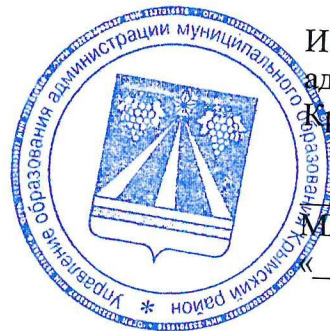


СОГЛАСОВАНО

МП

« _____ » _____ 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ



И.О. Начальника управления образования
администрации муниципального образования
Крымский район

МП

« 20 » января 2025 г.

В.Н. Аблаева

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ, ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ (7-11 ЛЕТ)
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ
Г. КРЫМСКА И КРЫМСКОГО РАЙОНА**

Крымск 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Азу.

Номер рецептуры: № 438-04

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г. под ред. В.Т. Лапшиной.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Говядина (боковой и наружный кусок тазобедренной части) п/ф	79	79
Картофель	114	85
или картофель (с 1 января по 28-29 февраля)	148	85
Лук репчатый	12,4	10,6
Томатное пюре	2,5	2,5
Масло сливочное	5	5
Огурцы соленые	13	12
Масса тушеного мяса	-	50
Соль	0,5	0,5
Масса готовых овощей	-	150
ВЫХОД	-	200

Технологическое приготовление: Мясо нарезают брусочками по 10-15 г., заливают горячей водой, добавляют пассированную томатную пасту и тушат почти до готовности при слабом кипении. Соленые огурцы нарезают соломкой, лук нарезают соломкой, картофель дольками. Овощи и обжаривают по отдельности. Обжаренное мясо и овощи кладут в посуду слоями, чтобы снизу и сверху мяса были овощи, соль и бульон (продукты должны быть только покрыты жидкостью) закрывают крышкой и тушат до готовности. За 5-10 мин до окончания тушения кладут лавровый лист. Отпускают азу вместе с бульоном и овощами.

Отпускают блюдо при температуре 65 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: мясо – нарезано поперек волокон, уложено на тарелку вместе с овощами.

Овощи сохранили форму нарезки;

Консистенция: мяса и овощей – нежная, мягкая, сочная;

Цвет: мяса – коричневый, овощей – темно-красный;

Запах: мяса в сочетании с ароматом овощей;

Вкус: без постороннего привкуса, умеренно соленый.

Пищевая ценность блюда «Жаркое по-домашнему» на выход 200 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
15,79	15,75	16,64	263,81

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Бефстроганов

Номер рецептуры: № 250-05

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г. под ред. В.Т. Лапшиной.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Говядина бескостная, (внутренний куски тазобедренной части) п/ф	86,9	79
Лук репчатый	29	24
Масло сливочное	7	7
Масса лука пассированного	-	12
Мука пшеничная	4	4
Сметана	18	18
Соль	0,7	0,7
Масса готового мяса	-	50
Масса соуса и пассированного лука	-	50
Выход	-	100

Технологическое приготовление: Нарезанное широкими кусками мясо отбивают до толщины 5-8 мм и нарезают брусочками длиной 3-4 см массой по 5-7 г.

Полученные кусочки кладут ровным тонким слоем на сковороду с маслом, разогретым до температуры 150-180° С, посыпают солью и жарят, непрерывно помешивая, в течение 3-4 мин. Из пассерованный без жира муки и сметаны приготавливают соус, в соус кладут пассерованный лук, заливают им обжаренное мясо и доводят до кипения.

Отпускают бефстроганов вместе с соусом и гарниром.

Блюдо реализуют при температуре 65 °С.

Требования к качеству: Органолептические показатели качества:

Внешний вид: мясо, нарезанное тонкими брусочками и вместе с соусом уложено горкой на тарелку. Гарнир уложен сбоку.

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

Цвет: мяса - светло-коричневый, соуса – оранжевый с матовым оттенком (от сметаны).

Запах: мяса с ароматом сметаны, пассированного лука.

Вкус: жареного мяса, умеренно соленый.

Микробиологические показатели блюда «Бефстроганов» должны соответствовать требованиям СанПиН 2.3.2.1078.

