200		250

Технология приготовления

Овощи хорошо промывают, очищают и нарезают в соответствии с видом используемых макаронных изделий: картофель – брусочками или кубиками, коренья - брусочками, соломкой или кубиками, лук шинкуют или мелко рубят. Морковь и лук пассеруют.

В кипящий бульон или воду кладут макароны и варят 10-15 мин, затем добавляют картофель и пассерованные овощи и варят суп до готовности. Лапшу кладут в суп одновременно с картофелем, а вермишель и фигурные изделия за 10-15 минут до готовности супа.

Требования к качеству

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

Консистенция: картофель, овощи - мягкие, макаронные изделия – хорошо набухшие, мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

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

Вкус и запах: входящих в блюдо продуктов, умеренно соленый

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	белки	жиры	углеводы	Энергетич.ценность	Масса, г
От 7 до 11 лет	2,2	2,1	15,1	89	200
	2,7	2,5	18,8	111	250

Расчет химического состава

Минеральные элементы, мг			Витамины		
Ca	Mg	Fe	B1 мг	B2 мг	C мг
10,95	16,74	0,69	0,07	0,04	5,28
13,38	20,92	0,86	0,08	0,05	6,60

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 114

Наименование кулинарного изделия (блюда): суп-лапша домашняя

Номер рецептуры: 113,114

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Лапша домашняя				
Мука пшеничная	18	18	1,8	1,8
Мука на подпыл	1	1	0,1	0,1
Яйца	1/8 шт.	5	0,5	0,5
Вода	4	4	0,4	0,4
Соль	0,5	0,5	0,05	0,05
Выход подсушенной лапши				
Суп-лапша домашняя				
Лапша домашняя		20		2,0
Масса вареной лапши		50		5,0
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Морковь				
До 1 января	12,5	10	1,25	1,0
С 1 января	13,3	10	1,33	1,0
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Бульон или вода	238	238	23,8	23,8
Выход		250		25,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	2,27	Ca (мг):	40,13
Жиры (г):	3,99	Mg (мг):	31,2
Углеводы (г):	12,6	Fe (мг):	1,54
Эн. ценность (ккал)	113	C (мг):	8,99

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Лапша домашняя				
Мука пшеничная	18	18	1,8	1,8
Мука на подпыл	1	1	0,1	0,1
Яйца	1/8 шт.	5	0,5	0,5
Вода	4	4	0,4	0,4
Соль	0,5	0,5	0,05	0,05
Выход подсушенной лапши				
Суп-лапша домашняя				
Лапша домашняя		20		2,0
Масса вареной лапши		50		5,0
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Морковь				
До 1 января	12,5	10	1,25	1,0
С 1 января	13,3	10	1,33	1,0
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Бульон или вода	238	238	23,8	23,8
Выход		250		25,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	2,27	Ca (мг):	40,13
Жиры (г):	3,99	Mg (мг):	31,2
Углеводы (г):	12,6	Fe (мг):	1,54
Эн. ценность (ккал)	113	C (мг):	8,99

Технология приготовления

Яйца предварительно обрабатывают в соответствии с п 8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08.

Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются

Технологическая карта

Технологическая карта № 72

Наименование изделия: Суп картофельный с рыбой 1 сп

Номер рецептуры: 38

Наименование сборника рецептов: Л.А.Мостовая

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Рыба	76	28
Морковь	5	4
Лук репчатый	5	4
Масло растительное	1	1
Масло сливочное	1	1
Зелень	3	2
Картофель	86	60
Выход:		250

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
4,536	2,011	10,518	75,681	24,100	0,858	0,108	0,080	14,740

Технология приготовления: Рыбное филе нарезают на кусочки в виде кубиков. Процеженный бульон, приготовленный из рыбных пищевых отходов, или воду доводят до кипения, вводят приготовленную рыбу. После закипания жидкости снимают с поверхности пену, закладывают картофель, нарезанный кубиками, варят до готовности. За 10 минут до конца вводят пассерованные овощи и доводят до вкуса.

промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных емкостей.

Обработка яиц проводится при условии полного их погружения в раствор в следующем порядке:

- I - обработка в 1 - 2% теплом растворе кальцинированной соды;
- II - обработка в 0,5% растворе хлорамина или других разрешенных в установленном порядке дезинфицирующих средств;
- III - ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Для приготовления лапши - домашней: в холодную воду вводят сырые яйца, соль, перемешивают, добавляют муку не ниже 1 сорта и замешивают крутое тесто, которое выдерживают 20-36 мин для того, чтобы оно лучше раскатывалось. Куски готового теста кладут на стол, посыпанный мукой, и раскатывают в пласт толщиной 1-1,5 мм и подсушивают. Пересыпанные мукой пласти складывают один на другой, нарезают их на полоски шириной 35-45 мм, которые, в свою очередь, режут поперек полосками шириной 3-4 мм или соломкой.

Лапшу раскатывают на посыпанные мукой столы слоем не более 10 мм и подсушивают 2-3 ч при температуре 40-45° С.

В кипящий бульон или воду кладут пассированный лук и варят с момента закипания 5-8 мин, после чего добавляют подготовленную домашнюю лапшу и варят до готовности.

Температура подачи не ниже 75° С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа лук, морковь и лапша сохранили форму.

Консистенция: лука - мягкая; лапша хорошо набухшая, мягкая, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

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

Вкус: умеренно соленый, пассированных овощей, лапши.

Запах: пассированных овощей и лапши.

Технологическая карта №

На Рагу из овощей

№ рецептуры по сборнику: № 224 сб.шк.2004 г.

Сборник технических нормативов. Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания изд.4, переизданное часть 1, Уфа-2018 ООО Фирма «Партнер»

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Расход продуктов на 1 порцию	
	От 7 до 11 лет	
	брутто	нетто
Картофель с 1.09-31.10	63,8	48
Или с 1.11-31.12	68,6	48
Или с 1.01-29.02	73,9	48
Или с 1.03	80,2	48
Морковь до 1.01	30,9	24,7
Или с 1.01	32,8	24,7
Масса пассерованной моркови		16,8
Лук репчатый	14,3	12,0
Масса пассерованного лука		6,0
Капуста белокочанная	64,9	51,9
Масса припущенной капусты		46,8
Масло растительное	2	2
Соус:		
Бульон	41,0	41,0
Масло сливочное	2,1	2,1
Мука пшеничная в/с	2,1	2,1
Морковь до 1.01	3,4	2,7
Или с 1.01	3,7	2,7
Лук репчатый	1,1	0,9
Масло сливочное	0,7	0,7
Сахар-песок	0,5	0,5
Томат-паста	4,6	4,6
Соус томатный		45,6
Выход		150

Технология приготовления

Предварительно промытые и очищенный овощи и коренья нарезают дольками или кубиками, слегка припускают до полуготовности, лук пассеруют. Капусту белокочанную нарезают шашками, припускают. Затем картофель и овощи соединяют с соусом томатным и тушат 20-30 минут до готовности

Требования к качеству

Внешний вид: овощи в соусе не потерявшие форму.

