

## Технологическая карта блюда № 1

Наименование блюда: **борщ с картофелем (свекольник)**

Номер рецептуры: **114**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Свекла	51	40	5,1	4,0
Картофель				
с 01.09 по 01.11	67	50	6,7	5,0
с 01.11 по 01.01	71,5		7,15	
с 01.01 по 01.03	77		7,7	
с 01.03	83,5		8,35	
Морковь	13	10	1,3	1,0
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Томат-паста	3	3	0,3	0,3
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Сахар	2	2	0,2	0,2
Соль	2,5	2,5	0,25	0,25
Бульон мясной или вода	180	180	18,0	18,0
<b>Выход:</b>	-	<b>250</b>	-	<b>25,0</b>
Со сметаной	-	250/10	-	25,0/1,0

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	1,5	<b>Ca (мг):</b>	151,2
<b>Жиры (г):</b>	5,7	<b>Mg (мг):</b>	13,29
<b>Углеводы (г):</b>	8,4	<b>Fe (мг):</b>	
<b>Эн. ценность (г):</b>	83,33	<b>C (мг):</b>	10,68

### Технология приготовления:

Картофель нарезают брусочками, закладывают в кипящий бульон или воду и варят 10-15 минут, затем кладут подготовленную вареную свеклу, пассерованные на сливочном масле овощи и томатное пюре, за 5-10 минут до готовности добавляют соль, сахар, специи, прокипяченную сметану.

Температура подачи 75°С.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 пп.8.16, 8.24)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта блюда № 2

Наименование блюда: суп картофельный с крупой «Крестьянский»

Номер рецептуры: 138

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Картофель				
С 01.09 по 01.11	100	75	10,0	7,5
С 01.11 по 01.01	107		10,7	
С 01.01 по 01.03	115		11,5	
С 01.03	125		12,5	
Рис	5	5	0,5	0,5
Или перловка	10	10	1,0	1,0
Морковь	13	10	1,3	1,0
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Масло сливочное	3	3	0,3	0,3
Бульон или вода	190	190	19,0	19,0
<b>Выход:</b>	-	<b>250</b>	-	<b>25,0</b>

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	2,8	Ca (мг):	105,4
Жиры (г):	3,0	Mg (мг):	18,0
Углеводы (г):	20,5	Fe (мг):	0,7
Эн. ценность (г):	121,0	C (мг):	5,6

### Технология приготовления:

Лук мелко рубят, морковь нарезают мелкими кубиками и пассеруют со сливочным маслом. Картофель нарезают кубиками.

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, картофель, пассерованные овощи и варят до готовности. За 5-10 минут до окончания варки кладут соль. Крупу рисовую кладут в бульон одновременно с пассерованными овощами.

Температура подачи 75°С.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 п. 8.24)

Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51

### Технологическая карта блюда № 3

Наименование блюда: **борщ с капустой и картофелем**

Номер рецептуры: **110**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Свекла	50	40	5,0	4,0
Капуста свежая	25	20	2,5	2,0
Картофель		20		2,0
С 01.09 по 01.11	26,7		2,67	
С 01.11 по 01.01	28,6		2,86	
С 01.01 по 01.03	30,8		3,08	
С 01.03	33,4		3,34	
Морковь	13	10	1,3	1,0
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Томатное пюре	3	3	0,3	0,3
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Сахар	3	3	0,3	0,3
Бульон или вода	200	200	20,0	20,0
<b>Выход:</b>	-	<b>250</b>	-	<b>25000</b>
Со сметаной	-	<b>250/10</b>	-	<b>25,0/1,0</b>

#### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	7,54	<b>Ca (мг):</b>	159,7
<b>Жиры (г):</b>	5,7	<b>Mg (мг):</b>	8,0
<b>Углеводы (г):</b>	8,04	<b>Fe (мг):</b>	0,3
<b>Эн. ценность (г):</b>	83,33	<b>C (мг):</b>	16,3

#### Технология приготовления:

В кипящий бульон или воду закладывают, нашинкованную свежую капусту, доводят до кипения, затем добавляют нарезанный брусочками картофель, варят 10-15 минут, кладут пассированные со сливочным маслом овощи, тушеную или вареную свеклу и варят борщ до готовности. За 5-10 минут до окончания варки добавляют соль, сахар, специи и прокипяченную сметану.

Температура подачи 75°С.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 пп.8.16,8.22)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта блюда № 4

Наименование блюда: **суп картофельный с бобовыми**

Номер рецептуры: **139**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Картофель				
С 01.09 по 01.11	67	50	6,7	5,0
С 01.11 по 01.01	72		7,2	
С 01.01 по 01.03	77		7,7	
С 01.03	84		8,4	
Фасоль, или горох лущеный	20	20	2,0	2,0
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Морковь	13	10	1,3	1,2
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Бульон или вода	180	180	18,0	18,0
<b>Выход</b>	-	<b>250</b>	-	<b>25,0</b>

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	4,97	<b>Ca (мг):</b>	88,36
<b>Жиры (г):</b>	3,67	<b>Mg (мг):</b>	15,87
<b>Углеводы (г):</b>	10,89	<b>Fe (мг):</b>	0,08
<b>Эн. ценность (г):</b>	97,43	<b>C (мг):</b>	5,7

### Технология приготовления:

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

Подготовленные фасоль (горох) кладут в бульон или воду, доводят до кипения, добавляют картофель, пассерованные морковь, лук и варят до готовности.

Температура подачи 75°С.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 пп.8.16, 8.22, 8.24)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта блюда № 5

Наименование блюда: **Суп из овощей**

Номер рецептуры: **135**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Капуста б/к свежая	33	27	3,3	2,7
Картофель				
С 01.09 по 01.11	67	50	6,7	5,0
С 01.11 по 01.01	72		7,2	
С 01.01 по 01.03	77		7,7	
С 01.03	84		8,4	
Морковь	13	10	1,3	1,0
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Горошек зеленый консервированный	11,5	8	1,15	0,8
Томатная паста	4	4	0,4	0,4
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Бульон или вода	190	190	19,0	19,0
<b>Выход</b>	-	<b>250</b>	-	<b>25,0</b>

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	3,9	<b>Ca (мг):</b>	106,4
<b>Жиры (г):</b>	4,6	<b>Mg (мг):</b>	12,16
<b>Углеводы (г):</b>	14,6	<b>Fe (мг):</b>	0,3
<b>Эн. ценность (ккал):</b>	116,0	<b>C (мг):</b>	4,24

### Технология приготовления:

В кипящий бульон или воду кладут нашинкованную капусту, затем дольки картофеля и варят 15-20 минут. За 8-10 минут до окончания варки супа добавляют припущенные со сливочным маслом морковь, лук, зеленый горошек, томатную пасту, в конце – соль.

Температура подачи 75°С.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 пп. 8.22, 8.24)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

### Технологическая карта блюда № 6

**Наименование блюда:** суп картофельный с макаронными изделиями

**Номер рецептуры:** 140

**Наименование сборника рецептов:** «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Макаронные изделия	10	10	1,0	1,0
Картофель	100	75	10,0	7,5
с 1.09.-31.10.=25%	100	-	10,0	-
с 1.11.-31.12.=30%	107,5	-	10,75	-
с 1.01.-29.02.=35%	115	-	11,5	-
с 1.03.=40%	125	-	12,5	-
Морковь	13	10	1,3	1,0
Лук репчатый	12	10	12	1,0
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Бульон или вода	188	188	18,8	18,8
<b>Выход</b>	-	<b>250</b>	-	<b>25,0</b>

#### Химический состав на 1 порцию

Белки (г):	6,7	Са (мг):	88,36
Жиры (г):	2,9	Mg (мг):	15,87
Углеводы (г):	9,9	Fe (мг):	0,08
Эн. ценность (ккал):	77,0	С (мг):	2,0

#### Технология приготовления:

Овощи нарезают в соответствии с видом используемых макаронных изделий: картофель – брусочками или кубиками, коренья – брусочками, соломкой или кубиками, лук шинкуют или мелко рубят. Морковь и лук пассеруют со сливочным маслом.

В кипящий бульон или воду кладут макароны и варят 10-15 минут, 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.

Температура подачи 75°C.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 пп. 8.22, 8.24)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта блюда № 7

Наименование блюда: **щи из свежей капусты с картофелем**

Номер рецептуры: **124**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Капуста свежая	63	50	6,3	5,0
Картофель				
С 01.09 по 01.11	40	30	4,0	3,0
С 01.11 по 01.01	43		4,3	
С 01.01 по 01.03	46		4,6	
С 01.03	49		4,9	
Морковь	13	10	1,3	1,0
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Бульон или вода	200	200	20,0	20,0
<b>Выход</b>	-	<b>250</b>	-	<b>25,0</b>
Со сметаной	-	250/10	-	25,0/1,0

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	6,78	<b>Ca (мг):</b>	79,2
<b>Жиры (г):</b>	6,94	<b>Mg (мг):</b>	9,6
<b>Углеводы (г):</b>	9,12	<b>Fe (мг):</b>	0,25
<b>Эн. ценность (ккал):</b>	159,45	<b>C (мг):</b>	7,74

### Технология приготовления:

В кипящий бульон или воду кладут картофель, доводят до кипения и варят до полуготовности. Затем добавляют капусту тушеную с томатным пюре и варят с момента закипания 15-20 минут, добавляют пассерованные овощи и доводят до готовности. Щи можно готовить и без томатного пюре. Добавляют прокипяченную сметану.

Температура подачи 75°С.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 пп. 8.22, 8.24)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта блюда № 8

Наименование блюда: **рассольник Ленинградский**

Номер рецептуры: **132**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Картофель				
С 01.09 по 01.11	100	75	10,0	7,5
С 01.11 по 01.01	107		10,7	
С 01.01 по 01.03	115		11,5	
С 01.03	125		12,5	
Крупа (перловая, или пшеничная, или рисовая, или овсяная)	5	5	0,5	0,5
Морковь	13	10	1,3	1,0
Лук репчатый	6	5	0,6	0,5
Огурцы соленые стерилизованные	27	15	2,7	1,5
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Бульон или вода	190	190	19,0	19,0
Сметана	10	10	1,0	1,0
<b>Выход</b>	-	<b>250/10</b>	-	<b>25,0/1,0</b>

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	1,8	<b>Ca (мг):</b>	89,6
<b>Жиры (г):</b>	4,8	<b>Mg (мг):</b>	8,04
<b>Углеводы (г):</b>	8,9	<b>Fe (мг):</b>	0,88
<b>Эн. ценность (ккал):</b>	82,6	<b>C (мг):</b>	6,3

### Технология приготовления:

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, закладывают картофель, нарезанный брусочками, а через 5-7 минут пассерованные овощи и припущенные огурцы. За 5-10 минут до готовности вводят соль. В готовый рассольник добавляют прокипяченную сметану.

