

Утверждаю
 Директор МБОУ Лысогорской СОШ

И.Н. Карпова

Технологическая карта кулинарного блюда №

Наименование кулинарного изделия (блюда):

КАША РАССЫПЧАТАЯ

Номер рецептуры: 679

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий

для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:

А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.:

А.С.К., 2005, с. 315

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	1 порция					
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
КРУПА гречневая	60,6	60,6	72,2	72,2	80,8	80,8
*** или ячневая	48,5	48,5	58,2	58,2	64,6	64,6
*** или пшеничная	58,2	58,2	51,8	51,8	77,6	77,6
***или пшено						
Масло сливочное	5,3	5,3	6,3	6,3	7	7
ВЫХОД:	150		180		200	

Химический состав данного блюда

Блюдо	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Энерг. ценность ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
гречневая											
150	7,46	5,61	35,84	230,45	12,98	67,50	208,5	3,95	0,18	0,00	0,02
180	8,95	6,73	43,00	276,53	15,57	81,00	250,2	4,73	0,22	0,00	0,02
200	9,94	7,48	47,78	307,26	17,30	90,00	278,0	5,26	0,24	0,00	0,02
ячневая											
150	4,79	4,26	30,83	187,02	39,14	0,02	168,0	0,83	0,09	0,00	0,02
180	5,74	5,11	36,99	224,42	46,96	0,02	201,6	0,99	0,11	0,00	0,02
200	6,38	5,68	41,10	249,36	52,18	0,02	224,0	1,10	0,12	0,00	0,02
пшеничная											
150	6,60	4,38	35,27	213,71	1,22	0,03	162,0	2,43	0,11	0,00	0,02
180	7,92	5,26	42,32	256,45	1,46	0,04	194,4	2,92	0,13	0,00	0,02
200	8,80	5,84	47,02	284,94	1,62	0,04	216,0	3,24	0,14	0,00	0,02
пшеничная											
150	6,60	5,72	37,88	229,50	16,64	47,34	134,43	1,55	0,17	0,00	21,00
180	7,92	6,86	45,45	275,40	19,96	56,81	161,32	1,85	0,20	0,00	25,20
200	8,80	7,62	50,50	306,00	22,18	63,12	179,24	2,06	0,22	0,00	28,00

Технология приготовления:

Крупы засыпают в кипящую воду, добавляют соль и варят, периодически помешивая до тех пор, пока каша не загустеет. Посуду плотно закрывают крышкой и оставляют на плите с умеренным нагревом для упревания каши до готовности. При отпуске кашу поливают растопленным прокипяченным сливочным маслом.

Требования к качеству:

Внешний вид: зерна крупы целые, хорошо разваренные, хорошо отделяются друг от друга

Консистенция: мягкая, рассыпчатая

Цвет: каши гречневой – от светло-коричневого до коричневого, ячневой – сероватый, пшеничной – желтовато-серый

Вкус: умеренно соленый

Запах: каши из данного вида крупы с маслом

Утверждаю
Директор МБОУ Лысогорской СОШ

И.Н. Карпова

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): СОСИСКИ (САРДЕЛЬКИ) ОТВАРНЫЕ

Номер рецептуры: 536

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий
для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:
А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.:
А.С.К., 2005

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Сосиски или сардельки	81,6	80	102	100
ВЫХОД:	80		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
80	8,32	16,00	16,96	179,20	19,20	16,00	127,20	1,44	0,03	0,00	0,00
100	10,40	20,00	21,20	224,00	24,00	20,00	159,00	1,80	0,04	0,00	0,00

Технология приготовления:

Искусственную оболочку с сосисок предварительно снимают, затем кладут в кипящую подсоленную воду, доводят до кипения и варят при слабом кипении 3-5 минут. При отпуске гарнируют и поливают соусом или жиром.

Гарниры – каши рассыпчатые, каши вязкие, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром, капуста тушеная.