Консистенция: сочная, мягкая

Цвет: свойственный овощам и соусу

Вкус и запах: свойственный продуктам, входящим в состав блюда

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	белки	жиры	углеводы	Энергетич.ценность	Масса , г
От 7 до 11 лет	9	8,2	14,2	173	150

Расчет химического состава

Минеральные элементы, мг			Витамины		
Ca	Mg	Fe	B1 мг	B2 мг	C мг
36,7	28,8	0,99	0,07	0,06	7,86

На Плов из говядины

Номер рецептуры: 265.

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса	
	брутто, г	нетто, г
Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	107	79
или баранина (лопаточная часть, грудинка)	99	71
Крупа рисовая	34	34
Масло растительное	5	5
Лук репчатый	6	5
Морковь	10	8
Томатная паста	-	4
Соль	1	1
Масса тушеного мяса		50
Масса гарнира		100
Выход		50/100

Химический состав, витамины, и микроэлементов на 1 порцию

Белки (г)	19,4
Жиры (г)	9,5
Углеводы (г)	34,7
Энергетическая ценность (ккал)	301

Са (мг)	36
Mg (мг)	34
Fe(мг)	1,0
C (мг)	0

Технология приготовления

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

Технологическая карта №

На Жаркое по-домашнему

№ рецептуры по сборнику: № 436 сб. шк. 2004 г.

Сборник технических нормативов. Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания изд.4, переизданное часть 1, Уфа-2018 ООО Фирма «Партнер»

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Расход продуктов на 1 порцию	
	От 7 до 11 лет	
	брутто	нетто
Говядина 1 категории	115,20	105,34
Масса тушеного мяса		54,0
Картофель молодой до 1.09	126,0	100,8
Или с 1.09-31.10	134,10	100,8
Или с 1.11-31.12	144,18	100,8
Или с 1.01-29.02	155,25	100,8
Или с 1.03	168,3	100,8
Лук репчатый	15,03	12,6
Масло растительное	5,04	5,04
Томат-паста	2,52	2,52
Масса готовых овощей		126,0
Выход		180

Технология приготовления

Овощи хорошо промывают и очищают.

Подготовленное мясо нарезают по 2-4 кусочка на порцию массой по 30-40 гр, картофель и лук-дольками, затем мясо и овощи тушат по отдельности. Тушеное мясо и овощи кладут в посуду слоями, чтобы снизу и сверху мяса были овощи, добавляют томат-пасту, соль и бульон, закрывают крышкой и тушат до готовности. За 5-10 минут до окончания тушения кладут лавровый лист Отпускают жаркое вместе с бульоном и гарниром.

Требования к качеству

Внешний вид: кусочки мяса одинаково нарезаны, овощи сохранили форму нарезки..

Консистенция: мяса - сочная, мягкая, овощей-мягкая

Цвет: мяса- светло-серый, свойственный овощам и соусу

Вкус и запах: входящих в блюдо продуктов.

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	белки	жиры	углеводы	Энергетич.ценность	Масса , г
От 7 до 11 лет	17,37	17,91	17,01	300,6	180

Расчет химического состава

Минеральные элементы, мг			Витамины		
Ca	Mg	Fe	B1 мг	B2 мг	C мг
21,50	43,52	3,24	0,15	0,17	7,90

На Тефтели из говядины

№ рецептуры по сборнику: № 462 сб.шк.2004 г.

Сборник технических нормативов. Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания изд.4, переизданное часть 1, Уфа-2018 ООО Фирма «Партнер»

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Расход продуктов на 1 порцию	
	От 7 до 11 лет	
	брутто	нетто
Масса полуфабриката		71
Масло растительное	2	2
Масса готовых тефтелей		60,0
Соус:		
Бульон	27,0	27,0
Масло сливочное	1,35	1,35
Мука пшеничная в/с	1,8	1,8
Морковь до 1.01	3,0	2,4
Или с 1.01	3,2	2,4
Лук репчатый	1,0	0,8
Томат-паста	4,0	4,0
Масло сливочное	0,45	0,45
Сахар-песок	0,3	0,3
Соус томатный		40,0
Выход готового блюда		60/40

Технология приготовления

Котлеты перекладывают в неглубокую посуду в 1-2 ряда, заливают соусом томатным, в который добавляют 10-20 гр воды и тушат 8-10 мин.

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

Требования к качеству

Внешний вид: тефтели в виде шариков без трещин, пропитанных соусом

Консистенция: в меру плотная, сочная

Цвет: тефтелей – коричневый, соуса-розовый

Вкус и запах: свойственный продуктам, входящих в блюдо продуктов.

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	белки	жиры	углеводы	Энергетич. ценность	Масса, г
От 7 до 11 лет	8,76	12,21	8,85	180,64	60/40

Расчет химического состава

Минеральные элементы, мг			Витамины		
Ca	Mg	Fe	B1 мг	B2 мг	C мг
31,69	17,51	1,57	0,08	0,1	4,16

Технологическая карта №

На Птица тушенная
 Номер рецептуры: 290

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Цыпленок-бройлер	139,7	100,3	174,7	125,3
Соус красный основной	-	80	-	100
ВЫХОД:	80/80		100/100	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A	
С соусом № 354 - сметанным												
80/80	17,65	14,58	4,70	221,00	54,50	20,30	132,90	1,62	0,05	0,02	43,00	
100/100	22,06	18,23	5,88	276,25	68,13	25,38	166,13	2,03	0,06	0,03	53,75	
С соусом красным основным												
80/80	17,92	14,58	5,62	225,00	56,10	23,90	138,20	1,77	0,06	0,54	43,00	
100/100	22,40	18,23	7,03	281,25	70,13	29,88	172,75	2,21	0,08	0,68	53,75	

Технология приготовления:

Подготовленные тушки птицы варят до готовности, охлаждают, нарезают на порционные куски, складывают в глубокую посуду. Добавляют бульон куриный (10% к массе соуса), соединяют с соусом, доводят до кипения и тушат в закрытой посуде 15-20 минут при слабом кипении.