Температура подачи 75°C.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 пп. 8.22, 8.24)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**



## Технологическая карта блюда № 9

Наименование блюда: **жаркое по-домашнему**

Номер рецептуры: **436**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Полуфабрикат высокой степени готовности гуляш	-	79	-	7,9
Картофель				
С 01.09 по 01.11	160,5		16,05	
С 01.11 по 01.01	172		17,2	
С 01.01 по 01.03	186		18,6	
С 01.03	202		20,2	
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Масло растительное	4	4	0,4	0,4
Томатное пюре	2	2	0,2	0,2
Масса тушеного мяса	-	50	-	5,0
Масса готовых овощей	-	150	-	15,0
<b>Выход:</b>	-	<b>200</b>	-	<b>20,0</b>

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	24,17	<b>Ca (мг):</b>	87,9
<b>Жиры (г):</b>	21,66	<b>Mg (мг):</b>	19,0
<b>Углеводы (г):</b>	27,66	<b>Fe (мг):</b>	1,3
<b>Эн. ценность (г):</b>	417,59	<b>C (мг):</b>	4

#### Технология приготовления:

Картофель и лук нарезают – дольками, затем мясо и овощи обжаривают по отдельности.

Полуфабрикат высокой степени готовности гуляш, поступающий на пищеблок, подвергают дефростации на производственных столах при комнатной температуре не более 1 часа, обжаривают на масле, разогретом до температуры 160-180°C, затем 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 минут до окончания тушения кладут лавровый лист. Отпускают жаркое вместе с бульоном и гарниром. Блюдо можно готовить без томатного пюре.

Температура подачи 65°C.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 п. 8.24)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта блюда № 10

Наименование блюда: **гуляш из полуфабриката высокой степени готовности**

Номер рецептуры: **437**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Полуфабрикат высокой степени готовности гуляш	-	79	-	7,9
Масло топленое	4	4	0,4	0,4
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Томатное пюре	3	3	0,3	0,3
Мука пшеничная	3	3	0,3	0,3
Масса тушеного мяса	-	50	-	5,0
Масса соуса	-	50	-	5,0
<b>Выход</b>	-	<b>50/50</b>	-	<b>5,0/5,0</b>

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	11,13	<b>Ca (мг):</b>	93,2
<b>Жиры (г):</b>	12,43	<b>Mg (мг):</b>	17,8
<b>Углеводы (г):</b>	3,44	<b>Fe (мг):</b>	1,3
<b>Эн. ценность (ккал):</b>	170,27	<b>C (мг):</b>	0,46

### Технология приготовления:

Полуфабрикат высокой степени готовности гуляш обжаривают, 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 минут. За 5-10 минут до готовности кладут лавровый лист. Гуляш можно готовить со сметаной 10-15г на порцию.

Температура подачи 65°C.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 пп. 8.22, 8.24)

**Т.С. Масстихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта блюда № 11

Наименование блюда: **птица отварная**

Номер рецептуры: **487**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Бедро куриное охлажденное (полуфабрикат высокой степени готовности)	-	76,5/115/153	-	7,65/11,5/15,3
<b>Выход:</b>	-	<b>50/75/100</b>	-	<b>5,0/7,5/10,0</b>

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	12,2	<b>Ca (мг):</b>	13,8
<b>Жиры (г):</b>	7,6	<b>Mg (мг):</b>	18,1
<b>Углеводы (г):</b>	0,8	<b>Fe (мг):</b>	1,23
<b>Эн. ценность (г):</b>	152	<b>C (мг):</b>	0

### Технология приготовления:

Обработанные куриные бедрышки кладут в кипящую воду и варят до готовности при слабом кипении, периодически удаляя пену. В конце варки добавляют соль. Отварные куриные бедрышки рубят на порции, укладывают на противень, заливают бульоном и кипятят 5-7 минут.

Хранят в бульоне при температуре 75°C до раздачи не более 1 часа.

Температура подачи 75°C.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 пп. 8.22, 8.24)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта блюда № 12

**Наименование блюда:** рыба, тушенная в сметанном соусе

**Номер рецептуры:** 139

**Наименование сборника рецептур:** «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений», Пермь, 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Рыба филе (горбуша п/п с ГОЛ.) (полуфабрикат высокой степени готовности)	130	91	13,0	9,1
Мука пшеничная	6	6	0,6	0,6
Масло растительное	10	10	1,0	1,0
Масса готовой рыбы	-	100	-	10,
Масло сливочное	6	6	0,6	0,6
Соус сметанный	50	50	5,0	5,0
Сыр	8	8	0,8	0,8
<b>Выход</b>	-	<b>75/50</b>	-	<b>7,5/5,0</b>

### Химический состав на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	12,36	<b>Ca (мг):</b>	108,7
<b>Жиры (г):</b>	16,92	<b>Mg (мг):</b>	46,32
<b>Углеводы (г):</b>	5,28	<b>Fe (мг):</b>	2,89
<b>Эн. ценность (г):</b>	228,0	<b>C (мг):</b>	0,13

### Технология приготовления:

Замороженный полуфабрикат высокой степени готовности рыбное филе с кожей без костей, поступающий в доготовочный цех, подвергают дефростации на производственных столах при комнатной температуре не более 1 часа.

Филе панируют в муке, запекают без предварительного обжаривания при температуре 250-280°C до слабой золотистой корочки. Затем заливают сметанным соусом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают растопленным сливочным маслом и продолжают запекание при температуре 250°C 25-30 минут.

Отпускают с гарниром.

Температура подачи 65°C.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 пп. 8.22, 8.24)

**Т.С. Мастихина тел 8-908-777-63-51**

### Технологическая карта блюда № 13

Наименование блюда: **Капуста тушёная с говядиной (куриным филе)**

Номер рецептуры: **440**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Полуфабрикат высокой степени готовности гуляш (говядина)	-	79	-	7,9
Куриное филе (высокой степени готовности)	-	78	-	7,8
Капуста б/к свежая	287	229	28,7	22,9
Масло сливочное или топленое	7	7	0,7	0,7
Морковь	5	4	0,5	0,4
Лук репчатый	10	8	1,0	0,8
Томатное пюре	12	12	1,2	1,2
Лимонная кислота	0,2	0,2	0,02	0,02
Мука пшеничная	2	2	0,2	0,2
Сахар	6	6	0,6	0,6
Лавровый лист	0,02	0,02	0,002	0,002
Масса тушеного мяса	-	50	-	5,0
Масса тушеной капусты	-	200	-	20,0
<b>Выход</b>	-	<b>200</b>	-	<b>20,0</b>

#### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	27,17	<b>Ca (мг):</b>	87,9
<b>Жиры (г):</b>	21,66	<b>Mg (мг):</b>	19,0
<b>Углеводы (г):</b>	27,66	<b>Fe (мг):</b>	1,3
<b>Эн. ценность (ккал):</b>	417,59	<b>C (мг):</b>	4,0

#### Технология приготовления:

Полуфабрикат высокой степени готовности гуляш (говядину) обжаривают, заливают бульоном (30г) или водой и тушат 20-25 минут. Затем добавляют тушеную капусту и тушат до готовности. Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем до 30см, добавляют бульон или воду (20-30% к массе сырой капусты), лимонную кислоту, сливочное масло, пассированное томатное пюре и тушат до полуготовности в течение 10 минут при периодическом помешивании. Затем добавляют пассированные, нарезанные соломкой морковь, лук, лавровый лист, и тушат до готовности 20 минут. За пять минут до конца тушения капусту заправляют мучной пассировкой, сахаром, солью и вновь доводят до кипения.

Если свежая капуста горчит, ее перед тушением ошпаривают в течение 3-5 минут.

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта блюда № 14

Наименование блюда: **котлеты, биточки, шницели из говядины из полуфабрикатов высокой степени готовности**

Номер рецептуры: **451**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
п/ф высокой степени готовности котлеты (биточки или шницели)	-	105	-	10,5
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
<b>Выход</b>	-	<b>80</b>	-	<b>8,0</b>

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	12,24	<b>Ca (мг):</b>	72,3
<b>Жиры (г):</b>	13,44	<b>Mg (мг):</b>	10,4
<b>Углеводы (г):</b>	5,56	<b>Fe (мг):</b>	0,8
<b>Эн. ценность (г):</b>	202,0	<b>C (мг):</b>	

### Технология приготовления:

При поступлении в доготовочный цех замороженных полуфабрикатов высокой степени готовности производится дефростация полуфабрикатов при комнатной температуре на специальных стеллажах или на производственных столах не более 1 часа.

Охлажденные полуфабрикаты запекают в духовом шкафу на противнях с маслом без предварительного обжаривания при температуре 250-280°C в течение 20-25 минут.

При отпуске изделий их гарнируют и поливают прокипяченным сливочным маслом или соусом молочным, сметанным, томатным.

Температура подачи 65°C.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 пп. 8.22, 8.24)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта блюда № 15

Наименование блюда: **тефтели из говядины с рисом из полуфабриката высокой степени готовности**

Номер рецептуры: **463**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Полуфабрикат высокой степени готовности тефтели мясные с рисом	-	105	-	105
Масло растительное	8	8	0,8	0,8
Соус сметанный	-	50	-	5,0
<b>Выход</b>	-	<b>80/50</b>	-	<b>8,0/50</b>

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	8,59	<b>Ca (мг):</b>	108,19
<b>Жиры (г):</b>	18,6	<b>Mg (мг):</b>	16,68
<b>Углеводы (г):</b>	9,5	<b>Fe (мг):</b>	1,88
<b>Эн. ценность (ккал):</b>	338,0	<b>C (мг):</b>	0,7

### Технология приготовления:

При поступлении в доготовочный цех замороженных полуфабрикатов высокой степени готовности производится дефростация полуфабрикатов при комнатной температуре на специальных стеллажах или на производственных столах.

Охлажденные полуфабрикаты запекают в духовом шкафу на противнях с маслом без предварительного обжаривания при температуре 250-280°C в течение 20-25 минут, затем перекладывают в неглубокую посуду в 1-2 ряда, заливают соусом с добавлением воды (10-20г на порцию) и тушат 8-10 мин. Отпускают тефтели с соусом и гарниром.

Соусы- томатный, молочный, сметанный.

Температура подачи 65°C.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 пп. 8.22, 8.24)

## Технологическая карта блюда № 16

Наименование блюда: **рыба, тушенная в томате с овощами из полуфабриката высокой степени готовности рыбное филе с кожей без костей**

Номер рецептуры: **374**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Филе рыбы горбуша (минтай)	130 (169)	91 (93)	13,0 (16,9)	9,1 (9,3)
Вода	19	19	1,9	1,9
Морковь	19	18	1,9	1,8
Лук репчатый	6	5	0,6	0,5
Томатное пюре	4,5	4,5	0,45	0,45
Масло растительное	3,5	3,5	0,35	0,35
Масса тушеной рыбы	-	75	-	7,5
Масса соуса и овощей	-	50	-	50
<b>Выход:</b>	-	<b>75/50</b>	-	<b>7,5/5,0</b>

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	9,9	<b>Ca (мг):</b>	96,7
<b>Жиры (г):</b>	10,05	<b>Mg (мг):</b>	17,2
<b>Углеводы (г):</b>	7,5	<b>Fe (мг):</b>	1,8
<b>Эн. ценность (ккал):</b>	160,25	<b>C (мг):</b>	14,7

#### Технология приготовления:

При поступлении в доготовочный цех замороженных полуфабрикатов высокой степени готовности производится дефростация полуфабрикатов при комнатной температуре на специальных стеллажах или на производственных столах.

Филе укладывают в посуду в два слоя, чередуя со слоями нашинкованных овощей, заливают бульоном или водой, добавляют масло растительное, томатное пюре, лимонную кислоту, сахар, соль, посуду закрывают крышкой и тушат до готовности (45-60 минут); за 5-7 минут до окончания тушения добавляют лавровый лист.