Требования к качеству:

Внешний вид: свежeproгретые целые колбасные изделия

Консистенция: колбасные изделия упругие, плотные, сочные

Цвет: светло-розовый

Вкус: в меру соленый, мясной

Запах: колбасных изделий

Утверждаю
Директор МБОУ Лысогорской СОШ

И.Н. Карпова



Чай с лимоном

Наименование блюда: **Чай с лимоном**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 377

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Могильный М.П. 2011 г.в.**

Рецептура (раскладка продуктов)

на 1 порцию блюда

на 100 порций блюда

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Чай-заварка №863	-	50	-	5,0
Вода	150	150	15,0	15,0
Сахарный песок	15	15	1,5	1,5
Лимоны	8	7	0,8	0,7
Выход:		200		20,0

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя	Содержание питательных веществ на 1 порцию блюда
Белки, г	0,13
Жиры, г	0,02
Углеводы, г	15,2
Калорийность, ккал	62
В1, мг	-
В2, мг	-
С, мг	2,83
Са, мг	14,2
Fe, мг	0,36
Mg, мг	2,4

Технологическая карта приготовления блюда:

Технология приготовления

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

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

Утверждаю
Директор МБОУ Лысогорской СОШ

И.Н. Карпова

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ

Номер рецептуры: 81

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий
для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:
А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. –
К.: А.С.К., 2005, с. 31

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Капуста квашеная	115,7	81
Лук репчатый	11,9	10
Сахар	5	5
Масло растительное	5	5
ВЫХОД:	-	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
100	1,58	4,99	7,66	83,20	41,60	14,2	30,60	0,58	0,02	25,00	0,00

Технология приготовления:

Квашеную капусту перебирают, отжимают, измельчают. Очень кислую капусту промывают охлажденной кипяченой водой, откидывают на сито.

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

Температура подачи не ниже +15 °С.

Требования к качеству:

Салат уложен горкой, нарезка капусты мелкая, произвольная, лука - тонкими мелкими ломтиками. Капуста хрустящая. Вкус кисловатый, в меру соленый.

Утверждаю

Директор МБОУ Лысогорской СОШ

И.Н. Карпова

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №

Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦЕВ
С ЛУКОМ

Номер рецептуры: 17

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов
блюд и кулинарных изделий для предприятий питания
при общеобразовательных школах /
Под ред. В.Т.Лапшиной. –
М.: Хлебпродинформ, 2004, с. 91, с. 79

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Помидоры соленые	60,6	48,6	101	81
или огурцы соленые	60,8	48,6	102	81
Лук репчатый	10,8	9	18	15
или лук зеленый	11,4	9	19	15
Масло растительное	3	3	5	5
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	0,52	3,07	1,57	35,88	13,97	8,06	16,94	0,37	0,01	3,33	0,00
100	0,86	5,11	2,61	59,80	23,28	13,44	28,24	0,61	0,02	5,55	0,00

Технология приготовления:

Подготовленные помидоры нарезают тонкими ломтиками. Лук репчатый очищают, промывают, мелко шинкуют, бланшируют. Зеленый лук очищают, моют, мелко шинкуют. Помидоры и лук перемешивают, заправляют растительным маслом.

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

Температура подачи не ниже +15 °С.

Требования к качеству:

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

Консистенция: хрустящая, сочная

Цвет: соответствует помидорам

Вкус: свойственный соленым помидорам, луку и растительному маслу; в меру соленый

Запах: продуктов, входящих в блюдо

Утверждаю

Директор МБОУ Лысогорская СОШ

И.Н. Карпова

«___» 20__ г



Чай с сахаром №

Наименование блюда: **Чай с сахаром**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 376

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Могилёвский М.П. 2011 г.в.**

Рецептура (раскладка продуктов)

на 1 порцию блюда

на 100 порций блюда

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Чай-заварка №375	50	50	5,0	50
Вода	150	150	15,0	15,0
Сахарный песок	15	15	1,5	1,5
Выход:		200		20,0

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя	Содержание питательных веществ на 1 порцию блюда
Белки, г	0,07
Жиры, г	0,02
Углеводы, г	15,0
Калорийность, ккал	60
В1, мг	-
В2, мг	-
С, мг	0,3
Са, мг	11,1
Fe, мг	0,28
Mg, мг	1,4