Требования к качеству:

Внешний вид: мясо сохранило форму, залито соусом, сбоку гарнир

Консистенция: мягкая, сочная, нежная

Цвет: сероватый – для мякоти ножки, белый – филе, соуса сметанного – белый, соуса сметанного с томатом – светло-оранжевый

Вкус: в меру соленый

Запах: свойственный мясу птицы и соусу

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 5

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

Номер рецептуры: **260**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутьельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Говядина (лопаточная и подлопаточная части, грудинка, покромка)	107	79	10,7	7,9
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Лук репчатый	12	10	1,2	1
Томатное пюре	8	8	0,8	0,8
Мука пшеничная	2	2	0,2	0,2
Масса тушеного мяса		50		5
Масса соуса		50		5
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

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

Ca (мг):	21,81
Mg (мг):	22,03
Fe (мг):	3,06
C (мг):	0,92

Технология приготовления.

Нарезанное кубиками по 20-30 г мясо заливают водой (50 грамм на порцию) и тушат с добавлением пассированного томатного пюре в закрытой посуде около часа. На бульоне, оставшемся после тушения, готовят соус, добавляя в него слегка пассированный или припущенный лук, соль, заливают им мясо и тушат еще 25-30 мин. За 5-10 мин до готовности кладут лавровый лист.

Требования к качеству.

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

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

Цвет: мяса- светло- коричневый.

Вкус: тушеного мяса в томатном соусе, умеренно соленый.

Запах: тушеного мяса с припущенным луком и томатом.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 26 (ТК № 81)

На: тефтели рыбные

№ рецептуры по сборнику: № 394, сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию	
	до 3 лет; от 3 до 7 лет	
	брутто, г	нетто, г
Горбуша неразд.	84,0	46,0
Мука пшеничная в/с	6,0	6,0
Лук репчатый	11,0	10,0
Молоко или вода	14,0	14,0
Хлеб пшеничный	10,0	10,0
Масса полуфабриката		83,0
Масло растительное	6,0	6,0
Масса тушеных тефтелей		70,0
Бульон	27,0	27,0
Масло сливочное	1,5	1,5
Мука пшеничная	1,5	1,5
Морковь до 1.01	1,9	1,5
или морковь с 1.01	2,0	1,5
Лук репчатый	0,7	0,6
Томат-паста	2,0	2,0
Масло сливочное	0,5	0,5
Сахар	0,3	0,3
Соус томатный		30,0
Выход готового блюда		70/30

Технология приготовления

Подготовленное филе рыбы с кожей без костей нарезают на куски, пропускают 2 раза через мясорубку вместе с луком и замоченным в молоке или воде пшеничным хлебом. Массу хорошо вымешивают, выбивают и формируют шарики по 3-4 шт. на порцию, панируют в муке, выкладывают на противень, смазанный маслом, заливают соусом, добавляя воду (10% от массы соуса) и тушат 10-15 мин до готовности.

При отпуске тефтели поливают соусом томатным, в котором они тушились.

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
до 3; 3-7 лет	15,5	13,5	12,4	234	70/30

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
до 3; 3-7 лет	25,23	17,49	0,62	0,09	0,08	2,44

На Макароны изделия с тертым сыром

№ рецептуры по сборнику: № 333, сб.шк.2004 г

Сборник технических нормативов. Сборник технологических карт, рецептур блюд кулинарных изделий для школьного питания изд.4, переизданное часть 2, Уфа-2018 ООО Фирма «Партнер»

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию	
	От 7 до 11 лет	
	брутто	нетто
Макаронные изделия в/с	52,50	52,50
Масса отварных макарон		150,0
Сыр	24,4	22,0
Масло сливочное	8,0	8,0
Выход	-	150/22/8

Технология приготовления

Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 50 г соли). Макароны варят 20-25 мин., вермишель 10-12. В процессе варки изделия набухают, увеличиваются примерно в 3 раза.

Сваренные изделия откидывают на дуршлаг и заправляют растопленным сливочным маслом и посыпают тертым сыром.

Требования к качеству

Внешний вид: отварные макаронные изделия легко отделяются друг от друга и сохраняют свою форму, посыпаны тертым сыром, заправлены маслом.

Консистенция: мягкая, но упругая

Цвет: от белого до светло-кремового

Вкус и запах: вареных макаронных изделий, без запаха затхлости

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	белки	жиры	углеводы	Энергетич.ценность	Масса, г
От 7 до 11 лет	11,1	12,8	32,2	293	150/22/8

Расчет химического состава

Минеральные элементы, мг			Витамины		
Ca	Mg	Fe	B1 мг	B2 мг	C мг
225,34	19,27	0,91	0,07	0,11	0,15

На Макароны изделия отварные

Номер рецептуры: № 309

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	нетто, кг.
Макаронные изделия	35,0	35,0	3,50	3,50
Масло сливочное	3,5	3,5	0,35	0,35
Соль	3,0	3,0	0,3	0,3
Выход	100,0		10,0	

Химический состав, витамины и микроэлементы

В 100 граммах данного блюда содержится											
Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.								
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe					
8,77	9,35	57,93	1,55	13,70	73,37	1,55					
Витамины											
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B 6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг	H, мкг.	PP, мг
-	0,16	0,03	-	0,16	16,86	-	-	-	5,31	1,68	1,01

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 336,51

Технологический процесс

Макаронные изделия закладывают в кипящую подсоленную воду и варят в большом количестве воды (6-7 л на 1 кг). Макароны варят 20-30 минут. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывая воду, в результате чего масса увеличивается в 3 раза. Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с 1/3 -1/2 частью растопленного сливочного масла, чтобы они не склеивались и не образовывали комков, остальной частью растопленного сливочного масла заправляют непосредственно перед отпуском.

Требования к оформлению, реализации и хранению

Подают макароны на гарнир. Температура подачи +65⁰С. Срок реализации – 2 часа с момента приготовления. Срок годности согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 – 2 часа с момента приготовления. Подогрев остывших ниже температуры раздачи готовых горячих блюд не допускается.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид — вермишель не разварена, консистенция не слипшаяся.

Цвет — характерный для рецептурных компонентов.