При отпуске рыбу поливают соусом с овощами, в котором она тушилась.

Температура подачи 65°C.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 п. 8.24)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**



## Технологическая карта блюда № 17

Наименование блюда: **котлеты из курицы из полуфабрикатов высокой степени готовности**

Номер рецептуры: **498**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
п/ф высокой степени готовности котлеты куриные	-	105	-	10,5
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
<b>Выход</b>	-	<b>80</b>	-	<b>8,0</b>

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	13,92	<b>Ca (мг):</b>	72,3
<b>Жиры (г):</b>	10,08	<b>Mg (мг):</b>	10,4
<b>Углеводы (г):</b>	0,8	<b>Fe (мг):</b>	0,8
<b>Эн. ценность (г):</b>	236,8	<b>C (мг):</b>	

### Технология приготовления:

При поступлении в доготовочный цех замороженных полуфабрикатов высокой степени готовности производится дефростация полуфабрикатов при комнатной температуре на специальных стеллажах или на производственных столах не более 1 часа.

Охлажденные полуфабрикаты запекают в духовом шкафу на противнях с маслом без предварительного обжаривания при температуре 250-280°C в течение 20-25 минут.

При отпуске изделий их гарнируют и поливают прокипяченным сливочным маслом или соусом молочным, сметанным, томатным.

Температура подачи 65°C.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 пп. 8.22, 8.24)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта блюда № 18

Наименование блюда: **куриное филе тушеное с овощами в соусе**

Номер рецептуры: **488**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Полуфабрикат высокой степени готовности куриное филе охлажденное	-	78	-	7,8
Масло растительное	10	10	1,0	1,0
Картофель	107	80	10,7	8,0
Лук репчатый	19	16	1,9	1,6
Морковь	30	24	3,0	2,4
Горошек зеленый конс.	13	8	1,3	0,8
Соус сметанный	-	99	-	9,9
Масса тушеного мяса	-	50	-	5,0
Масса готовых овощей	-	200	-	20,0
<b>Выход:</b>	-	<b>50/200</b>	-	<b>5,0/20,0</b>

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	20,43	<b>Ca (мг):</b>	48,4
<b>Жиры (г):</b>	20,69	<b>Mg (мг):</b>	33,8
<b>Углеводы (г):</b>	21,66	<b>Fe (мг):</b>	2,95
<b>Эн. ценность (г):</b>	350,1	<b>C (мг):</b>	21,0

### Технология приготовления:

Куриное филе нарезают на порционные куски и обжаривают с растительным маслом до полуготовности, добавляют нарезанный дольками картофель, пассерованные морковь, лук, заливают сметанным соусом и тушат 20-30 минут до готовности овощей. За 5-10 минут до готовности добавляют зеленый горошек.

Тушеную птицу отпускают с овощами и соусом, в котором они тушились. Температура подачи 65°C.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 пп. 8.22, 8.24)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

### Технологическая карта блюда № 19

Наименование блюда: **колбаса, сосиски, сардельки отварные**

Номер рецептуры: **413**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Колбаса вареная или сардельки	52 (77)	52 (77)	102	100
или сосиски высший сорт	51 (76)	51 (76)	101	100
<b>Выход</b>	-	<b>50 (75)</b>	-	<b>100</b>

#### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	5,33/8,88	<b>Ca (мг):</b>	6,5/10,83
<b>Жиры (г):</b>	11,47/19,12	<b>Mg (мг):</b>	
<b>Углеводы (г):</b>	0,77/1,28	<b>Fe (мг):</b>	0,36/0,6
<b>Эн. ценность (ккал):</b>	127,68/212,8	<b>C (мг):</b>	

#### Технология приготовления:

Сосиски или колбасу, нарезанную на порции, (искусственную оболочку с сосисок предварительно снимают) кладут в кипящую воду, доводят до кипения и варят 5 минут.

Во избежание ухудшения вкуса сосиски или колбасу не следует хранить в горячей воде.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 пп. 8.22, 8.24)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

### Технологическая карта блюда № 20

**Наименование блюда:** запеканка из творога

**Номер рецептуры:** 366

**Наименование сборника рецептов:** «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,кг	нетто,кг	брутто,кг	нетто,кг
Творог	94	93	9,4	9,3
Крупа манная	7	7	0,7	0,7
Сахар	7	7	0,7	0,7
Яйца	1/10шт	4	10шт	0,4
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Сухари	4	4	0,4	0,4
Сметана	4	4	0,4	0,4
Молоко сгущенное	-	20	-	2,0
Выход:	-	100/20	-	10,0/2,0

#### Химический состав на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	16,48	<b>Ca (мг):</b>	246
<b>Жиры (г):</b>	9,82	<b>Mg (мг):</b>	27,8
<b>Углеводы (г):</b>	33,22	<b>Fe (мг):</b>	0,65
<b>Эн. ценность (ккал):</b>	351,22	<b>C (мг):</b>	3,75

#### Технология приготовления:

Протертый творог смешивают с предварительно заваренной в воде (10мл на порцию) и охлажденной манной крупой, яйцами, сахаром, солью.

Подготовленную массу выкладывают слоем не более 3см на смазанные маслом сливочным и посыпанные сухарями противень или форму.

Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной, запекают в жарочном шкафу 25-30 минут при температуре 250-280°С до образования на поверхности румяной корочки.

Подают запеканку горячей со сгущенным молоком.

Температура подачи 65°С.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 пп. 8.22, 8.24)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта блюда № 21

Наименование блюда: **каша молочная из «Геркулеса» вязкая**

Номер рецептуры: **302**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Хлопья овсяные «Геркулес»	33 (44)	33 (44)	3,3 (4,4)	3,3 (4,4)
Молоко	75 (100)	75 (100)	7,5 (10,0)	7,5 (10,0)
Вода	49,5 (66)	49,5 (66)	4,95 (6,6)	4,95 (6,6)
Соль	1,5 (2)	1,5 (2)	0,15 (0,2)	0,15 (0,2)
Сахар	4,5 (6)	4,5 (6)	0,45 (0,6)	0,45 (0,6)
Масло сливочное	10	10	1,0	1,0
<b>Выход:</b>	-	<b>150/10 (200/10)</b>	-	<b>15,0/1,0 (20,0/1,0)</b>

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	4,65	<b>Ca (мг):</b>	110,11
<b>Жиры (г):</b>	6,6	<b>Mg (мг):</b>	16,2
<b>Углеводы (г):</b>	28,75	<b>Fe (мг):</b>	0,67
<b>Эн. ценность (г):</b>	154,8	<b>C (мг):</b>	3,9

### Технология приготовления:

Крупы перебирают. Смесь молока и воды доводят до кипения, добавляют соль, сахар, вводят крупу «Геркулес» и варят, при помешивании до готовности. В готовую кашу добавляют прокипяченное сливочное масло, все перемешивают.

Температура подачи 65°C.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 п. 8.24)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта блюда № 22

Наименование блюда: **каша молочная «Дружба»**

Номер рецептуры: **311**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа рисовая	20 (26)	20 (26)	2,0 (2,6)	2,0 (2,6)
Крупа пшеничная	17,5 (23)	17,5 (23)	1,75 (2,3)	1,75 (2,3)
Молоко	75 (100)	75 (100)	7,5 (10,0)	7,5 (10,0)
Вода	49,5 (66)	49,5 (66)	4,95 (6,6)	4,95 (6,6)
Соль	1 (2)	1 (2)	0,1 (0,2)	0,1 (0,2)
Сахар	4,5 (6)	4,5 (6)	0,45 (0,6)	0,45 (0,6)
Масло сливочное	10	10	1,0	1,0
<b>Выход</b>	-	<b>150/10 (200/10)</b>		<b>15,0/1,0 (20,0/1,0)</b>

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	4,38	<b>Ca (мг):</b>	132,6
<b>Жиры (г):</b>	6,9	<b>Mg (мг):</b>	32,1
<b>Углеводы (г):</b>	34,23	<b>Fe (мг):</b>	0,54
<b>Эн. ценность (ккал):</b>	235,23	<b>C (мг):</b>	1,9

### Технология приготовления:

Подготовленную крупу сначала варят 10-15 минут в кипящей воде, после чего добавляют горячее молоко и варят кашу до готовности.

Отпускают кашу в горячем виде с прокипяченным сливочным маслом или сахаром.

Температура подачи 65°C.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 пп. 8.22, 8.24)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта блюда № 23

Наименование блюда: **каша молочная манная вязкая**

Номер рецептуры: **302**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Крупа манная	33 (45)	33 (45)	3,3 (4,5)	3,3 (4,5)
Молоко	75 (100)	75 (100)	7,5 (10,0)	7,5 (10,0)
Вода	49,5 (66)	49,5 (66)	4,95 (6,6)	4,95 (6,6)
Соль	1,5 (2)	1,5 (2)	0,15 (0,2)	0,15 (0,2)
Сахар	4,5 (6)	4,5 (6)	0,45 (0,6)	0,45 (0,6)
Масло сливочное	10	10	1,0	1,0
<b>Выход:</b>	-	<b>150/10 (200/10)</b>	-	<b>15,0/1,0 (20,0/1,0)</b>

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	4,65	<b>Ca (мг):</b>	110,11
<b>Жиры (г):</b>	6,6	<b>Mg (мг):</b>	16,2
<b>Углеводы (г):</b>	28,75	<b>Fe (мг):</b>	0,67
<b>Эн. ценность (г):</b>	154,8	<b>C (мг):</b>	3,9

### Технология приготовления:

Смесь молока и воды доводят до кипения, добавляют соль, сахар, вводят крупу все время помешивая и варят, при помешивании до готовности. В готовую кашу добавляют прокипяченное сливочное масло, все перемешивают.

Температура подачи 65°C.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 п. 8.24)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта блюда № 24

Наименование блюда: **каша молочная пшенная вязкая**

Номер рецептуры: **302**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Пшено	37,5 (50)	37,5 (50)	3,75 (5,0)	3,75 (5,0)
Молоко	75 (100)	75 (100)	7,5 (10,0)	7,5 (10,0)
Вода	49,5 (66)	49,5 (66)	4,95 (6,6)	4,95 (6,6)
Соль	1,5 (2)	1,5 (2)	0,15 (0,2)	0,15 (0,2)
Сахар	4,5 (6)	4,5 (6)	0,45 (0,6)	0,45 (0,6)
Масло сливочное	10	10	1,0	1,0
<b>Выход:</b>	-	<b>150/10 (200/10)</b>	-	<b>15,0/1,0 (20,0/1,0)</b>

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	4,65	<b>Ca (мг):</b>	110,11
<b>Жиры (г):</b>	6,6	<b>Mg (мг):</b>	16,2
<b>Углеводы (г):</b>	28,75	<b>Fe (мг):</b>	0,67
<b>Эн. ценность (г):</b>	154,8	<b>C (мг):</b>	3,9

### Технология приготовления:

Крупы перебирают. Смесь молока и воды доводят до кипения, добавляют соль, сахар, вводят предварительно ошпаренную крупу и варят, при помешивании до готовности. В готовую кашу добавляют прокипяченное сливочное масло, все перемешивают.