Технологическая карта приготовления блюда:

Технология приготовления

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



Технологическая карта кулинарного блюда № 56

Наименование кулинарного изделия (блюда): ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ
 Номер рецептуры: 694
 Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – М.: А.С.К., 2005

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	1 порция					
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель	171	127,5	205,2	153	228	170
Молоко	23,7	23,7	28,4	28,4	31,6	31
Масло сливочное	5,3	5,3	6,3	6,3	7	7
ВЫХОД:	150		180		200	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
150	3,15	7,95	22,05	112,50
180	3,78	9,54	26,46	135,00
200	4,20	10,60	29,40	150,00

Технология приготовления:

Картофель очищают, кладут в кипящую подсоленную воду (0,6-0,7 л воды на 1 кг картофеля). Уровень воды должен быть на 1-1,5 см выше уровня картофеля. Соль используют из расчета 10 г на 1 л воды.

Когда картофель сварится, сливают воду, картофель протирают через протирочную машину. В горячий протертый картофель добавляют, непрерывно помешивая, в 2-3 приема горячее кипяченое молоко и прокипяченное сливочное масло. Смесь взбивают до получения пышной однородной массы.

Требования к качеству:

- Внешний вид:* протертая картофельная масса
- Консистенция:* густая, пышная, однородная масса, без комочков непротертого картофеля
- Цвет:* белый с кремовым оттенком без темных включений.
- Вкус:* слегка соленый, нежный, с ароматом молока и масла
- Запах:* свежеприготовленного картофельного пюре, кипяченого молока и сливочного масла

Директор МБОУ Лысогорской СОШ

И.Н. Карпова



Наименование блюда: **Макароны отварные**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 203

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Могильный М.П. 2011 г.в.**

Рецептура (раскладка продуктов)

на 1 порцию блюда

на 100 порций блюда

Продукт (полуфабрикат)	7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18
	Брутто, г		Нетто, г		Брутто, кг		Нетто, кг	
Макаронные изделия	53	70	53	70	0,53	0,70	0,53	0,70
Сливочное масло	7	9	7	9	0,7	0,9	0,7	0,9
Выход:			150	200			15,0	20,0

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя	Содержание питательных веществ на 1 порцию блюда	
	7-11	12-18
Белки, г	5,6	7,4
Жиры, г	4,51	6,0
Углеводы, г	26,47	35,3
Калорийность, ккал	168,6	224,8
В1, мг	0,05	0,06
В2, мг	0,015	0,02
С, мг	-	-
Са, мг	4,86	6,48
Fe, мг	1,1	1,46
Mg, мг	8,62	11,49

Технологическая карта приготовления блюда:

Технология приготовления

Макаронные изделия (макароны, лапшу, вермишель и др.) варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 50 г соли). Макароны варят 20-30 мин, лапшу - 20-25 мин, вермишель - 10-12 мин. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывая воду, в результате чего масса их увеличивается примерно в 3 раза, в зависимости от сорта.



Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №

Наименование кулинарного изделия (блюда): **КАША ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ И САХАРОМ, МОЛОЧНАЯ**

Номер рецептуры: 168

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010, с.193

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	I порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа манная	33,3	33,3	44,4	44,4
Вода или молоко	123	123	164	164
***или рисовая	33,3	33,3	44,4	44,4
Вода или молоко	123	123	164	164
***или гречневая	37,5	37,5	50	50
Вода или молоко	120	120	160	160
Сахар	5	5	5	5
Масло сливочное	5	5	5	5
ВЫХОД:	160		210	

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	
Манная												
160	3,40	3,96	27,83	161,00	8,60	5,90	29,40	0,36	0,03	0,00	20,00	
210	4,52	4,07	35,46	197,00	10,70	7,90	38,60	0,47	0,04	0,00	20,00	
Рисовая												
160	2,32	3,96	28,97	161,00	4,70	16,40	50,60	0,36	0,02	0,00	20,00	
210	3,09	4,07	36,98	197,00	5,90	21,80	67,00	0,47	0,03	0,00	20,00	
Гречневая												
160	4,67	4,86	25,83	166,00	9,40	73,50	111,1	2,49	0,11	0,00	20,00	
210	6,21	5,28	32,79	203,00	12,20	98,10	147,7	3,32	0,15	0,00	20,00	