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

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №

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

Номер рецептуры: 304

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Крупа рисовая	54	54	5,4	5,4
Масло сливочное	6,75	6,75	0,68	0,68
Выход		150		15

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	3,65	Са (мг):	2,4
Жиры (г):	5,37	Mg (мг):	19
Углеводы (г):	36,68	Fe (мг):	0,53
Эн.ценность (ккал):	209,7	С (мг):	0

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Крупа рисовая	72	72	7,2	7,2
Масло сливочное	9	9	0,9	0,9
Выход		200		20

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	4,87	Са (мг):	3,2
Жиры (г):	7,17	Mg (мг):	25,33
Углеводы (г):	48,8	Fe (мг):	0,7
Эн.ценность (ккал):	279,6	С (мг):	0

Технология приготовления.

Подготовленную рисовую крупу кладут в подсоленную кипящую воду (6 л воды, 60 г соли на 1 кг риса) и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают и промывают горячей кипяченой водой. до готовности. После стекания воды, рис кладут в посуду, заправляют растопленным и доведенным до кипения сливочным маслом, перемешивают и прогревают.

Требования к качеству.

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

Консистенция: рассыпчатая, мягкая, однородная.

Цвет: от белого до кремового.

Вкус: отварного риса с маслом.

Запах: отварного риса с маслом.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 302
 Наименование кулинарного изделия (блюда): каша гречневая или пшенная рассыпчатая

Номер рецептуры: 171, 302

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников» /Под ред. М.П. Могильного. - М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа гречневая	92	92	9,2	9,2
Или крупа пшенная	79	79	7,9	7,9
Масса каши		193		19,3
Масло сливочное	7	7	0,7	0,7
Выход с маслом		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	11,41	Ca (мг):	34,03
Жиры (г):	7,8	Mg (мг):	181,19
Углеводы (г):	51,56	Fe (мг):	6,17
Эн. ценность (ккал)	320	C (мг):	0

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа гречневая	97	97	9,7	9,7
Или крупа пшенная	83	83	8,3	8,3
Масса каши		202		20,2
Масло сливочное	8	8	0,8	0,8
Выход с маслом		210		21,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	11,98	Ca (мг):	35,73
Жиры (г):	8,19	Mg (мг):	190,25
Углеводы (г):	54,14	Fe (мг):	6,48
Эн. ценность (ккал)	336	C (мг):	0

Технология приготовления

Перед использованием крупы промывают проточной водой. Подготовленную крупу всыпают в подсоленную кипящую жидкость. Всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения, помешивая. Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают котел крышкой и дают каше упреть около 2,5 ч. За это время она приобретает своеобразный, приятный запах и цвет. При отпуске горячую рассыпчатую кашу кладут на тарелку и поливают растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным.

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы полностью набухшие, мягкие, сохраняют форму и упругость. Зерна крупы разделяются. Каша полита маслом.

Консистенция: однородная, крупинки плотные, рассыпчатая.

Цвет: свойственный данному виду крупы.

Вкус: свойственный данному виду крупы (без привкусов прогорклости и затхлости) и др. компонентов соответствии с рецептурой.

Запах: свойственный данному виду крупы.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №

Наименование кулинарного изделия (блюда): каша перловая или пшенная рассыпчатая

Номер рецептуры: 171,302

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников» /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа перловая	32	32	3,2	3,2
Или крупа пшенная	39	39	3,9	3,9
Масса каши		97		9,7
Масло сливочное	3	3	0,3	0,3
Выход с маслом		100		10,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	2,96	Ca (мг):	12,77
Жиры (г):	2,19	Mg (мг):	12,57
Углеводы (г):	20,9	Fe (мг):	0,58
Эн. ценность (ккал)	119	C (мг):	0

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа перловая	32	32	3,2	3,2
Масса каши		97		9,7
Масло сливочное	3	3	0,3	0,3
Выход с маслом		100		10,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	2,96	Ca (мг):	12,77
Жиры (г):	2,19	Mg (мг):	12,57
Углеводы (г):	20,9	Fe (мг):	0,58
Эн. ценность (ккал)	119	C (мг):	0

Технология приготовления

Перед использованием крупы промывают проточной водой.

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

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы полностью набухшие, мягкие, сохраняют форму и упругость. Зерна крупы разделяются. Каша полита маслом.

Консистенция: однородная, крупинки плотные, рассыпчатая.

Цвет: свойственный данному виду крупы.

Вкус: свойственный данному виду крупы (без привкусов прогорклости и затхлости) и др. компонентов соответствии с рецептурой.

Запах: свойственный данному виду крупы.

Технологическая карта №

На Каша гречневая рассыпчатая

№ рецептуры по сборнику: № 297, сб.шк.2004 г

Сборник технических нормативов. Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания изд.4, переизданное часть 2, Уфа-2018 ООО Фирма «Партнер»

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса, г			
	С 7 до 11 лет			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Крупа гречневая	71,42	71,42	85,7	85,7
вода	106,5	106,5	127,8	127,8
Каша рассыпчатая		150,0		180,0
Масло сливочное	5,0	5,0	5,0	5,0
Выход	-	150/5		180/5

Технология приготовления

Крупы перебирают, моют и всыпают в подсоленную воду, доводят до кипения, закрывают крышкой, ставят в водяную баню или жарочный шкаф и доводят до готовности.

Заправляют растопленным сливочным маслом и перемешивают. Подают как гарнир к мясным соусным блюдам.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы целые, хорошо набухшие, легко разделяются

Консистенция: рассыпчатая, мягкая, однородная

Цвет: от светло-коричневого до коричневого

Вкус и запах: каши из данного вида крупы, умеренно соленый, без признаков затхлости и горечи

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	белки	жиры	углеводы	Энергетич. ценность	Масса, г
С 7 до 11 лет	8,67	5,67	37,84	240	150/5
	10,4	6,8	45,4	288	180/5

Расчет химического состава

Масса, г	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B1 мг	B2 мг	C мг
150/5	14,07	132,95	4,56	0,26	0,14	0,00
180/5	16,88	159,54	5,47	0,31	0,16	0,00

На Пюре картофельные

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Номер рецептуры: № 312

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г.

1. Область применения

Настоящая технологическая карта распространяется на пюре картофельное, предназначено для школьной столовой

2. Требования к сырью

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества и пр.).

3. Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	нетто, кг.
Картофель	114,0	85,5	11,40	8,55
Молоко	15,8	15,0	1,58	1,50
Масло сливочное	3,5	3,5	0,35	0,35
Соль	1	1	0,1	0,1
Выход	100,0		10,0	

4. Химический состав, витамины и микроэлементы

В 100 граммах данного блюда содержится											
Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.								
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe					
2,34	16,71	3,79	113,59	11,10	73,32	0,25					
Витамины											
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B 6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг.	H, мкг.	PP, мг.
0,18	0,03	0,17	-	0,03	3,89	0,31	1,01	0,07	0,44	2,49	0,08

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 174,02

5. Технологический процесс

Картофель предварительно промывают, тщательно перебирают и очищают. Повторно промывают в проточной питьевой воде в течение 5 минут. Срок хранения очищенного полуфабриката в воде не более 2-3 часов при температуре воды не выше +12⁰С. Очищенный, промытый картофель заливают горячей кипяченой водой (уровень воды должен быть на 1-1,5 см выше уровня картофеля), солят после закипания и варят до готовности, воду сливают, картофель подсушивают. Вареный горячий картофель протирают. Температура протираемого картофеля должна быть не ниже 80⁰С, иначе картофельное пюре будет тягучим, что резко ухудшает вкус и внешний вид. В горячую картофельную массу, непрерывно помешивая, добавляют в 2-3 приема горячее кипяченое молоко, прокипяченное сливочное масло. Смесь взбивают до получения пышной однородной массы.

6. Требования к оформлению, реализации и хранению

Подают картофель на гарнир. Температура подачи +65⁰С. Срок реализации – 2 часа с момента приготовления. Срок годности согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 – 2 часа с момента приготовления. Подогрев остывших ниже температуры раздачи готовых горячих блюд не допускается.

6.1. Органолептические показатели качества:

Внешний вид — картофель полностью разварен, консистенция пышная однородная.

Цвет — характерный для рецептурных компонентов.

Вкус и запах — запах свойственный отварному картофелю и сливочного масла, вкус характерный для рецептурных компонентов, без посторонних привкусов и запахов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

На: пудинг из творога с молочным соусом

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	до 3 лет		от 3 до 7 лет	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Творог	61,0	60,0	92,0	90,0
Сахар	6,0	6,0	9,0	9,0
Яйца	1/10 шт	4,0	3/20 шт	6,0
Изюм	8,2	8,0	12,2	2,0
Масло сливочное	2,0	2,0	3,0	3,0
Крупа манная	6,0	6,0	9,0	9,0
Сметана	2,0	2,0	3,0	3,0
Сухари		80,0		120,0
Масса готового пудинга		25,0	40,0	40,0
Молоко	3,0	3,0	5,0	5,0
Сахар	1,0	1,0	1,5	1,5
Мука	1,0	1,0	1,5	1,5
Масло сливочное		25,0		40,0
Соус молочный				120/40
Выход готового блюда		80/25		

Технология приготовления

В горячую воду всыпают манную крупу и, помешивая, отваривают.

В протертый творог добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, охлажденную манную крупу, размягченное сливочное масло, соль, подготовленный и обсушенный изюм. Массу тщательно перемешивают. Яичные белки взбивают до густой пены и вводят в подготовленную массу перед запеканием.

Полученную массу выкладывают на смазанный жиром и посыпанный сухарями противень, смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу в течение 25-35 мин. Горячий пудинг выдерживают 5-10 мин. и вынимают из форм. Пудинг, запеченный на противне, не выкладывая, нарезают на порционные куски.

Отпускают с молочным сладким соусом.

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
до 3 лет	14,1	4,1	21,3	178	80/25
от 3 до 7 лет	21,2	6,2	32,2	269	120/40

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
до 3 лет	63,21	13,72	0,36	0,03	0,13	0,08
от 3 до 7 лет	132,83	24,97	0,57	0,05	0,23	0,22

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 50 (ТК № 214)

На: сырники из творога

№ рецептуры по сборнику: № 294, 1 вариант, сб. 1996 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	до 3 лет		от 3 до 7 лет	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Творог	80,0	79,5	100,0	99,0
Яйца	1/20 шт	2,4	3/40 шт	3,0
Мука пшеничная в/с	10,0	10,0	13,0	13,0
Сахар-песок	5,6	5,6	7,0	7,0
Масса полуфабриката		90,0		112,5
Масло сливочное	2,0	2,0	3,0	3,0
Масса готовых сырников		80,0		100,0
Повидло	15,0	15,0	25,0	25,0
Выход готового блюда		80/15		100/25

Технология приготовления

В протертый творог добавляют 2/3 муки, подготовленные яйца (см. ТК № 8 сб. 2011), сахар, соль. Массу хорошо перемешивают, придают форму батона толщиной 5-6 см, нарезают поперек, ланируют в муке, придают форму биточков. Сырники укладывают на противень, смазанный маслом и запекают в жарочном шкафу при температуре 200-220°C в течение 15-20 мин.

Отпускают со сгущенным молоком, вареньем, фруктовым соусом, маслом сливочным или посыпают сахаром.

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
до 3 лет	15,0	10,2	24,1	246	80/15
от 3 до 7 лет	18,8	12,8	34,2	323	100/25

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
до 3 лет	122,74	19,22	0,66	0,04	0,20	0,27
от 3 до 7 лет	154,30	24,47	0,91	0,05	0,25	0,62

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 37

Наименование кулинарного изделия (блюда): Запеканка капустная с соусом молочным (для подачи к блюду).

Номер рецептуры: 162

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутьельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Капуста свежая	166,8	133,2	16,68	13,32
Масло сливочное	6	6	0,6	0,6
Масса припущенной капусты		120		12
Крупа манная	15,6	15,6	1,56	1,56
Сухари	3,6	3,6	0,36	0,36
Сметана	3,6	3,6	0,36	0,36
Масса полуфабриката		141,6		14,16
Масса готовой запеканки		120		12
Соус №326		30		3
Выход		150		15

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	5,44
Жиры (г):	7,21
Углеводы (г):	19,81
Эн.ценность (ккал):	165,65

Ca (мг):	97,93
Mg (мг):	29,82
Fe (мг):	1,03
C (мг):	29,37

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Капуста свежая	222,4	177,6	22,24	17,76
Масло сливочное	8	8	0,8	0,8
Масса припущенной капусты		160		16
Крупа манная	20,8	20,8	2,08	2,08
Сухари	4,8	4,8	0,48	0,48
Сметана	4,8	4,8	0,48	0,48
Масса полуфабриката		188,8		18,88
Масса готовой запеканки		160		16
Соус №331		40		4
Выход		200		20

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	7,25
Жиры (г):	9,61
Углеводы (г):	26,41
Эн.ценность (ккал):	220,87

Ca (мг):	142,01
Mg (мг):	48,96
Fe (мг):	1,77
C (мг):	48,28

Технология приготовления.