Температура подачи 65°С.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 п. 8.24)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**



## Технологическая карта блюда № 25

Наименование блюда: **каша молочная рисовая вязкая**

Номер рецептуры: **302**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Рис	33 (45)	33 (45)	3,3 (4,5)	3,3 (4,5)
Молоко	75 (100)	75 (100)	7,5 (10,0)	7,5 (10,0)
Вода	49,5 (66)	49,5 (66)	4,95 (6,6)	4,95 (6,6)
Соль	1,5 (2)	1,5 (2)	0,15 (0,2)	0,15 (0,2)
Сахар	4,5 (6)	4,5 (6)	0,45 (0,6)	0,45 (0,6)
Масло сливочное	10	10	1,0	1,0
<b>Выход:</b>	-	<b>150/10 (200/10)</b>	-	<b>15,0/1,0 (20,0/1,0)</b>

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	4,65	<b>Ca (мг):</b>	110,11
<b>Жиры (г):</b>	6,6	<b>Mg (мг):</b>	16,2
<b>Углеводы (г):</b>	28,75	<b>Fe (мг):</b>	0,67
<b>Эн. ценность (г):</b>	154,8	<b>C (мг):</b>	3,9

### Технология приготовления:

Крупы перебирают. Смесь молока и воды доводят до кипения, добавляют соль, сахар, вводят крупу и варят, при помешивании до готовности. В готовую кашу добавляют прокипяченное сливочное масло, все перемешивают.

Температура подачи 65°C.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 п. 8.24)

**Т.С. Мастихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта блюда № 26

**Наименование блюда:** рыба, припущенная в молоке

**Номер рецептуры:** 373

**Наименование сборника рецептур:** Наименование сборника рецептур:

«Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий

общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство

«Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Горбуша	129	91	12,9	9,1
Филе минтая	-	93	-	9,3
Молоко	22,5	22,5	2,25	2,25
Лук репчатый	18	15	1,8	1,5
Масло растительное	6	6	0,6	0,6
<b>Выход</b>	-	<b>75</b>	-	<b>7,5</b>

### Химический состав на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	15,45	<b>Ca (мг):</b>	135,92
<b>Жиры (г):</b>	21,15	<b>Mg (мг):</b>	57,9
<b>Углеводы (г):</b>	6,6	<b>Fe (мг):</b>	3,61
<b>Эн. ценность (г):</b>	285	<b>C (мг):</b>	0,16

### Технология приготовления:

Замороженный полуфабрикат высокой степени готовности рыбное филе с кожей без костей, поступающий в доготовочный цех, подвергают дефростации на производственных столах при комнатной температуре не более 1 часа.

Порционные куски рыбы кладут в посуду в один ряд, подливают молоко, солят, добавляют лук репчатый, лавровый лист и припускают 15-20 минут.

Отпускают с гарниром.

Температура подачи 65°C.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 пп. 8.22, 8.24)

## Технологическая карта блюда № 27

Наименование блюда: **пюре картофельное**

Номер рецептуры: **520**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Картофель	229	171	22,9	17,1
с 1.09-31.10.=25%	229	-	22,9	-
с 1.11.-31.12.=30%	245	-	24,5	-
с 1.01.-29.02.=35%	263	-	26,3	-
с 1.03.=40%	286	-	28,6	-
Молоко 3,2%	32	30	3,2	3,0
Масло сливочное	7	7	0,7	0,7
<b>Выход</b>	-	<b>200</b>	-	<b>20,0</b>

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	4,26	<b>Ca (мг):</b>	26,7
<b>Жиры (г):</b>	8,07	<b>Mg (мг):</b>	9,8
<b>Углеводы (г):</b>	31,06	<b>Fe (мг):</b>	0,5
<b>Эн. ценность (г):</b>	213,93	<b>C (мг):</b>	5,8

### Технология приготовления:

Очищенный картофель заливают кипящей, подсоленной водой и варят до готовности. Отвар сливают, картофель протирают в горячем виде через протирочную машину. В протертый картофель добавляют горячее кипяченое молоко, прокипяченное сливочное масло и тщательно перемешивают до получения пышной однородной массы.

Температура подачи 65°C.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 пп.8.22, 8.24)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта блюда № 28

Наименование блюда: **капуста тушеная**

Номер рецептуры: **534**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Капуста б/к свежая	287	229	28,7	22,9
Масло сливочное или топленое	7	7	0,7	0,7
Морковь	5	4	0,5	0,4
Лук репчатый	10	8	1,0	0,8
Томатное пюре	12	12	1,2	1,2
Лимонная кислота	0,2	0,2	0,02	0,02
Мука пшеничная	2	2	0,2	0,2
Сахар	6	6	0,6	0,6
Лавровый лист	0,02	0,02	0,002	0,002
<b>Выход</b>	-	<b>200</b>	-	<b>20,0</b>

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	2,25	<b>Ca (мг):</b>	68,2
<b>Жиры (г):</b>	6,0	<b>Mg (мг):</b>	26,1
<b>Углеводы (г):</b>	23,7	<b>Fe (мг):</b>	0,9
<b>Эн. ценность (ккал):</b>	163,5	<b>C (мг):</b>	8,0

### Технология приготовления:

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем до 30см, добавляют бульон или воду (20-30% к массе сырой капусты), лимонную кислоту, сливочное масло, пассированное томатное пюре и тушат до полуготовности в течение 10 минут при периодическом помешивании. Затем добавляют пассированные, нарезанные соломкой морковь, лук, лавровый лист, и тушат до готовности 20 минут. За пять минут до конца тушения капусту заправляют мучной пассировкой, сахаром, солью и вновь доводят до кипения.

Если свежая капуста горчит, ее перед тушением ошпаривают в течение 3-5 минут.

Температура подачи 75°С.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 пп. 8.22, 8.24)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта № 29

**Наименование блюда (изделия):** каша гречневая вязкая

**Номер рецептуры:** 186

**Наименование сборника рецептов:** «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Крупа гречневая	33	33	3,3	3,3
Вода	123	123	12,3	12,3
Соль	1,5	1,5	0,15	0,15
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Выход	-	150/5	-	15,0/0,5

### Химический состав на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	8,85	<b>Ca (мг):</b>	50,1
<b>Жиры (г):</b>	5,94	<b>Mg (мг):</b>	68,75
<b>Углеводы (г):</b>	47,64	<b>Fe (мг):</b>	5,61
<b>Эн. ценность (ккал):</b>	265,6	<b>C (мг):</b>	

### Технология приготовления:

Гречку перебирают, засыпают в кипящую подсоленную воду, всплывшие пустые зерна удаляют и варят до загустения, помешивая. Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают крышкой и доводят до готовности в течение 1-1,5 часа. Затем вливают прокипяченное масло сливочное.

Температура подачи 65°C.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 пп. 8.22, 8.24)

### Требования к качеству:

Зерна крупы полностью набухшие, хорошо проварены, сохранили форму, легко отделяются друг от друга, каша заправлена маслом, без посторонних привкусов и запахов.

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта блюда № 30

Наименование блюда: **картофель тушеный с овощами**

Номер рецептуры: 216

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Картофель	228	170	22,8	17,0
Морковь	26	20	2,6	2,0
Лук репчатый	38	32	3,8	3,2
Томатное пюре	12	12	1,2	1,2
Масло сливочное	16	16	1,6	1,6
Лавровый лист	0,001	0,001	0,01	0,01
<b>Выход</b>	-	<b>200</b>	-	<b>20,0</b>

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	6,0	<b>Ca (мг):</b>	26,7
<b>Жиры (г):</b>	9,0	<b>Mg (мг):</b>	9,8
<b>Углеводы (г):</b>	29,8	<b>Fe (мг):</b>	0,5
<b>Эн. ценность (ккал):</b>	228,0	<b>C (мг):</b>	5,8

### Технология приготовления:

Нарезанные кубиками картофель, морковь слегка обжаривают. Затем картофель соединяют с морковью, добавляют мелко нарезанный репчатый лук, пассерованное томатное пюре, заливают бульоном (0,2-0,3л на 1кг овощей) и тушат до готовности. В конце тушения добавляют лавровый лист.

### Технологическая карта № 31

**Наименование блюда (изделия):** каша рисовая вязкая

**Номер рецептуры:** 302

**Наименование сборника рецептов:** «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Крупа рисовая	33	33	3,3	3,3
Вода	123	123	12,3	12,3
Соль	1,5	1,5	0,15	0,15
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Выход	-	150/5	-	15,0/0,5

#### Химический состав на 1 порцию

Белки (г):	2,62	Ca (мг):	9,98
Жиры (г):	4,34	Mg (мг):	7,93
Углеводы (г):	28,64	Fe (мг):	0,67
Эн. ценность (ккал):	156,9	C (мг):	

#### Технология приготовления:

Рис перебирают, засыпают в кипящую подсоленную воду и варят до загустения, помешивая. Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают крышкой и доводят до готовности. Затем вливают прокипяченное масло сливочное.

Температура подачи 65°C.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 пп. 8.22, 8.24)

#### Требования к качеству:

Зерна крупы полностью набухшие, хорошо проварены, сохранили форму, легко отделяются друг от друга, каша заправлена маслом, без посторонних привкусов и запахов.

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

### Технологическая карта блюда № 32

**Наименование блюда:** картофель отварной

**Номер рецептуры:** 203

**Наименование сборника рецептов:** «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Картофель	275	206	27,5	20,6
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Выход	-	200	-	20,0

#### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

<b>Белки (г):</b>	4,0	<b>Ca (мг):</b>	21,54
<b>Жиры (г):</b>	8,2	<b>Mg (мг):</b>	46,21
<b>Углеводы (г):</b>	22,4	<b>Fe (мг):</b>	1,81
<b>Эн. ценность (ккал):</b>	222,0	<b>C (мг):</b>	8,0

#### Технология приготовления:

Очищенный, промытый холодной водой картофель заливают кипятком так чтобы вода покрывала картофель, и при закрытой крышке варят до готовности.

Когда картофель сварился, воду сливают, а картофель подсушивают, для чего посуду с ним оставляют на 5-7 минут на менее горячем участке плиты. При варке рассыпчатого картофеля воду следует сливать примерно через 15 минут после момента закипания, затем картофель доводят до готовности паром, образующимся в котле.

Варить картофель следует небольшими партиями по мере спроса. При продолжительном хранении в горячем состоянии у картофеля ухудшается вкус и снижается его пищевая ценность.

Отпускают картофель целыми клубнями, политы прокипяченным маслом сливочным.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 п. 8.22)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**



### Технологическая карта блюда № 33

**Наименование блюда: рагу из овощей**

**Номер рецептуры: 77**

**Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах»,** Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порция	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Картофель	-	64	-	6,4
с 1.09-31.10.=25%	86	-	8,6	-
с 1.11.-31.12.=30%	91,5	-	9,15	-
с 1.01.-29.02.=35%	99	-	9,9	-
с 1.03.=40%	107	-	10,7	-
Морковь	40	32	4,0	3,2
Капуста б/к	92	72	9,2	7,2
Лук репчатый	19	16	1,9	1,6
Масло сливочное или растительное	8	8	0,8	0,8
Соус сметанный	60	60	6,0	6,0
Отвар или бульон	45	45	4,5	4,5
Масса готового рагу	-	200	-	20,0
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
<b>Выход</b>	-	<b>200</b>	-	<b>20,0</b>

#### Химический состав на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	7,8	<b>Са (мг):</b>	26,7
<b>Жиры (г):</b>	10,22	<b>Mg (мг):</b>	10,0
<b>Углеводы (г):</b>	33,8	<b>Fe (мг):</b>	0,5
<b>Эн. ценность (ккал):</b>	260,0	<b>С (мг):</b>	5,0

#### Технология приготовления:

Капусту нарезают шашками, припускают. Остальные овощи нарезают кубиками 1×1 см или дольками длиной не более 2-2,5 см. в подготовленную посуду закладывают припущенную морковь, бланшированный пассерованный лук, обжаренный картофель, заливают сметанным соусом и тушат 15-20 минут, добавляют соль.