Технология приготовления:

Вязкие каши готовят на воде, молоке или молоке с добавлением воды. Из 1 кг. Крупы получается от 4 до 5 кг каши. Подготовленные крупы всыпают в кипящую жидкость, добавляют соль, сахар и варят периодически помешивая до тех пор, пока каша не загустеет. В конце приготовления добавляют сахар, прокипяченное сливочное масло.

Требования к качеству:



Технологическая карта кулинарного блюда № 28

Наименование кулинарного изделия (блюда): **ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА со сгущенным молоком**

Номер рецептуры: 469

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Творог	141	140	152	150
Крупа манная	10	10	10,8	10,8
или мука пшеничная	12	12	12,8	12,8
Сахар	10	10	10,8	10,8
Яйца	1/10 шт	4	4,5	4,3
Масло сливочное	5	5	5,4	5,4
Сухари	5	5	5,4	5,4
Сметана	5	5	5,4	5,4
Сгущенное молоко	20	20	40	40
ВЫХОД:	150/20		160/40	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
150/20	27,84	8,00	32,40	279,60
160/40	32,57	9,36	37,91	327,13

Технология приготовления:

Протертый творог смешивают с мукой или предварительно заваренной в воде (10 мл на порцию) и охлажденной манной крупой, подготовленными в соответствии с требованиями СанПиНа яйцами, сахаром и солью. Подготовленную массу выкладывают слоем 3-4 см на смазанные жиром и посыпанные сухарями противень или форму. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной. Запекают в жарочном шкафу 20-30 минут при температуре 220-280 °С. При отпуске нарезанную запеканку поливают сахарным сиропом или прокипяченным сливочным маслом.

Требования к качеству:

- Внешний вид:* порционные кусочки, сохранена форма, поверхность без трещин
- Консистенция:* однородная, нежная, мягкая
- Цвет:* корочки – золотисто-желтый, на разрезе – белый, соуса – светло-коричневый
- Вкус:* умеренно сладкий, с привкусом творога и продуктов, входящих в блюдо
- Запах:* творога, продуктов, входящих в блюдо



Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №

Наименование кулинарного изделия (блюда): ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (запеченный)

Номер рецептуры: 467

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий

для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:

А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.:

А.С.К., 2005, с. 199

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	I порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Творог	125,7	123	152	150
Крупа манная	12	12	15	15
Сахар	12	12	15	15
Яйца	1/5 шт	8	¼ шт.	10
Изюм	16,3	15	20,4	20
Масло сливочное	4	4	5	5
Сухари	4	4	5	5
Сметана	4	4	5	5
ВЫХОД:	160		200	

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	B1	C	A
160	22,24	15,36	32,16	179,20	104,00	32,42	291,57	0,72	0,05	0,2	65,26
200	27,80	19,20	10,20	224,00	130,00	45,53	371,96	1,24	0,09	0,48	134,55

Технология приготовления:

В протертый творог добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, манную крупу. Все перемешивают. Белки взбивают и, осторожно помешивая, сверху вниз вводят в массу, выкладывают ее слоем 3 см в противни или формы, смазанные маслом. Поверхность смазывают сметаной с сахаром.

Запекают в жарочном шкафу 20-30 минут при температуре 220-280 °С. Готовность проверяют по изменению плотности. Если творог сухой, в массу добавляют молоко (20 г на выход), соответственно увеличивая или уменьшая закладку творога. Отпускают блюдо с прокипяченной сметаной, повидлом или прокипяченным сливочным маслом.