В припущенную капусту всыпают манную крупу и периодически помешивая, варят до готовности, после чего охлаждают до 40-50⁰С. Капустную массу выкладывают ровным слоем на смазанные маслом и посыпанные сухарями противень или сковороду, смазывают сметаной и запекают. Готовую запеканку нарезают на порции, отпускают с соусом сметанным с томатом.

Требования к качеству:

Внешний вид: ровные куски, без трещин, не разламываются.

Консистенция: капуста доведена до готовности, мягкая, однородная масса.

Цвет: корочка- золотистая, на разрезе- серовато- белая.

Вкус: свойственный капусте, умеренно соленый.

Запах: тушеной капусты.

Технологическая карта №

На **Яйца вареные**

Номер рецептуры: 209

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Яйцо куриное	1 шт.	40
ВЫХОД:	-	1 шт. (40 г)

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
5,10	4,60	0,30	63,00	22,00	4,80	76,8	1,00	0,03	0,00	0,10

Технология приготовления:

Перед использованием яйцо подвергаются специальной обработке в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха, используя для этих целей промаркированные ванны и (или) емкости, возможно использование перфорированных емкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

- I – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;
- II – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;
- III – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Затем обработанные яйца погружают в кипящую подсоленную воду (на 3 л воды 40-50 г соли на 10 яиц) и варят после закипания в течение 10 минут.

Сваренное яйцо подают остывшим в скорлупе, не очищая.

Требования к качеству:

Яйцо, сваренное вкрутую, имеет плотный белок и желток. Желток нежный, рассыпчатый, возможно наличие незатвердевшей капли в центре. Белок нежный, вязкий.

Технологическая карта

Технологическая карта № 1

Наименование изделия: Бутерброд с маслом и сыром 1 сп

Номер рецептуры: 1

Наименование сборника рецептов:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Батон	30	30
Масло	5	5
Сыр	9	8
Выход:	30/5/8	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
3,222	6,325	15,460	127,791	76,700	0,450	0,036	0,038	0,066

Технология приготовления: Хлеб нарезают ломтиками толщиной 1,0-1,5 см. Сыр твердый нарезают на крупные куски, очищают от наружного покрытия и нарезают ломтиками толщиной 2-3 мм (подготовку сыра производят не ранее, чем за 30-40 мин до отпуска и хранят его в холодильнике).

Ломтики хлеба равномерно намазывают маслом сливочным и укладывают на них подготовленный сыр.

На Сыр (порциями)
 Номер рецептуры: 15

Наименование сборника рецептов: Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. –с 86.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов							
	1 порция							
	Брутто г	Нетто, г	Брутто г	Нетто, г	Брутто г	Нетто, г	Брутто г	Нетто, г
Сыр неострых сортов (твердый, полутвердый, мягкий)	5,3	5	10,6	10	15,9	15	21,2	20
ВЫХОД:	5		10		15		20	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
5	1,16	1,48	0,00	18,20	44,00	1,75	25,00	0,05	0,00	0,04	13,00
10	2,32	2,95	0,00	36,40	88,00	3,50	50,00	0,10	0,00	0,07	26,00
15	3,48	4,43	0,00	54,60	132,0	5,25	75,00	0,15	0,01	0,11	39,00
20	4,64	5,90	0,00	72,80	176,0	7,00	100,0	0,20	0,01	0,14	52,00

Технология приготовления:

Сыр зачищают от корок, нарезают на порционные куски прямоугольной или иной формы.

Требования к качеству:

Внешний вид: сыр прямоугольной или треугольной формы

Консистенция: мягкая

Цвет: соответствует виду сыра, светло-желтый

Вкус: соответствует виду сыра, без горечи

Запах: свойственный свежему сыру

Технологическая карта №

На Омлет натуральный (сливочным маслом)

Номер рецептуры: 210

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Яйца	1 шт.	40	4 шт.	156,6
Молоко	15	15	55	55
Масло сливочное	2	2	5	5
ВЫХОД:	53/5		200/5	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
53/5	14,27	22,16	2,65	267,93	114,20	19,50	260,50	2,94	0,10	0,25	345,00
200/5	18,99	28,32	3,51	345,90	151,72	25,97	346,49	3,91	0,13	0,33	452,90

Технология приготовления:

Перед использованием яйцо подвергаются специальной обработке в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха, используя для этих целей промаркированные ванны и (или) емкости, возможно использование перфорированных емкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

I – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;

II – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;

III – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Подготовленные в соответствии с санитарными правилами яйца разбивают. В яичную смесь добавляют молоко или воду, соль. Смесь тщательно размешивают, выливают на порционную сковороду с растительным маслом слоем не более 2,5-3 см и запекают в течение 8-10 минут при температуре 180-200 °С до образования легкой румяной корочки.

Требования к качеству:

Внешний вид: аккуратно нарезанные порционные куски в виде ромбов или квадратов

Консистенция: однородная, сочная, нежная, пористая

Цвет: цвет корочки от румяного до золотистого, срез – от светло-кремового до кремового

Вкус: умеренно соленый, с привкусом молока и сливочного масла

Запах: свежих запеченных яиц, сливочного масла

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Хлеб пшеничный

Наименование сырья	брутто, гр	нетто, гр
Хлеб пшеничный	100	100
Выход		100

	100гр	50 гр
Белки (г):	8	4
Жиры (г):	0,8	0,4
Углеводы (г):	49	24,5
Эн. ценность (ккал)	235	112,5

Технология приготовления: Хлеб разрезать на порции

Технологическая карта №

На Масло сливочное (порциями)

Номер рецептуры: 14

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – с 86.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов							
	1 порция							
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Масло сливочное	5	5	10	10	15	15	20	20
ВЫХОД:	5		10		15		20	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
5	0,00	4,10	0,05	37,50	0,50	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	29,50
10	0,00	8,20	0,10	75,00	1,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	59,00
15	0,00	12,30	0,15	112,50	1,50	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	88,50
20	0,00	16,40	0,20	150,00	2,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	118,00

Технология приготовления:

Масло сливочное нарезают кусочками прямоугольной или другой формы.