При отпуске рагу выкладывают в виде горки, поливают маслом сливочным прокипяченным. В рагу можно добавлять в конце приготовления чеснок.

При отсутствии того или иного вида овощей, указанных в рецептуре, можно готовить блюдо из остальных овощей, увеличив их закладку.

Температура подачи 65°С.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 пп. 8.22, 8.24)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта блюда № 34

Наименование блюда: **картофельное пюре с морковью**

Номер рецептуры: **207**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порция	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Картофель	-	98	-	9,8
с 1.09-31.10.=25%	132	-	13,2	-
с 1.11.-31.12.=30%	140	-	14,0	-
с 1.01.-29.02.=35%	152	-	15,2	-
с 1.03.=40%	164	-	16,4	-
Масса протертого картофеля	-	88	-	8,8
Морковь	138	110	13,8	11,0
Масса протертой моркови	-	93	-	9,3
Молоко	17	15	1,7	1,5
Масло сливочное	10	10	1,0	1,0
<b>Выход:</b>	-	<b>200</b>	-	<b>20,0</b>

### Химический состав на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	6,0	<b>Ca (мг):</b>	26,7
<b>Жиры (г):</b>	9,0	<b>Mg (мг):</b>	9,8
<b>Углеводы (г):</b>	29,8	<b>Fe (мг):</b>	0,5
<b>Эн. ценность (ккал):</b>	228,0	<b>C (мг):</b>	5,8

### Технология приготовления:

Картофель отваривают в кипящей подсоленной воде (0,6-0,7л воды на 1кг овощей) до готовности, воду сливают, картофель обсушивают. Морковь очищенную припускают дольками, с небольшим количеством воды, до готовности. Картофель и морковь соединяют, разводят горячим кипяченным молоком, добавляют масло сливочное прокипяченное, все протирают в протирочной машине, прогревают в жарочном шкафу 5-7 минут при температуре 180-200°С.

Температура подачи 65°С.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 пп. 8.22, 8.24)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта блюда № 35

Наименование блюда: **кофейный напиток на молоке**

Номер рецептуры: **689**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Кофейный напиток «Здоровье», «Экстра»	-	6	-	6,0
Молоко	-	50	-	5,0
Сахар	-	20	-	2,0
Вода	-	168	-	16,8
<b>Выход</b>	-	<b>200</b>	-	<b>20,0</b>

### Химический состав, витамины и микроэлементы

<b>Белки (г):</b>	2,5	<b>Ca (мг):</b>	50,0
<b>Жиры (г):</b>	3,6	<b>Mg (мг):</b>	15,0
<b>Углеводы (г):</b>	28,7	<b>Fe (мг):</b>	0,04
<b>Эн. ценность (г):</b>	152,0	<b>C (мг):</b>	3,7

### Технология приготовления:

Порошок кофейного напитка заливают кипятком (учитывая добавление молока) и доводят до кипения. После отстаивания (3-5 минут) напиток сливают в другую посуду, кладут сахар, добавляют горячее кипяченое молоко и вновь доводят до кипения.

Температура подачи 75°C.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 п. 8.24)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта блюда № 36

Наименование блюда: **Какао с молоком**

Номер рецептуры: **642**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Какао-порошок	-	4	-	0,4
Молоко	-	100	-	10,0
Вода	-	110	-	11,0
Сахар-песок	-	20	-	2,0
<b>Выход</b>	-	<b>200</b>	-	<b>20,0</b>

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	1,77	<b>Ca (мг):</b>	120,7
<b>Жиры (г):</b>	1,93	<b>Mg (мг):</b>	25,5
<b>Углеводы (г):</b>	25,95	<b>Fe (мг):</b>	1,37
<b>Эн. ценность (ккал):</b>	153,92	<b>C (мг):</b>	10,8

### Технология приготовления:

Какао-порошок смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка (100 мл) и растирают в однородную массу, затем при непрерывном помешивании вливают горячее кипяченое молоко, остальной кипятком и доводят до кипения.

Температура подачи 75°C.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 п. 8.24)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта блюда № 37

Наименование блюда: **молоко (кипяченое)**

Номер рецептуры: **697**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Молоко цельное 3,2%	211	200	21,1	20,0
<b>Выход</b>	-	<b>200</b>	-	<b>20,0</b>

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	5,9	<b>Ca (мг):</b>	242
<b>Жиры (г):</b>	6,8	<b>Mg (мг):</b>	28
<b>Углеводы (г):</b>	9,9	<b>Fe (мг):</b>	0,2
<b>Эн. ценность (г):</b>	123,0	<b>C (мг):</b>	2,0

### Технология приготовления:

Молоко, поступившее в полиэтиленовых пакетах, перед отпуском кипятят в посуде, предназначенной только для этой цели, в течение 2-3 минут. Потери при кипячении молока составляют 5%.

Кипяченое молоко разливают в стаканы и подают.

Температура подачи 14°C.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 п. 8.24)

### Технологическая карта блюда № 38

Наименование блюда: **йогурт, «Снежок», «Бифидок» (промышленного производства)**

Номер рецептуры: **698**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Йогурт	207	200	20,7	20,0
Снежок	207	200	20,7	20,0
Бифидок	207	200	20,7	20,0
<b>Выход:</b>	-	<b>200</b>	-	<b>20,0</b>

#### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	5,6/5,8	<b>Ca (мг):</b>	200,0
<b>Жиры (г):</b>	2,5/5,0	<b>Mg (мг):</b>	28,0
<b>Углеводы (г):</b>	8,2/22,4	<b>Fe (мг):</b>	0,3
<b>Эн. ценность (г):</b>	158,0/162,0	<b>C (мг):</b>	0,12

#### Технология приготовления:

Йогурт или «Снежок», «Бифидок» разливают по стаканам.

Йогурт или «Снежок», «Бифидок», поступающий на предприятия общественного питания, в таре емкостью 0,2 литра отпускают в этой же посуде предварительно промыв проточной водой и обработав ветошью.

Температура подачи 14°C.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 пп.8.16, 8.24)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

### Технологическая карта блюда № 39

Наименование блюда: **сок натуральный (промышленного производства)**

Номер рецептуры: **707**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Сок яблочный, или абрикосовый, или виноградный, или апельсиновый, или вишнёвый, или персиковый	200	200	20,0	20,0
<b>Выход:</b>	-	<b>200</b>	-	<b>20,0</b>

#### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	1,0	<b>Ca (мг):</b>	14,0
<b>Жиры (г):</b>	0,2	<b>Mg (мг):</b>	4,0
<b>Углеводы (г):</b>	20,2	<b>Fe (мг):</b>	2,8
<b>Эн. ценность (г):</b>	92,0	<b>C (мг):</b>	4,0

#### Технология приготовления:

Продукт промышленного производства в упаковке, промывают проточной водой, протирают ветошью и разливают по стаканам.

Температура подачи 14°C.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 пп.8.16, 8.24)

## Технологическая карта блюда № 40

Наименование блюда: **чай с молоком**

Номер рецептуры: **630**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Чай-заварка № 627, мл	-	50	-	5,0
Сахар	-	22,5	-	2,25
Молоко	-	50	-	5,0
Вода	-	100	-	10,0
<b>Выход:</b>	-	<b>150/50/22,5</b>	-	-

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	1,6	<b>Ca (мг):</b>	46,3
<b>Жиры (г):</b>	1,6	<b>Mg (мг):</b>	15,5
<b>Углеводы (г):</b>	17,3	<b>Fe (мг):</b>	0,04
<b>Эн. ценность (г):</b>	87,0	<b>C (мг):</b>	3,7

### Технология приготовления:

В посуду насыпать чай и сахар на определенное количество порций, залить кипятком на то же количество порций и настаивать 5 минут. Процедить, добавить горячее кипяченое молоко, после чего разлить по стаканам.

На порцию чая (200мл) расходуют 50мл заварки, что равноценно 1г сухого чая.

Температура подачи 75°C.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 п. 8.24)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**



### Технологическая карта блюда № 41

Наименование блюда: **чай-заварка**

Номер рецептуры: **684**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Чай в/с и 1-го сорта	1	1	0,100	0,100
Вода	54	54	5,400	5,400
<b>Выход</b>	-	<b>50</b>	-	<b>5,000</b>

#### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	-	<b>Ca (мг):</b>	0,8
<b>Жиры (г):</b>	-	<b>Mg (мг):</b>	2,25
<b>Углеводы (г):</b>	-	<b>Fe (мг):</b>	0,27
<b>Эн. ценность (ккал):</b>	28,0	<b>C (мг):</b>	3,0

#### Технология приготовления:

Чай заваривают в фарфоровом чайнике. Чайник ополаскивают горячей водой, насыпают чай на определенное количество порций, заливают кипятком примерно на 1/3 объема чайника, настаивают 5-10 минут, накрыв салфеткой, после чего доливают кипятком.

Температура подачи 75°C.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 п. 8.24)

**Т.С. Мастихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта блюда № 42

Наименование блюда: **чай с сахаром**

Номер рецептуры: **685**

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Чай-заварка № 684, мл	50 (1г)	50	5,000	5,000
Вода	150	150	15,000	15,000
Сахар	15	15	1,500	1,500
<b>Выход</b>	-	<b>200/15</b>	-	-

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	0,2	<b>Ca (мг):</b>	5,8
<b>Жиры (г):</b>	-	<b>Mg (мг):</b>	2,25
<b>Углеводы (г):</b>	15,0	<b>Fe (мг):</b>	0,27
<b>Эн. ценность (ккал):</b>	58,0	<b>C (мг):</b>	3,0

### Технология приготовления:

В кипятке растворяют сахар, доливают необходимое количество воды и заварки, доводят до кипения. Чай можно готовить и без сахара.  
(СанПиН 2.4.5.2409-08 п. 8.24)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

### Технологическая карта блюда № 43

Наименование блюда: **компот из сухофруктов**

Номер рецептуры: **638**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Яблоки	15	56	1,5	5,6
Или груши	30	45	3,0	4,5
Или курага	20	37	2,0	3,7
Или чернослив	25	37	2,5	3,7
Или урюк	25	46	2,5	4,5
Или изюм	20	32	2,0	3,2
Сахар	20	20	2,0	2,0
Лимонная кислота	0,2	0,2	0,02	0,02
Вода	203	203	20,3	20,3
<b>Выход</b>	-	<b>200</b>	-	<b>20,0</b>

#### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	0,56	<b>Ca (мг):</b>	37,0
<b>Жиры (г):</b>	-	<b>Mg (мг):</b>	8,5
<b>Углеводы (г):</b>	27,89	<b>Fe (мг):</b>	0,54
<b>Эн. ценность (г):</b>	113,79	<b>C (мг):</b>	10,8

#### Технология приготовления:

Подготовленные сушеные плоды или ягоды заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, добавляют кислоту лимонную и варят до готовности.