Требования к качеству:

Внешний вид: сохранена форма, поверхность без трещин

Консистенция: нежная, пышная

Цвет: светло-коричневый, золотистый, на разрезе – белый

Вкус: умеренно сладкий

Запах: творога и продуктов, входящих в блюдо



Утверждаю
Директор МБОУ Лысогорской СОШ

И.Н. Карпова

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): ГУЛЯШ

Номер рецептуры: 591

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий
для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:
А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.:
А.С.К., 2005, с.268

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина	139	102,6	158	116,5
Масло растительное	5	5	5	5
Лук репчатый	18	15	18	15
Томатное пюре	12	12	12	12
Мука пшеничная	4	4	4	4
ВЫХОД:	80/75		100/75	

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
80/75	19,72	17,89	4,76	168,20	24,36	26,01	194,69	2,32	0,17	1,28	0,00
100/75	23,80	19,52	5,74	203,00	29,40	31,39	234,98	2,80	0,21	1,54	0,00

Технология приготовления:

Нарезанное кубиками по 20-30 г и обжаренное мясо заливают бульоном или водой и тушат с добавлением пассерованного томатного пюре в закрытой посуде около часа.

На бульоне, оставшемся после тушения, готовят соус, добавляя в него пассерованный лук, соль, заливают им мясо и тушат еще 25-30 мин. За 5-10 мин до готовности кладут лавровый лист. Гуляш можно готовить со сметаной (15-20 г на порцию).

Гарниры — каши рассыпчатые, рис отварной, макаронные изделия отварные, пюре картофельное, овощи отварные с жиром, овощи, припущенные с жиром, капуста тушеная, свекла тушеная.

Требования к качеству:

Цвет мяса от светло-коричневого до коричневого. Овощи должны быть мягкими, но не разварившимися, форма нарезки сохранена. Не допускается подгоревшее мясо и кислый вкус соуса. Вкус и аромат, свойственный входящим в рецептуру продуктам.

Утверждаю
Директор МБОУ Лысогорской СОШ

И.Н. Карпова

Технологическая карта

Наименование кулинарного изделия (блюда): **БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ**

Номер рецептуры: № 3

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 бутерброд с маслом и сыром, 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			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	нетто, кг.
Сыр	20	19	2,0	1,9
Масло сливочное	20	20	2,0	2,0
Хлеб	30	30	3,0	3,0
Выход	70		7,0	

4. Химический состав, витамины и микроэлементы

В 50 граммах данного блюда содержится											
Пищевые вещества г.						Минеральные вещества мг.					
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe					
13,78	12,64	60,11	215,99	42,91	217,0	1,74					
Витамины											
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг.	H, мкг.	PP, мг.
0,15	0,17	0,44	-	0,42	34,28	-	-	0,02	5,45	8,57	4,29

Энергетическая ценность (ккал) на 50 гр. данного блюда: 394,35

5. Технологический процесс

Хлеб пшеничный 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, укладывают на них подготовленный сыр.

6. Требования к оформлению, реализации и хранению

Срок реализации – в течение одного часа с момента приготовления. Срок годности согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 – 1 час с момента приготовления.

6.1. Органолептические показатели качества:

Внешний вид — хлеб нарезанный ломтиками, смазанный равномерно слоем сливочного масла, а сверху ломтик сыра

Цвет — характерный для рецептурных компонентов.

Вкус и запах — приятный запах свежих продуктов, вкус характерный для рецептурных компонентов, без посторонних привкусов и запахов.



Технологическая карта №

Наименование кулинарного изделия (блюда): **БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ**

Номер рецептуры: № 2

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 бутерброд с повидлом, вырабатываемый МКП «Комбинат питания здоровое детство» и реализуемый в общеобразовательных учреждениях.

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			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	нетто, кг.
Повидло	20,2	20,0	2,02	2,0
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Хлеб	30	30	3,0	3,0
Выход	55		5,5	

4. Химический состав, витамины и микроэлементы

В 55 граммах данного блюда содержится											
Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.								
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe					
13,78	12,64	60,11	215,99	42,91	217,0	1,74					
Витамины											
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг.	H, мкг.	PP, мг.
0,15	0,17	0,44	-	0,42	34,28	-	-	0,02	5,45	8,57	4,29

Энергетическая ценность (ккал) на 55 гр. данного блюда: 394,35

5. Технологический процесс

Хлеб пшеничный нарезают ломтиками толщиной 1,0 -1,5 см. ломтики хлеба равномерно намазывают маслом сливочным, а затем повидлом.