Требования к качеству:

Внешний вид: ровные кусочки масла с гладкими краями

Консистенция: мягкая, не расплывшаяся

Цвет: соответствует виду масла, светло-желтый

Вкус: сладко-сливочный, без горечи

Запах: свежего масла

Технологическая карта №

На: **Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах**

№ рецептуры по сборнику: № 648, сб.шк.2004 г

Сборник технических нормативов. Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания изд.4, переизданное часть 2, Уфа-2018 ООО Фирма «Партнер»

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию	
	От 7 до 18 лет	
	брутто	нетто
Кисель плодово-ягодный	24,0	24,0
Сахар-песок	10,0	10,0
кислота лимонная	0,2	0,2
Вода	190,0	190,0
Выход	-	200

Технология приготовления

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

Требования к качеству

Внешний вид: стакан с прозрачной жидкостью, без пленки на поверхности.

Консистенция: однородная средней густоты, слегка желеобразная

Цвет: соответствует виду плодов и ягод

Вкус и запах: натурального плодового или ягодного сока, кисло-сладкий

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	белки	жиры	углеводы	Энергетич.ценность	Масса , г
От 7 до 18 лет	0,0	0,0	20,0	76	200

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B1 мг	B2 мг	C мг
От 7 до 18 лет	0,48	0,00	0,06	0,00	0,00	0,00

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №

Наименование кулинарного изделия (блюда): Фрукты свежие (яблоко, банан, груша)

Номер рецептуры: 338

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тютельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Яблоко	150	150	15	15
Груша	150	150	15	15
Банан	150	150	15	15
Выход:		150		15

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Яблоко свежее

Белки (г):	0,6
Жиры (г):	0,6
Углеводы (г):	14,7
Эн.ценность (ккал):	70,3

Ca (мг):	24
Mg (мг):	13,5
Fe (мг):	3,3
C (мг):	15

Груша свежая

Белки (г):	0,6
Жиры (г):	0,46
Углеводы (г):	14,7
Эн.ценность (ккал):	68,26

Ca (мг):	17,5
Mg (мг):	18
Fe (мг):	3,46
C (мг):	7,5

Банан свежий

Белки (г):	2,26
Жиры (г):	0,76
Углеводы (г):	28,5
Эн.ценность (ккал):	141,76

Ca (мг):	12
Mg (мг):	63
Fe (мг):	0,9
C (мг):	15

Технология приготовления.

Первично фрукты промывают в условиях заготовочного цеха (при наличии) проточной водой в ванне для обработки сырых овощей, при отсутствии заготовочного цеха, первичная обработка проводится проточной водой в ванне для обработки сырых овощей и фруктов в горячем цехе в зоне приготовления сырой продукции. Вторично фрукты промывают кипяченой водой в горячем цехе в моечной ванне для обработки готовой продукции. Подготовленные плоды подают на десертной тарелке или вазочке.

Требования к качеству.

Внешний вид: целые плоды уложены на десертную тарелку или вазочку.

Консистенция: соответствует виду плодов.

Цвет: соответствует виду плодов.

Вкус: соответствует виду плодов

Запах: соответствует виду плодов.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №

Наименование кулинарного изделия (блюда): Соки овощные, фруктовые, ягодные

Номер рецептуры: 389

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутьяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Сок томатный, морковный, сливовый, яблочный, абрикосовый, вишневый, виноградный	200	200	0.2	0.2
Выход		200		20

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	1
Жиры (г):	0
Углеводы (г):	20,2
Эн.ценность (ккал):	84,8

Белки (г):	2
Жиры (г):	0,2
Углеводы (г):	5,8
Эн.ценность (ккал):	33

Белки (г):	2,2
Жиры (г):	0,2
Углеводы (г):	25,2
Эн.ценность (ккал):	111,4

Белки (г):	0,6
Жиры (г):	0,2
Углеводы (г):	30,4
Эн.ценн-ть (ккал):	125,8

Белки (г):	1,0
Жиры (г):	0
Углеводы (г):	25,4
Эн.ценность (ккал):	105,6

Сок яблочный

Ca (мг):	14
Mg (мг):	10
Fe (мг):	2,8
C (мг):	4

Сок томатный

Ca (мг):	14
Mg (мг):	24
Fe (мг):	1
C (мг):	20

Сок морковный

Ca (мг):	38
Mg (мг):	14
Fe (мг):	1,2
C (мг):	6

Сок сливовый

Ca (мг):	20
Mg (мг):	14
Fe (мг):	0,6
C (мг):	8

Сок абрикосовый

Ca (мг):	40
Mg (мг):	20
Fe (мг):	0,4
C (мг):	8

Сок вишневый

Белки (г):	1,4
Жиры (г):	0,4
Углеводы (г):	22,8
Эн.ценность (ккал):	100,4

Ca (мг):	34
Mg (мг):	12
Fe (мг):	0,6
C (мг):	14,8

Белки (г):	0,6
Жиры (г):	0,4
Углеводы (г):	32,6
Эн.ценность (ккал):	136,4

Сок виноградный

Ca (мг):	40
Mg (мг):	14
Fe (мг):	0,8
C (мг):	4

Технология приготовления.

Сок, выпускаемый промышленностью, разливают в стаканы непосредственно перед отпуском

Требования к качеству:

Внешний вид: сок налит в стакан.

Консистенция: жидкая

Цвет: соответствует соку.

Вкус: соответствует соку.

Запах: соответствует соку.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Кофейный напиток**

Номер рецептуры: 379

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Кофейный напиток	5	5	0,5	0,5
Вода	120	120	12	12
Сахар	20	20	2	2
Молоко	100	100	10	10
Выход:		200		20

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	3,17
Жиры (г):	2,68
Углеводы (г):	15,9
Эн.ценность (ккал):	100,6

Ca (мг):	125,78
Mg (мг):	14
Fe (мг):	0,13
C (мг):	1,3

Технология приготовления.
В сваренный процеженный кофейный напиток добавляют горячее кипяченое молоко, сахар и доводят до кипения.

Требования к качеству.

Внешний вид: кофейный напиток налит в стакан или чашку.

Консистенция: жидкая.

Цвет: цвет светло-коричневый.

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

Запах: аромат кофейного напитка и кипяченого молока.