Пищевая ценность блюда на выход 100 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
17,5	12,4	5,7	204

Витамины			
В ₁	С	А	Е
0,4	0,45	107	0,12

Минеральные вещества			
Кальций (мг)	Фосфор (мг)	Магний (мг)	Железо (мг)
50	152	21	2,02

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Борщ со сметаной.

Номер рецептуры: № 109-04

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г. под ред. В.Т. Лапшиной.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Свекла (до 1 января)	40	32
или свекла (после 1 января)	50	32
Капуста свежая	30,4	22,6
Морковь (до 1 января)	12,8	10,4
или морковь (с 1 января)	16	10,4
Морковь	3,2	2,4
Лук репчатый	10,8	9
Томатное пюре	7,4	7,4
Масло сливочное	2,4	2,4
Масло растительное	4	4
Сахар	2,0	2,0
Соль	0,5	0,5
Вода		152
Сметана	5	5
Выход		200/5

Технологическое приготовление: в кипящую воду закладывают нашинкованную свежую капусту, доводят до кипения, затем варят 10-15 мин, кладут слегка пассированные или припущенные овощи, тушенную или вареную свеклу и варят борщ до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль, сахар, сметану. Блюдо реализуют при температуре 75 °С. Органолептические показатели качества: Внешний вид: овощи сохранили форму нарезки (свекла, капуста, морковь, лук – соломкой).

Консистенция: свекла и овощи мягкие, капуста свежая – упругая.

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

Запах: свойственный овощам.

Вкус: кисло-сладкий, умеренно соленый.

6.2 Микробиологические показатели блюда «Борщ с капустой и картофелем» должны соответствовать требованиям СанПиН 2.3.2.1078.

Пищевая ценность блюда на выход 200 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
1,53	6	8,5	147

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Вареники ленивые со сметаной.
Номер рецептуры: № 354/355.

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г. под ред. В.Т. Лапшиной.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Мука пшеничная	14	14
Творог	104	104
Яйца	7,1	7,1
Сахар	7,3	7,3
Соль	0,5	0,5
Масса полуфабриката	-	123,5
Масса готовых вареников	-	130
Сметана	20	20
Масло сливочное	3,4	3,4
ВЫХОД	-	150

Технологическое приготовление: В протертый творог вводят муку, яйца, сахар, соль и тщательно перемешивают до получения однородной массы. Затем массу раскатывают пластом толщиной 10-12 мм и нарезают на полоски шириной 25 мм. Полоски нарезают на кусочки прямоугольной или треугольной формы.

Подготовленные вареники (полуфабрикат) отваривают в подсоленной воде при слабом кипении в течение 4-5 мин.

Отпускают вареники со сметаной.

Температура подачи блюда не менее 65 °С.

Органолептические показатели качества:

Цвет: от светло-кремового до кремового.

Вкус: свойственные вареному тесту с нежным ароматом творога, масла сливочного.

Запах: свойственные вареному тесту с нежным ароматом творога, масла сливочного.

Консистенция: нежная, однородная, без крупинок не протертого творога.

Внешний вид: вареники сохранили форму прямоугольников или треугольников, политы маслом.

Пищевая ценность блюда «Вареники ленивые» на выход 150 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
18,3	12,9	19,2	332,7

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Голубцы ленивые с мясом и рисом.

Номер рецептуры: № 372-13

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2013 г.

	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Капуста белокочанная свежая	70,1	56
Говядина (котлетное мясо) охлажденная, бескостная, к\к п/ф	43	43
Крупа рисовая	11,5	11,5
Лук репчатый	10,1	8,4
Масло сливочное	2,8	2,8
Масса пассированного лука	-	4,2
Соль	0,5	0,5
Масса полуфабриката	-	112
Масса обжаренных голубцов	-	100
Выход	-	100

Технологическое приготовление: подготовленную белокочанную капусту шинкуют крупной соломкой и припускают в подсоленной воде. Лук нарезают соломкой, пассеруют. Котлетное мясо говядины пропускают через мясорубку, обжаривают на противне и доводят до готовности в жарочном шкафу.

К обжаренной говядине добавляют сваренный в подсоленной воде рассыпчатый рис, пассерованный лук, припущенную капусту, соль, перемешивают. Формуют овальные колбаски по 1шт на порцию, складывают на противень, смазанный сливочным маслом, добавляют воду запекают в жарочном шкафу 30 мин. При температуре 250С.