6. Требования к оформлению, реализации и хранению

Срок реализации – в течение одного часа с момента приготовления. Срок годности согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 – 1 час с момента приготовления.

6.1. Органолептические показатели качества:

Внешний вид — хлеб нарезанный ломтиками, смазанный равномерно первым слоем сливочного масла, а затем слоем повидла.

Цвет — характерный для рецептурных компонентов.

Вкус и запах — приятный запах свежих продуктов, вкус характерный для рецептурных компонентов, без посторонних привкусов и запахов.



Технологическая карта кулинарного блюда №

Наименование кулинарного изделия (блюда): ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ

Номер рецептуры: 847

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Яблоки или груши, или абрикосы, сливы, апельсины	100	100
ВЫХОД:	100	

Химический состав данного блюда

Блюдо	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Яблоки	0,40	0,40	9,80	47,00
Груши	0,40	0,30	10,30	47,00
Сливы	0,80	0,30	57,50	49,00

Технология приготовления:

Плоды или ягоды свежие перед отпуском перебирают, моют, удаляют плодоножки, сорные примеси, тщательно промывают проточной питьевой водой.

Требования к качеству:

Плоды и ягоды свежие, без сорных примесей, вкус и запах соответствует виду продукта. Не допускается затхлый запах и прогорклый привкус.



Технологическая карта №

Наименование кулинарного изделия (блюда): **РИС ОТВАРНОЙ**

Номер рецептуры: № 304

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

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. Рецепттура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	нетто, кг.
Рис	36,0	36,0	3,60	3,60
Масло сливочное	4,5	4,5	0,45	0,45
Соль	5,0	5,0	0,5	0,5
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					
5,82	9,74	50,0	93,84	76,81	261,39	2,39					
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.
0,09	0,39	0,08	-	0,39	27,69	-	-	0,01	1,0	9,49	3,01

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 298,47

5. Технологический процесс

Рис перебирают, промывают. Подготовленный рис кладут в кипящую подсоленную 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. После стекания воды рис кладут в посуду, заправляют прокипяченным сливочным маслом, перемешивают и прогревают.

6. Требования к оформлению, реализации и хранению

Подают рис на гарнир, а также для приготовления фаршей. 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 — рис не разварен, консистенция не слипшаяся.

Цвет — характерный для рецептурных компонентов.

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



Утверждаю
Директор МБОУ Лысогорской СОШ

И.Н. Карпова

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА

Номер рецептуры: 10

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010, с.89

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Зеленый горошек консервированный	146,2	95
Масло растительное	5	5
Лук репчатый	13,5	11
ВЫХОД:	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
100	2,98	5,19	6,25	83,60	21,45	20,80	59,95	0,68	0,11	11,00	0,68

Технология приготовления:

Консервированный горошек прогревают в собственном соку, затем отвар сливают.

Лук репчатый мелко рубят, ошпаривают кипятком.

Компоненты смешивают, заправляют растительным маслом.

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

Температура подачи не ниже +15 °С.

Требования к качеству:

Внешний вид: горошек сохранил форму, салат заправлен маслом и луком

Консистенция: сочная, плотная

Цвет: соответствует сорту горошка

Вкус: умеренно соленый, растительного масла и консервированного горошка, лука

Запах: свойственный входящим в рецептуру продуктам



Утверждаю

Директор МБОУ Лысогорской СОШ

И.Н. Карпова

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ
(КОНСЕРВИРОВАННОЙ)

Номер рецептуры: 12

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов
блюд и кулинарных изделий для питания детей
дошкольных образовательных учреждений / Под ред.
М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. –
М.: ДеЛи принт, 2010, с.90

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Кукуруза консервированная	79,7	55,8*	132,9	93*
Сахар	1,2	1,2	2	2
Масло растительное	3,6	3,6	6	6
	60		100	

*Масса прогретой кукурузы

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
Выход 60 г										
1,73	3,71	4,82	59,58	11,20	11,72	3,47	0,40	0,06	5,58	0,00
Выход 100 г										
2,88	6,18	8,04	99,30	18,66	19,53	5,78	0,66	0,10	9,30	0,00

Технология приготовления:

Консервированную кукурузу прогревают в собственном соку, затем отвар сливают, заправляют сахаром и растительным маслом.