На Какао с молоком

Номер рецептуры: 382

Наименование сборника рецептур:

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех

образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

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

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки г	Жиры,г	Угле- воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
3,52	3,72	25,49	145,2	122,0	14,00	90,00	0,56	0,04	1,30	0,01

Технология приготовления:

Какао-порошок смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка и растирают однородную массу, затем при непрерывном помешивании вливают горячее молоко, остальной кипяток доводят до кипения.

Можно приготавливать какао на молоке сгущенном, при этом соотношение свежего молока сгущенному составляет 1 : 0,38, а закладку сахара уменьшают на 15% (17 г).

Требования к качеству:

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

Консистенция: жидкая

Цвет: светло-шоколадный

Вкус: сладкий, с выраженным привкусом какао и кипяченого молока

Запах: аромат какао и кипяченого молока

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №

Наименование кулинарного изделия (блюда): чай с молоком

Номер рецептуры: 375, 378

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 6-10 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Чай высшего или 1-го сорта	0,5	0,5	0,05	0,05
Вода	55	55	5,5	5,5
Чай-заварка		50		5,0
Сахар	16	16	1,6	1,6
Молоко	130	130	13,0	13,0
Вода	4	4	0,4	0,4
Выход с сахаром		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 6-10 лет)

Белки (г):	3,74	Ca (мг):	158,95
Жиры (г):	4,19	Mg (мг):	20,4
Углеводы (г):	22,11	Fe (мг):	0,54
Эн. ценность (ккал)	140	C (мг):	1,74

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети с 11 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Чай высшего или 1-го сорта	0,5	0,5	0,05	0,05
Вода	55	55	5,5	5,5
Чай-заварка		50		5,0
Сахар	18	18	1,8	1,8
Молоко	130	130	13,0	13,0
Вода	2	2	0,2	0,2
Выход с сахаром		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (дети с 11 лет и старше)

Белки (г):	3,74	Ca (мг):	159,01
Жиры (г):	4,19	Mg (мг):	20,4
Углеводы (г):	24,10	Fe (мг):	0,54
Эн. ценность (ккал)	148	C (мг):	1,74

Технология приготовления

К приготовленному чаю с сахаром добавляют горячее кипяченое молоко.

Температура подачи не ниже 75° С.

Требования к качеству

Внешний вид: жидкость - серовато-белого цвета, налита в стакан.

Консистенция: жидкая.

Цвет: серовато-белый.

Вкус: сладкий, с привкусом молока или сливок.

Запах: свойственный молоку и чаю или сливкам и чаю.

Технологическая карта №

На **Чай с сахаром**

Номер рецептуры: № 376

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Чай высшего или 1-го сорта	1	1
Сахар	15	15
ВЫХОД:	200	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки г	Жирыг	Угле- воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
0,20	0,00	14,00	28,00	6,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00

Технология приготовления:

Емкость для заварки ополаскивают кипятком, насыпают сухой чай на определенное количество порций, заливают кипятком примерно на 1-3 объема емкости, настаивают 5-10 минут, накрыв крышкой, после чего процеживают, добавляют сахар и доливают кипятком до требуемого объема.

Кипятить заваренный чай или длительно хранить его на плите нельзя, так как вкус и аромат чая ухудшаются. Не следует смешивать сухой чай с заваренным.

Температура подачи 75°C.

Требования к качеству:

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

Консистенция: жидкая

Цвет: золотисто-коричневый

Вкус: сладкий, чуть терпкий

Запах: соответственный чаю

Технологическая карта №

На Компот из сухофруктов

Номер рецептуры: 349

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Смесь сухофруктов	20	20
Вода	200	200
Сахар	20	20
Кислота лимонная	0,2	0,2
ВЫХОД:	200	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
0,04	0,00	24,76	94,20	6,40	0,00	3,6	0,18	0,01	1,08	0,00

Технология приготовления:

Подготовленные сухофрукты заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, добавляют лимонную кислоту и варят до готовности.
Компот варят заранее, чтобы он настоялся.

Требования к качеству:

Внешний вид: плоды или ягоды не переваренные, уложенные в стакан или креманку и залиты полученным при варке компота прозрачным отваром
Консистенция: отвара – жидкая, с наличием хорошо проваренных фруктов
Цвет: от светло-коричневого до темно-коричневого, в зависимости от набора сухофруктов
Вкус: приятный, сладкий или кисло-сладкий, соответствует виду плодов или ягод
Запах: аромат использованных плодов и ягод

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 342

Наименование кулинарного изделия (блюда): Компот из свежих плодов

Номер рецептуры: 342

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Яблоки или айва	45,4	40	4,54	4
Или груши	44,4	40	4,44	4
Вода	172	172	17,2	17,2
Сахар-песок	24	24	2,4	2,4
Кислота лимонная	0,2	0,2	0,02	0,02
Выход		200		20

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Компот из свежих яблок

Белки (г):	0,16
Жиры (г):	0,16
Углеводы (г):	27,88
Эн.ценность (ккал):	114,6

Ca (мг):	14,18
Mg (мг):	5,14
Fe (мг):	0,95
C (мг):	0,9

Компот из свежей айвы

Белки (г):	0,24
Жиры (г):	0,2
Углеводы (г):	27,8
Эн.ценность (ккал):	115

Ca (мг):	16,98
Mg (мг):	7,14
Fe (мг):	1,27
C (мг):	4,14

Компот из свежих груш

Белки (г):	0,16
Жиры (г):	0,12
Углеводы (г):	28,08
Эн.ценность (ккал):	114,6

Ca (мг):	15,38
Mg (мг):	6,34
Fe (мг):	0,99
C (мг):	0,9

Технология приготовления.

Яблоки, груши или айву моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Чтобы плоды не темнели, их погружают до варки в холодную воду, слегка подкисленную лимонной кислотой.

Сироп готовят следующим образом: в горячей воде растворяют сахар, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения, проваривают 10-12 мин и процеживают. В подготовленный горячий сироп погружают плоды. Яблоки и груши варят на слабом огне не более 6-8 мин. Быстроразваривающиеся сорта яблок (антоновские и др.) и очень спелые груши не варят, а кладут в кипящий сироп, прекращают нагрев и оставляют в сиропе до охлаждения.

Требования к качеству.

Внешний вид: сироп- прозрачный, у яблок и груш удалены сердцевинки и плодоножки, плоды нарезаны дольками.