Груши сушеные в зависимости от величины и вида варят 1-2ч, яблоки – 20-30 минут, чернослив, урюк, курагу – 10-20 минут, изюм – 5-10 минут.

Температура подачи 12-14°C.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 пп. 8.22, 8.24)

**Т.С. Мастихина тел 8-908-777-63-51**

### Технологическая карта блюда № 44

**Наименование блюда:** чай с лимоном

**Номер рецептуры:** 260

**Наименование сборника рецептов:** «Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений», Пермь, 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Чай - заварка	50	50	5,0	5,0
Вода	150	150	15,0	15,0
Сахар	15	1,5	1,5	1,5
Лимон	11	10	1,1	1,0
<b>Выход</b>	-	<b>200/10</b>	-	<b>20,0/1,0</b>

#### Химический состав на 1 порцию

Белки (г):	0,3	Са (мг):	4,0
Жиры (г):	0,5	Mg (мг):	1,2
Углеводы (г):	15,2	Fe (мг):	0,06
Эн. ценность (г):	60,0	С (мг):	4,0

#### Технология приготовления:

В стакан наливают заварку чая, кладут сахар, обработанный ломтик лимона, заливают кипящей водой.

Температура подачи 65°C.

#### Требования к качеству:

Аромат и вкус напитка характерный для сорта чая, имеет привкус лимона.

Прозрачный. Цвет коричневый.

Если чай не прозрачен и тускло-коричневого цвета, значит, он неправильно заварен.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 пп. 8.19, 8.24)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта блюда № 45

Наименование блюда: **кисель из концентрата на плодовых экстрактах**

Номер рецептуры: **648**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Кисель из концентрата	24	24	2,4	2,4
Сахар	10	10	1,0	1,0
Кислота лимонная	0,2	0,2	0,02	0,02
Вода	190	190	19,0	19,0
<b>Выход</b>	-	<b>200</b>	-	<b>20,0</b>

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	1,36	<b>Ca (мг):</b>	20
<b>Жиры (г):</b>	-	<b>Mg (мг):</b>	2
<b>Углеводы (г):</b>	29,2	<b>Fe (мг):</b>	-
<b>Эн. ценность (г):</b>	116,19	<b>C (мг):</b>	10

### Технология приготовления:

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

Готовый кисель разливают по 200г и подают.

Температура подачи 12-14°C.

## Технологическая карта блюда № 46

Наименование блюда: **компот из свежих яблок**

Номер рецептуры: **631**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Яблоки	45	40	4,5	4,0
Сахар	-	24	-	2,4
Вода	-	172	-	17,2
<b>Выход</b>	-	<b>200</b>	-	<b>20,0</b>

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	0,1	<b>Ca (мг):</b>	4,0
<b>Жиры (г):</b>	-	<b>Mg (мг):</b>	2,25
<b>Углеводы (г):</b>	26,77	<b>Fe (мг):</b>	0,55
<b>Эн. ценность (г):</b>	139,0	<b>C (мг):</b>	11,5

### Технология приготовления:

Яблоки с удаленным семенным гнездом нарезают дольками. В горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, проваривают 10-12 минут и процеживают. В подготовленный сироп погружают плоды и варят при слабом кипении не более 6-8 минут.

Температура подачи 12-14°C.

## Технологическая карта блюда № 47

**Наименование блюда:** вафли (пряники)

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Вафли (или пряники)	-	30	-	3,0
Выход	-	30	-	3,0

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию**

<b>Белки (г):</b>	4,9	<b>Ca (мг):</b>	7,4
<b>Жиры (г):</b>	4,56	<b>Mg (мг):</b>	12
<b>Углеводы (г):</b>	64,06	<b>Fe (мг):</b>	1,2
<b>Эн. ценность (ккал):</b>	200,0	<b>C (мг):</b>	3,0

**Технология приготовления:**

Продукт промышленного производства.

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

### Технологическая карта блюда № 48

**Наименование блюда:** конфеты шоколадные

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Конфеты шоколадные	-	25	-	2,5
Выход	-	25	-	2,5

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	1,2	<b>Ca (мг):</b>	0,75
<b>Жиры (г):</b>	8,67	<b>Mg (мг):</b>	1,75
<b>Углеводы (г):</b>	64,6	<b>Fe (мг):</b>	0,25
<b>Эн. ценность (ккал):</b>	137,25	<b>C (мг):</b>	

### Технология приготовления:

Продукт промышленного производства.

**Т.С. Мастихина тел 8-908-777-63-51**



## Технологическая карта блюда № 49

Наименование блюда: **масло (порциями)**

Номер рецептуры: **96**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Масло сливочное	10	10	1000	1000
<b>Выход:</b>	-	<b>10</b>	-	<b>1000</b>

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	0,06	<b>Ca (мг):</b>	2,4
<b>Жиры (г):</b>	8,24	<b>Mg (мг):</b>	0,05
<b>Углеводы (г):</b>	0,09	<b>Fe (мг):</b>	
<b>Эн. ценность (г):</b>	74,8	<b>C (мг):</b>	

### Технология приготовления:

Масло нарезают на кусочки прямоугольной или другой формы.

Температура подачи 12-14°C.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 п.8.22)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта блюда № 50

Наименование блюда: **сыр (порциями)**

Номер рецептуры: **97**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Российский, или	22	20	2,2	2,0
Голландский	23	20	2,3	2,0
<b>Выход:</b>	-	<b>20</b>	-	<b>20,0</b>

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	4,6/4,7	<b>Ca (мг):</b>	200,0/160,2
<b>Жиры (г):</b>	6,0/6,18	<b>Mg (мг):</b>	8,5/8,5
<b>Углеводы (г):</b>		<b>Fe (мг):</b>	0,12/-
<b>Эн. Ценность (г):</b>	74,2/76,0	<b>C (мг):</b>	0,32/0,47

### Технология приготовления:

Сыр нарезают на крупные куски прямоугольной или треугольной формы, очищают от корки.

Температура подачи 12-14°C.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 п.8.22)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта блюда № 51

**Наименование блюда:** фрукты свежие

Наименование сырья	Расход продукта на 1 изделие	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Яблоки (х/о-12%) или	227	200
Груши (х/о-10%) или	222	200
Апельсины (х/о-10%) или	222	200
Бананы (х/о-10%)	222	200
Выход	-	200

**Химический состав на 100г продукта:**

Белки (г):	0,82
Жиры (г):	0,82
Углеводы (г):	20,18
Эн. ценность (ккал):	90,64

**Технология приготовления:**

Плоды перед отпуском перебирают, удаляют плодоножки, сорные примеси, выдерживают в 10% растворе поваренной соли в течение 10 минут, затем тщательно промывают проточной питьевой холодной водой.  
(СанПиН 2.4.5.2409-08 пп. 8.19)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

### Технологическая карта блюда № 52

**Наименование блюда:** печенье сахарное или песочное

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Печенье	-	35	-	3,5
Выход	-	35	-	3,5

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию**

<b>Белки (г):</b>	2,59	<b>Ca (мг):</b>	15,0
<b>Жиры (г):</b>	3,5	<b>Mg (мг):</b>	7,0
<b>Углеводы (г):</b>	64,6	<b>Fe (мг):</b>	0,83
<b>Эн. ценность (ккал):</b>	152,6	<b>C (мг):</b>	2,3

**Технология приготовления:**

Продукт промышленного производства.

## Технологическая карта блюда № 53

**Наименование блюда:** хлеб пшеничный

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Хлеб пшеничный	-	60	-	6,0
Выход	-	60	-	6,0

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию**

<b>Белки (г):</b>	4,74	<b>Ca (мг):</b>	13,8
<b>Жиры (г):</b>	0,54	<b>Mg (мг):</b>	19,8
<b>Углеводы (г):</b>	31,32	<b>Fe (мг):</b>	0,54
<b>Эн. ценность (ккал):</b>	138,6	<b>C (мг):</b>	

**Технология приготовления:**

Продукт промышленного производства.

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта блюда № 54

**Наименование блюда:** хлеб ржаной

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Хлеб ржаной	-	60	-	6,0
Выход	-	60	-	6,0

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию**

<b>Белки (г):</b>	2,82	<b>Ca (мг):</b>	18
<b>Жиры (г):</b>	0,72	<b>Mg (мг):</b>	11,4
<b>Углеводы (г):</b>	27,84	<b>Fe (мг):</b>	1,3
<b>Эн. ценность (ккал):</b>	125,4	<b>C (мг):</b>	

**Технология приготовления:**

Продукт промышленного производства.

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта блюда № 55

Наименование блюда: **соус сметанный**

Номер рецептуры: **600**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Сметана	13	13	1,3	1,3
Мука пшеничная	4	4	0,4	0,4
Бульон или вода	38	38	3,8	3,8
<b>Выход:</b>	-	<b>50</b>	-	<b>5,0</b>

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	1,2	<b>Ca (мг):</b>	13,08
<b>Жиры (г):</b>	5,1	<b>Mg (мг):</b>	3,96
<b>Углеводы (г):</b>	2,5	<b>Fe (мг):</b>	0,16
<b>Эн. ценность (г):</b>	61,0	<b>C (мг):</b>	0,04

### Технология приготовления:

Муку пассеруют при непрерывном помешивании, не допуская пригорания, до слегка кремового цвета. В пассерованную муку, охлажденную до 60-70°C, вливают четвертую часть горячего бульона и вымешивают до образования однородной массы, затем постепенно добавляют оставшийся бульон.

В горячий соус белый кладут прокипяченную сметану, соль, варят 3-5 минут, процеживают и доводят до кипения.

Температура подачи 65°C.

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта блюда № 56

Наименование блюда: **яйцо вареное**

Номер рецептуры: **337**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Яйца	1 шт.	40	100 шт.	4,0
<b>Выход</b>	-	<b>40</b>	-	<b>4,0</b>

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	4,52	<b>Ca (мг):</b>	19,36
<b>Жиры (г):</b>	4,05	<b>Mg (мг):</b>	2,18
<b>Углеводы (г):</b>	0,25	<b>Fe (мг):</b>	0,87
<b>Эн. ценность (ккал):</b>	56,52	<b>C (мг):</b>	-

### Технология приготовления:

Яйца погружают в кипящую подсоленную воду ( 3л воды и 40-50г соли на 10 яиц) и варят вкрутую – 10 минут. Для облегчения очистки от скорлупы яйца сразу же после варки погрузить в холодную воду.

Т.С. Масстихина тел 8-908-777-63-51



### Технологическая карта блюда № 57

**Наименование блюда:** макаронные изделия отварные

**Номер рецептуры:** 332

**Наименование сборника рецептов:** «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция (сад)	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Макаронные изделия	52		70	70
Вода	420		560	560
Соль	3		4	4
Масло слив.	5		5	5
Выход:	-	150/5	-	200/5

#### Химический состав на 1 порцию ясли / сад

Белки (г):	3,92 / 4,89
Жиры (г):	2,96 / 3,68
Углеводы (г):	26,43 / 33,03
Эн. ценность (г):	151,15 / 188,97

#### Технология приготовления:

Макаронные изделия варят в кипящей подсоленной воде 10-12 минут.

Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с прокипяченным сливочным маслом, чтобы они не склеивались и не образовывали комков.

**Т.С. Мастихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта блюда № 58

Наименование блюда: **Омлет натуральный**

Номер рецептуры: **340**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Яйца	2,7шт	109	3шт	145
Молоко	41	41	54	54
Масса омлетной смеси	-	150	-	200
Масло сливочное	7	7	9	9
Масса готового омлета	-	145	-	190
Масло сливочное	5	5	-	10
<b>Выход:</b>	-	<b>150</b>	-	<b>200</b>

### Химический состав на 1 порцию:

<b>Белки (г):</b>	5,82/10,0
<b>Жиры (г):</b>	9,02/16,7
<b>Углеводы (г):</b>	1,52/1,9
<b>Эн. ценность (г):</b>	110,54/199,0
<b>Витамин С (мг):</b>	0,2/0,5

### Технология приготовления:

Подготовленные, в соответствии с санитарными правилами, яйца разбивают, добавляют в яичную смесь молоко, соль, перемешивают и слегка взбивают до образования пены. Затем выливают в разогретую смазанную маслом сковороду или на противень слоем 2,5-3см и запекают в жарочном шкафу при температуре 180-200°С 8-10 минут до образования легкой румяной корочки.

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

Перед подачей нарезают на порции.

Температура подачи 65°С.

При подаче заправляется прокипяченным маслом сливочным.

### Требования к качеству:

Консистенция омлета нежная, пористая, поверхность слегка зарумянена.

Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51

## Технологическая карта блюда № 59

Наименование блюда: **напиток из лимонов или апельсинов**

Номер рецептуры: **646**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Апельсины	16,5	166,5	22	22
Вода	157,5	157,5	210	210
Или лимоны	12	12	16	16
Вода	160,5	160,5	214	214
Сахар	18	18	24	24
<b>Выход:</b>	-	<b>150</b>	-	<b>200</b>

### Химический состав на 1 порцию:

<b>Белки (г):</b>	0,07/0,1
<b>Жиры (г):</b>	
<b>Углеводы (г):</b>	18,15/24,2
<b>Эн. ценность (г):</b>	69,75/93
<b>Витамин С (мг):</b>	10/13,3

### Технология приготовления:

Цедру снятую с лимона или апельсина, мелко нарезают, заливают горячей водой, кипятят в течение 5 минут, а затем оставляют на 3-4 часа для настаивания. После процеживания в отвар вводят сахар, доводят до кипения, добавляют мелко нарезанную мякоть лимонов или апельсинов, процеживают, вновь доводят до кипения и охлаждают.

### Требования к качеству:

Вкус и запах кисло-сладкий. Аромат соответствует виду фрукта. Консистенция жидкая. Отвар прозрачен. Не допускаются посторонние примеси и порченные плоды.

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

### Технологическая карта блюда № 60

**Наименование блюда:** икра морковная или свекольная

**Номер рецептуры:** 129

**Наименование сборника рецептов:** «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Морковь свежая	95	75	9,5	7,5
Или свекла свежая	97	75	9,7	7,5
Лук репчатый	20	17,5	2,0	1,75
Томатное пюре	27,5	27,5	2,75	2,75
Масло растительное	7,5	7,5	0,75	0,75
Сахар	1,25	1,25	0,125	0,125
<b>Выход</b>	-	<b>100</b>	-	<b>10,0</b>

#### Химический состав на 1 порцию

Белки (г):	3,6	Са (мг):	10
Жиры (г):	11,4	Mg (мг):	5
Углеводы (г):	19,5	Fe (мг):	0,1
Эн. ценность (ккал):	198,0	С (мг):	11,85

#### Технология приготовления:

Морковь или свеклу отваривают, очищают от кожицы и измельчают. Лук репчатый шинкуют и пассеруют, в конце пассерования добавляют томатное пюре. Измельченные овощи соединяют с пассерованным луком, добавляют сахар, соль, лавровый лист, прогревают на плите на медленном огне 10 минут, помешивая и охлаждают.

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

### Технологическая карта блюда № 61

**Наименование блюда:** маринад овощной с томатом

**Номер рецептуры:** 612

**Наименование сборника рецептов:** «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Морковь	112,5	90	11,25	9,0
Лук репчатый	27	22,5	2,7	2,25
Масло растительное	15	15	1,5	1,5
Томатная паста	22,5	22,5	2,25	2,25
Сахар	4	4	0,4	0,4
Вода	18	18	1,8	1,8
<b>Выход</b>	-	<b>150</b>	-	<b>15,0</b>

#### Химический состав на 1 порцию

Белки (г):	2,7	Ca (мг):	12
Жиры (г):	7,8	Mg (мг):	5
Углеводы (г):	12,9	Fe (мг):	0,01
Эн. ценность (ккал):	85,0	C (мг):	8,25

#### Технология приготовления:

Овощи нарезают соломкой, пассеруют на масле растительном, затем добавляют томатное пюре и пассеруют еще 7-10 минут. После этого вводят воду и кипятят 15-20 минут. В конце варки добавляют лавровый лист, соль, сахар.

**Т.С. Мастихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта блюда № 62

**Наименование блюда:** икра кабачковая (промышленного производства)

**Номер рецептуры:** 130

**Наименование сборника рецептов:** «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Икра кабачковая	43	40	64,5	60
<b>Выход</b>	-	<b>40</b>	-	<b>60</b>

### Химический состав на 1 порцию

Белки (г):	0,5/0,7	Ca (мг):	5
Жиры (г):	2,25/3,15	Mg (мг):	4
Углеводы (г):	2,36/3,3	Fe (мг):	0,03
Эн. ценность (ккал):	30,5/42,7	C (мг):	2,45
Витамин С (мг):	1,75/1,45		

### Технология приготовления:

Банки с икрой обрабатывают в соответствии с санитарными правилами, открывают, снимают 1 см верхнего слоя икры, остальную икру прогревают на медленном огне и порционируют.

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

### Технологическая карта блюда № 63

**Наименование блюда:** сельдь соленая (промышленного производства)

**Номер рецептуры:** 89

**Наименование сборника рецептов:** «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Сельдь соленая	52	25	73	35
<b>Выход</b>	-	<b>25</b>	-	<b>35</b>

#### Химический состав на 1 порцию

Белки (г):	4,77/6,68	Ca (мг):	13,5
Жиры (г):	4,4/6,16	Mg (мг):	15
Углеводы (г):	4,4/6,16	Fe (мг):	0,1
Эн. ценность (ккал):	37,32/52,25	C (мг):	
Витамин С (мг):	0,32/0,45		

#### Технология приготовления:

Сельдь соленую разделяют на филе без кожи и костей, нарезают тонкими кусочками, при раздаче гарнируют отварными овощами.

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

### Технологическая карта блюда № 64

**Наименование блюда:** суп картофельный с крупой с консервами «Сайра»

**Номер рецептуры:** 138

**Наименование сборника рецептур:** «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Картофель	-	60	-	6,0
с 1.09.-31.10.=25%	80	-	8,0	-
с 1.11.-31.12.=30%	86	-	8,6	-
с 1.01.-29.02.=35%	92	-	9,2	-
с 1.03.=40%	100	-	10,0	-
Крупа рисовая	4	4	0,4	0,4
Морковь	10	8	1,0	0,8
Лук репчатый	10	8	1,0	0,8
Масло сливочное	3	3	0,3	0,3
Бульон или вода	150	150	15,0	15,0
Консервы «Сайра»	30	30	3,0	3,0
Выход	-	200/30	-	20,0/3,0

#### Химический состав на 1 порцию

Белки (г):	5,22 / 6,96
Жиры (г):	6,59 / 8,79
Углеводы (г):	9,95 / 13,26
Эн. ценность (ккал):	121,23 / 161,64

#### Технология приготовления:

Лук мелко рубят, морковь нарезают мелкими кубиками и пассеруют.

Картофель нарезают кубиками.

В кипящий бульон или воду кладут крупу, картофель, пассерованные овощи и варят до готовности 15-20 минут. За 5-10 минут до окончания варки кладут соль и сайру.

Температура подачи 75°С.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 пп. 8.22, 8.24)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**



## Технологическая карта блюда № 65

**Наименование блюда: напиток из шиповника**

**Номер рецептуры: 705**

**Наименование сборника рецептов:** «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», Москва 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Шиповник (сухие плоды)	20	20	100	100
Сахар	20	20	100	100
Вода	200	200	1000	1000
<b>Выход</b>	-	<b>200</b>	-	<b>1000</b>

### Химический состав на 1 порцию

Белки (г):	0,68
Жиры (г):	
Углеводы (г):	21,01
Эн. ценность (ккал):	46,27
Витамин С (мг):	22

### Технология приготовления:

Промытые холодной водой плоды шиповника заливают кипятком, варят в закрытой посуде при слабом кипении 5-10 мин и добавляют сахар. Затем оставляют для настаивания на 2-4 ч. После этого отвар процеживают.

### Требования к качеству:

Напиток имеет вкус и аромат свойственный шиповнику, сладкий, цвет красно-коричневый.

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта блюда № 66

Наименование блюда: **соус красный основной**

Номер рецептуры: **528**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания», Москва, 1996.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Бульон или отвар	-	1000	-	50
Масло растительное	20	20	1	1
Мука пшеничная	50	50	2,5	2,5
Морковь	100	80	5	4
Лук репчатый	24	20	1,2	1
Томатное пюре	100	100	5	5
Сахар	15	15	0,75	0,75
Масло сливочное	30	30	1,5	1,5
<b>Выход:</b>	-	<b>1000</b>	-	<b>50</b>

### Химический состав на 1 порцию:

<b>Белки (г):</b>	0,72 / 1,2
<b>Жиры (г):</b>	3,06 / 5,1
<b>Углеводы (г):</b>	1,5 / 2,5
<b>Эн. ценность (г):</b>	36,6 / 61

### Технология приготовления:

Нарезанные лук, морковь пассеруют с маслом, добавляют томатное пюре и продолжают пассерование ещё 10-15 мин.

Просеянную пшеничную муку пассеруют при температуре 150-160<sup>0</sup>С, периодически помешивая, до приобретения светло-коричневого цвета.

Охлаждённую до 70-80<sup>0</sup>С мучную пассеровку разводят тёплым бульоном в соотношении 1:4, тщательно размешивают. Затем добавляют пассерованные с томатным пюре овощи и при слабом кипении варят 45-60 мин. В конце варки добавляют соль, сахар. Соус процеживают, протирая в него разварившиеся овощи, и доводят до кипения.

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

### Технологическая карта № 67

**Наименование блюда (изделия):** каша гречневая вязкая

**Номер рецептуры:** 186

**Наименование сборника рецептов:** «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Крупа гречневая	37,5	37,5	3,75	3,75
Вода	120	120	12,	12,
Соль	1,5	1,5	0,15	0,15
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Выход	-	150/5	-	15,0/0,5

#### Химический состав на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	8,85	<b>Ca (мг):</b>	50,1
<b>Жиры (г):</b>	5,94	<b>Mg (мг):</b>	68,75
<b>Углеводы (г):</b>	47,64	<b>Fe (мг):</b>	5,61
<b>Эн. ценность (ккал):</b>	265,6	<b>C (мг):</b>	

#### Технология приготовления:

Гречку перебирают, засыпают в кипящую подсоленную воду, всплывшие пустые зерна удаляют и варят до загустения, помешивая. Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают крышкой и доводят до готовности в течение 1-1,5 часа. Затем вливают прокипяченное масло сливочное.