Требования к качеству:

Внешний вид: кукуруза сохранила форму

Консистенция: сочная, плотная

Цвет: свойственный консервированной кукурузе

Запах: консервированной кукурузы с растительным маслом

Вкус: умеренно сладкий.

Утверждаю
Директор МБОУ Лысогорской СОШ
И.Н. Карпова

Технологическая карта кулинарного блюда №

Наименование кулинарного изделия (блюда): КОНСЕРВЫ ОВОЩНЫЕ ЗАКУСОЧНЫЕ
(порциями)

Номер рецептуры: 50

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий
для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:
А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.:
А.С.К., 2005

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	1 порция					
	Брут- то, г	Нетто, г	Брут- то, г	Нетто, г	Брут- то, г	Нетто, г
Икра кабачковая	65	60	75	70	106	100
или зеленый горошек	92,3	60	107,6	70	153,8	100
ВЫХОД:	60		70		100	

Химический состав данного блюда

Икра кабачковая

Выход, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
60	1,20	5,40	5,10	73,20
70	1,40	6,30	5,95	85,40
100	2,00	9,00	8,50	122,00

Зеленый горошек консервированный

Выход, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
60	1,86	0,12	3,90	24,00
70	2,17	0,14	4,55	28,00
100	3,10	0,20	6,50	40,00

Технология приготовления:

Банки с икрой кабачковой промывают проточной водой, протирают ветошью, открывают и икру прогревают перед раздачей.

Банки с консервированным зеленым горошком промывают проточной водой, протирают ветошью. Затем открывают, выливают вместе с жидкостью в сотейник или кастрюлю, доводят до кипения, кипятят в течение 5 минут, откидывают на дуршлаг. После остывания подают к блюдам.

Требования к качеству:

Икры кабачковой: консистенция густой сметаны, не допускается жидкая консистенция. Цвет от светлого до темного желто-оранжевого. Вкус и запах кабачков, растительного масла и специй. Не допускается затхлый запах, а также темно-оранжевый цвет продукта.

Зеленого горошка: цвет зеленый, консистенция рассыпчатая, горошинки не разварены, сохранившие форму.

Утверждаю
Директор МБОУ Лысогорской СОШ

И.Н. Карпова



Технологическая карта кулинарного блюда №

Наименование кулинарного изделия (блюда): ЧАЙ С МОЛОКОМ

Номер рецептуры: 945

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 398

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Чай высшего или 1-го сорта	0,8	0,8
Сахар	15	15
Молоко	150	150
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
1,40	1,60	16,40	86,00	33,00	10,50	67,50	0,40	0,02	0,00	0,08

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, горячее кипяченое молоко 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.

Можно приготавливать чай на молоке сгущенном, при этом соотношение свежего молока к сгущенному составляет 1 : 0,38, а закладку сахара уменьшают на 15% (12,8 г).

Температура подачи 75°C.

Требования к качеству:

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

Консистенция: жидкая

Цвет: серовато-белый

Вкус: сладкий, чуть терпкий, с привкусом молока

Запах: соответственный чаю с молоком

Утверждаю

Директор МБОУ Лысогорской СОШ

И.Н. Карпова

Наименование блюда: Макароны отварные с сыром

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 202

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Могильный М.П. 2011 г.в.