Блюдо реализуют при температуре 65 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид – капуста и лук нарезаны соломкой, сохранили форму нарезки, зерна риса целые;

Цвет– характерный для входящих ингредиентов; мяса – серо-коричневый, капусты и лука – белый, риса – сероватый;

Вкус, запах – тушеной свежей капусты, мяса, риса с привкусом и ароматом пассированного лука;

Консистенция– мягкая, сочная.

Пищевая ценность блюда на выход 100 г

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
5,8	6,5	6,4	128,4

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Горошек зеленый консервированный.

Промышленного производства.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Горошек зеленый консервированный	92	60
ВЫХОД	-	60

Технологическое приготовление: горошек консервированный прогревают в рассоле, затем отделяют от заливки, порционируют.

Блюдо реализуют при температуре 65 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: горошек сохранил форму.

Консистенция: сочная, плотная.

Цвет: свойственный сорту горошка.

Запах: консервированного зеленого горошка.

Вкус: умеренно соленый.

Пищевая ценность блюда на выход 60 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
1,7	0,1	3,5	28,6

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Гуляш.

Номер рецептуры: № 260-05

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2005 г. под ред. М.П. Могильного.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Говядина (лопаточная и подлопаточные части, грудинка, покромка) бескостная п/ф	86,9	79
Масло растительное	5,0	5,0
Лук репчатый	12	10
Томатное пюре	8	8
Мука пшеничная	2,0	2,0
Соль	0,5	0,5
Масса тушеного мяса	-	50
Масса соуса	-	50
ВЫХОД		100

Технологическое приготовление: нарезанное кубиками по 20-30 г и обжаренное мясо заливают водой и тушат с добавлением пассированного томатного пюре в закрытой посуде около часа. На бульоне, оставшемся после тушения, готовят соус, добавляя в него пассерованный лук, соль, заливают им мясо и тушат еще 25-30 мин. За 5-10 мин до окончания тушения кладут лавровый лист. Гуляш можно готовить со сметаной (15-20 г на порцию).

Отпускают блюдо при температуре 65 °С.

Органолептические показатели качества.

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

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

Цвет: мяса - светло-коричневый.

Вкус: тушеного мяса в томатном соусе, умеренно соленый.

Запах: тушеного мяса с жареным луком и томата.

Пищевая ценность блюда «Гуляш» на выход 100 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
15,4	6,4	3,7	134

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Запеканка из творога.

Номер рецептуры: № 366-04

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г. под ред. В.Т. Лапшиной.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Творог	142	140
Сахар	10	10
Яйца	4	4
Масло сливочное	6	6
Крупа манная	10	10
Сметана	6	6
сухари	6	6
Соль	0,1	0,1
Молоко сгущенное	-	40
ВЫХОД		150/40

Технологическое приготовление: протертый творог смешивают с яйцами, сахаром, солью, маслом сливочным, подготовленным изюмом. Подготовленную массу выкладывают слоем 3-4 см посыпанный сухарями противень или в форму.

Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной, запекают в жарочном шкафу 20-30 мин до образования на поверхности румяной корочки.

Запеканку при подаче нарезают квадратиками, прямоугольниками или ромбиками.

Отпускают блюдо при температуре не ниже 65 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: порционные куски без трещин и подгорелых мест.

Цвет: корочки – золотисто-желтый, на разрезе – белый.

Консистенция: однородная, нежная, мягкая, с включениями изюма.

Запах: слабовыраженный – запеченного творога.

Вкус: свойственный продуктам, входящим в данное блюдо.

Пищевая ценность блюда «Запеканка из творога» на выход 150 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
20,92	27,77	47,69	440,66

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Запеканка картофельная с мясом.

Номер рецептуры: № 284.

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2005 г. под ред. М.П. Могильного.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Говядина (котлетная масса)	84,6	84,6
Масло растительное	4,2	4,2
Масса готовых мясопродуктов	-	53,5
картофель	163	122
Масса протертого картофеля	-	116
Лук репчатый	10,7	8,5
Масло сливочное	1	1
Масса пассерованного лука	-	4,2
Масло растительное	2,1	2,1
сухари	2	2
Масса полуфабриката	-	175
Масса запеченного блюда	-	150
Масло сливочное	5	5
ВЫХОД	-	155

Технологическое приготовление: мясо говядины обжаривают и тушат. Готовое мясо пропускают через мясорубку, добавляют пассерованный репчатый лук. Протертый картофель делят на две части. Одну часть кладут на смазанный противень маслом и посыпанный сухарями, разравнивают, кладут фарш, а на него оставшуюся часть картофеля, после разравнивают изделия и посыпают сухарями и запекают.