Температура подачи 65°C.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 пп. 8.22, 8.24)

#### Требования к качеству:

Зерна крупы полностью набухшие, хорошо проварены, сохранили форму, легко отделяются друг от друга, каша заправлена маслом, без посторонних привкусов и запахов.

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта № 68

**Наименование блюда (изделия):** рис отварной

**Номер рецептуры:** 191

**Наименование сборника рецептов:** «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Рис	36	36	43/54	43/54
Масло сливочное	4,5	4,5	5/6	5/6
Выход	-	100	-	120/150

### Химический состав на 1 порцию

Белки (г):	1,5/1,8
Жиры (г):	3,9/4,68
Углеводы (г):	15,3/18,36
Эн. ценность (ккал):	104/124,8
Витамин С (мг):	

### Технология приготовления:

Рис перебирают, промывают многократно в теплой воде. Подготовленную рисовую крупу всыпают в кипящую подсоленную воду (6л воды, 40г соли на 1кг риса) и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают на сито, дают стечь воде. Рис перекладывают на противень слоем 3-4см, заправляют горячим сливочным маслом, перемешивают и прогревают в жарочном шкафу при температуре 160°C 5-7 минут.

Температура подачи 65°C.

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта № 69

**Наименование блюда (изделия):** каша перловая

**Номер рецептуры:** 191

**Наименование сборника рецептов:** «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Крупа перловая	26	26	32,5	32,5
Вода	98	98	122,5	122,5
Масло сливочное	4	4	5	5
Выход	-	120	-	150

### Химический состав на 1 порцию

Белки (г):	2,4/3
Жиры (г):	4,68/5,85
Углеводы (г):	17,04/21,3
Эн. ценность (ккал):	121,2/151,5
Витамин С (мг):	

### Технология приготовления:

Крупу перловую перебирают, промывают, закладывают в кипящую подсоленную воду и варят до готовности. Готовую кашу заправляют прокипяченным маслом сливочным.

Температура подачи 65°С.

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта № 70

**Наименование блюда (изделия):** каша пшённая

**Номер рецептуры:** 191

**Наименование сборника рецептов:** «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Крупа пшённая	30	30	37,5	37,5
Вода	96	96	120	120
Масло сливочное	4	4	5	5
Выход	-	120	-	150

### Химический состав на 1 порцию

Белки (г):	2,4/3
Жиры (г):	4,68/5,85
Углеводы (г):	17,04/21,3
Эн. ценность (ккал):	121,2/151,5
Витамин С (мг):	

### Технология приготовления:

Крупу пшённую перебирают, промывают, закладывают в кипящую подсоленную воду и варят до готовности. Готовую кашу заправляют прокипяченным маслом сливочным.

Температура подачи 65°C.

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта блюда № 71

Наименование блюда: **азу с мясом (п/ф высокой степени готовности)**

Номер рецептуры: **438**

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Говядина (п/ф высокой степени готовности)	-	79	-	79
Картофель с 01.09 по 01.11	127	96	152	115
01.01 с 01.11 по	136	103	163	124
01.03 с 01.01 по	146	111	175	133
01.09 с 01.03 по	154	117	185	141
Лук репчатый	14	12	17	14
Огурцы соленые	20	12	23,5	14
Томатная паста	7	7	8	8
Мука пшеничная	2	2	3	3
Масло растительное	7	7	8	8
Масса тушеного мяса	-	50	-	50
Масса тушеных овощей	-	150	-	180
<b>Выход</b>	-	<b>200</b>	-	<b>230</b>

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	7,66/9,8
<b>Жиры (г):</b>	8,2/10,6
<b>Углеводы (г):</b>	15,55/20,4
<b>Эн. ценность (г):</b>	182,5/243
<b>Витамин С (мг):</b>	5,4/7,2

### Технология приготовления:

Мясо обжаривают, заливают горячим бульоном или водой, добавляют пассерованное томатное пюре и тушат почти до готовности в закрытой посуде при слабом кипении. На оставшемся бульоне приготавливают соус, в который кладут соленые огурцы, нарезанные соломкой, пассерованный лук, соль. Полученным соусом заливают мясо, добавляют картофель и тушат до готовности.

Температура подачи 65°С.

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

## Технологическая карта блюда № 72

**Наименование блюда:** курица в соусе с томатом (из полуфабриката высокой степени готовности)

**Номер рецептуры:** 179

**Наименование сборника рецептов:** «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах», Издательство «Хлебпродинформ», 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Куриное филе(полуфабрикат высокой степени готовности)	-	77	-	107
Масло сливочное	8	8	9	9
Лук репчатый	8	6	9	7,5
Томат-пюре	8	8	9	9
Мука пшеничная	2	2	2	2
Чеснок	0,75	0,75	0,9	0,9
Сметана	4	4	5	5
Морковь	8	6	9	7,5
Вода и бульон	41	41	46	46
<b>Выход</b>	-	<b>50/50</b>	-	<b>120</b>

### Химический состав на 1 порцию

Белки (г):	12,53 / 16,7	В1 (мг):	0,1 / 0,11
Жиры (г):	9,6 / 12,8	В2 (мг):	0,19 / 0,2
Углеводы (г):	4,66 / 5,44	С (мг):	1,08 / 1,23
Эн. ценность (ккал):	167,64 / 220,3	Са (мг):	26,8 / 30,63
		Fe (мг):	1,97 / 2,25

### Технология приготовления:

Полуфабрикат высокой степени готовности куриные бедра отваривают до готовности. Морковь шинкуют соломкой, пассеруют на сливочном масле с добавлением куриного бульона. Томат-пюре, пассеруют до исчезновения сырого запаха томата. Лук репчатый, нарезанный полукольцами, бланшируют, затем пассеруют – без изменения цвета. Муку пассеруют – без изменения цвета (без масла), разводят горячим бульоном, доводят до кипения при постоянном помешивании, закладывают подготовленные морковь, лук – проваривают 15-20 минут (до готовности овощей), вводят томат-пюре, варят 5 минут, закладывают мякоть курицы и тушат 10-15 минут. В конце тушения добавляют растертый чеснок, сметану, доводят до кипения и подают.

Температура подачи 65°C.

(СанПиН 2.4.5.2409-08 пп. 8.22, 8.24)

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**



### Технологическая карта блюда № 73

**Наименование блюда:** суп картофельный с клецками

**Номер рецептуры:** 37

**Наименование сборника рецептов:** «Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений», Пермь, 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Картофель с 01.09 по 01.11	40	30	53	40
с 01.11 по 01.01	43	32	57	43
с 01.01 по 01.03	46	34	61	46
с 01.03 по 01.09	49	36	65	49
Морковь	8	6	10	8
Лук репчатый	8	6	10	8
Масло сливочное	1,5	1,5	2	2
Бульон	112,5	112,5	150	150
Клецки:				
Мука пшеничная	6	6	8	8
Масло сливочное	0,75	0,75	1	1
Яйца	1/10шт	1,65	1/18шт	2,2
Вода	9	9	12	12
Масса теста	-	17	-	22,5
Масса готовых клецок	-	20	-	25
<b>Выход</b>	-	<b>150/20</b>	-	<b>200/25</b>

#### Химический состав на 1 порцию

Белки (г):	5,5/7,12
Жиры (г):	5,2/6,71
Углеводы (г):	13,47/16,84
Эн. ценность (ккал):	122,55/155,94
Витамин С (мг):	0,5/0,7

#### Технология приготовления:

В кипящий бульон кладут нарезанный брусочками картофель и варят 5 минут, затем кладут нарезанные морковь и лук, припущенные с добавлением масла сливочного и варят еще 10 минут. Клецки варят отдельно в подсоленной воде небольшими партиями.

Клецки: в воду кладут соль, масло, доводят до кипения, помешивая, высыпают просеянную муку и проваривают тесто, продолжая помешивать еще 10 минут, затем охлаждают, добавляя в три приема яйцо, хорошо перемешивают. Тесто закатывают в виде жгутов и нарезают кружочками массой 10г, закладывают в кипящую подсоленную воду (5л на 1кг), варят 7 минут, откидывают и сразу же раскладывают в тарелки., не хранят. Температура подачи 65°C.

#### Требования к качеству:

Бульон должен быть прозрачным. Овощи сохранили форму нарезки, мягкие, клецки проварены. Вкус и аромат свойственный продуктам рецептуры.

**Т.С. Мاستихина тел 8-908-777-63-51**

### Технологическая карта блюда № 74

Наименование блюда: **бефстроганов из говядины из полуфабриката высокой степени готовности**

Номер рецептуры: **423**

Наименование сборника рецептур: «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений», Пермь, 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Полуфабрикат высокой степени готовности бефстроганов	-	79/59	-	7,9
Лук репчатый	29	24	2,9	2,4
Масло топленое	7	7	0,7	0,7
Масса лука пассерованного	-	12	-	1,2
Мука пшеничная	4	4	0,4	0,4
Сметана	20	20	2,0	2,0
Масса жареного мяса	-	50/30	-	5,0
Масса соуса и пассерованного лука	-	50	-	5,0
<b>Выход:</b>	-	<b>100</b>	-	<b>10,0</b>

#### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

<b>Белки (г):</b>	12,6
<b>Жиры (г):</b>	10,7
<b>Углеводы (г):</b>	5,8
<b>Эн. ценность (г):</b>	183,7
<b>Витамин С (мг):</b>	

#### Доведение до готовности:

Полуфабрикат высокой степени готовности бефстроганов кладут ровным тонким слоем на сковороду с топленым маслом, разогретым до температуры 150-180°C, посыпают солью и жарят, непрерывно помешивая, в течение 3-4 минут. Из пассерованной без масла муки, сметаны согласно рецептуре № 600 приготавливают соус сметанный. В соус кладут пассерованный лук, заливают им обжаренное мясо и тушат до готовности при умеренном кипении в течение 25 минут. Отпускают бефстроганов вместе с соусом и гарниром.

## Технологическая карта № 75

**Наименование блюда (изделия):** рис отварной

**Номер рецептуры:** 191

**Наименование сборника рецептур:** «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений», Пермь, 2004.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	брутто,г	нетто,г	брутто,кг	нетто,кг
Рис	36	36	43/54	43/54
Вода	75	75	90/110	90/110
Масло сливочное	4,5	4,5	5/6	5/6
Выход	-	100	-	120/150

### Химический состав на 1 порцию

Белки (г):	1,5/1,8
Жиры (г):	3,9/4,68
Углеводы (г):	15,3/18,36
Эн. ценность (ккал):	104/124,8
Витамин С (мг):	

### Технология приготовления:

Рис перебирают, промывают многократно в теплой воде. Подготовленную рисовую крупу всыпают в кипящую подсоленную воду (6л воды, 40г соли на 1кг риса) и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают на сито, дают стечь воде. Рис перекладывают на противень слоем 3-4см, заправляют горячим сливочным маслом, перемешивают и прогревают в жарочном шкафу при температуре 160°C 5-7 минут.

Температура подачи 65°C.