Рецептура (раскладка продуктов)

на 1 порцию блюда

на 100 порций блюда

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г		Нетто, г		Брутто, кг		Нетто, кг	
	7-11	11-18	7-11	11-18	7-11	11-18	7-11	11-18
Масса отварных макарон № 202	-	-	100	160	-	-	10.0	16.0
Масло сливочное	5	8	5	8	0.5	0.8	0.5	0.8
Сыр	22	35.2	20	32	2.2	3.52	2.0	3.2
Выход:	-	-	125	200	-	-	12.5	20.0

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя	Содержание питательных веществ на 1 порцию блюда	
Белки, г	8.46	13.5
Жиры, г	9.95	15.92
Углеводы, г	21.32	34.1
Калорийность, ккал	209	334.4
В1, мг	0.05	0.08
В2, мг	0.08	0.128
С, мг	0.14	0.224
Са, мг	184.5	295.2
Fe, мг	0.77	1.23
Mg, мг	12.7	14.5

Технологическая карта приготовления блюда:

Технология приготовления: Макароны отваривают (рец. №202), заправляют маслом, посыпают тертым сыром непосредственно перед подачей.

Утверждаю
 Директор МБОУ Лысогорской СОШ

И.Н. Карпова

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ

Номер рецептуры: 259

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	Брутто, г	Нетто, г
Говядина	75	55	139	126,4
Картофель молодой до 1 сент.	100	80	160	128
***с 1 сентября по 31 октября	106,7	80	170,7	128
***с 1 ноября до 31 декабря	114,3	80	183	128
***с 1 января по 28-29 февраля	123,1	80	197	128
***с 1 марта	133,3	80	213,3	128
Лук репчатый	12	10	19,2	16
Масло растительное	4	4	6,4	6,4
Томатное пюре	5	5	8	8
ВЫХОД:	35/100		80/160	

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
35/100	17,21	4,67	13,72	165,63	19,44	41,06	210,63	2,52	0,13	5,61	15,00
80/160	27,53	7,47	21,95	265,00	31,10	65,70	337,00	4,03	0,21	8,97	24,00

Технология приготовления:

Мясо нарезают по 2-4 куска на порцию массой по 30-40 г, картофель и лук — дольками, затем мясо и овощи обжаривают по отдельности.

Обжаренное мясо и овощи кладут в посуду слоями, чтобы снизу и сверху мяса были овощи, добавляют томатное пюре, соль и бульон (продукты должны быть только покрыты жидкостью), закрывают крышкой и тушат до готовности. За 5-10 мин до окончания тушения кладут лавровый лист. Отпускают жаркое вместе с бульоном и гарниром. Блюдо можно готовить без томатного пюре.

Требования к качеству:

Внешний вид: небольшие порционные куски мяса политы соусом

Консистенция: мяса – сочная, мягкая. Овощи должны быть мягкими, но не разварившимися, форма нарезки сохранена

Цвет: мяса от светло-коричневого до коричневого

Вкус: в меру соленый, мясной

Запах: свойственный входящим в рецептуру продуктам



Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): **РЫБА ТУШЕНАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ С ОВОЩАМИ**

Номер рецептуры: 486

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 213

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Рыба свежемороженая (минтай, треска, пикша)	118	91	190	146,5
Вода или бульон	27	27	27	27
Морковь до 1 января	34	27	34	27
***с 1 января	36	27	36	27
Лук репчатый	15	13	15	13
Томатное пюре	15	15	15	15
Масло растительное	8	8	8	8
Лимонная кислота	2	2	2	2
Сахар	4	4	4	4
ВЫХОД:	75/75		120/75	

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
75/75	13,87	7,85	6,53	150,00	52,11	59,77	238,46	0,96	0,10	3,35	0,01
120/75	18,03	10,21	8,49	195,00	67,74	77,70	310,00	1,25	0,13	4,36	0,01

Технология приготовления:

Порционные куски рыбы укладывают в посуду, сверху укладывают нашинкованные овощи, заливают водой, добавляют масло растительное, томат, уксус, сахар, соль, закрывают крышкой, тушат до готовности, добавляют лавровый лист, перец горошком.

Требования к качеству:

Внешний вид: неоднородная масса с запахом рыбы и тушеных овощей
Консистенция: нежная, мягкая

Цвет: от светло-красного до темно-красного

Вкус: в меру соленый, сочный, не допускают привкусы, не свойственные рыбе и входящим в рецептуру овощам

Запах: продуктов, входящих в блюдо