При отпуске запеканку нарезают по одному куску на порцию.

Блюдо реализуют при температуре 65 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: запеканка нарезана ровным куском полита маслом сливочным.

Консистенция: мягкая, нежная.

Цвет: корочки-свойственный запечённому картофелю, румяный, оранжево-коричневый

Запах: запечному картофелю.

Вкус: свойственный запечённому картофелю, фарш-мясу, умеренно солёный.

Пищевая ценность на выход 155 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
17,1	19,5	16,3	310

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Икра свекольная.

Номер рецептуры: № 78-04

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г. под ред. В.Т. Лапшиной.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Свекла (до 1 января)	57,6	45
или свекла (с 1 января)	72	52,8
Лук репчатый	12,6	11
Томатное пюре	6,7	6,7
Масло растительное	4,8	4,8
Сахар	0,8	0,8
Лимонная кислота	0,2	0,2
Соль	0,5	0,5
Выход	-	60

Технологическое приготовления:

Свеклу или морковь отваривают, очищают от кожицы и измельчают.

Лук репчатый шинкуют и пассеруют, в конце пассерования добавляют томатное пюре. Измельченные овощи соединяют с пассированным луком, добавляют сахар, прогревают и охлаждают.

Блюдо реализуют при температуре 7-14 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: уложена горкой, посыпана зеленью.

Консистенция: сочная, однородная.

Цвет: малиново-красный.

Вкус: свеклы, пассированного репчатого лука и томата.

Запах: свеклы с привкусом пассированного лука и томата.

Пищевая ценность блюда на выход 60 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
1,44	4,26	6,24	69

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Какао с молоком.

Номер рецептуры: № 382-05

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2005 г. под ред. М.П. Могильного.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Какао-порошок	4	4
Молоко	100	100
Вода	110	110
Сахар	10	10
ВЫХОД	-	200

Какао кладут в посуду, смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка и растирают до однородной массы, затем вливают при постоянном помешивании кипяченое горячее молоко, остальной кипяток и доводят до кипения.

Отпускают напиток в стакане при температуре не менее 75 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: жидкость светло-шоколадного цвета.

Консистенция: жидкая.

Цвет: светло-шоколадный.

Запах: свойственный какао.

Вкус: сладкий, с привкусом какао и молока.

Пищевая ценность напитка «Какао с молоком» на выход 200 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
3,76	3,2	26,7	150

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Капуста тушёная с мясом.

Номер рецептуры: № 54-10м-22.

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г. под ред. В.Т. Лапшиной.

Общеобр.школах.2022г.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Мясо говядины, бескостная п/ф		88
Капуста свежая	143	114,6
Лимонная кислота	0,07	0,07
Масло растительное	0,4	0,4
Морковь	4,9	4
Лук репчатый	10	8
Томатное пюре	2,4	2,4
Мука пшеничная	1,2	1,2
Сахар	3	3
Масло сливочное	7,5	7,5
Соль	0,6	0,6
Лавровый лист	0,05	0,05
ВЫХОД	-	150

Технологическое приготовление: мясо говядины нарезают на кусочки по 20-30гр и тушат 20-30мин.

Капусту, морковь нарезают соломкой, лук нарезают кубиками. Лук и морковь пассеруют на сливочном масле, затем добавляют томатную пасту в конце добавляют пассированную муку на растительном масле.

В тушенное мясо добавляют пассированные овощи и тушат до готовности. В конце приготовления добавляют соль и лавровый лист.

Отпускают блюдо при температуре 65 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: смесь тушенной капусты с овощами. Капуста, лук и морковь нарезаны в виде соломки.

Консистенция: сочная, слабо хрустящая.

Цвет: светло-коричневый.

Запах: тушенной капусты и мяса с ароматом томата, овощей и пряностей.

Вкус: умеренно соленый, кисло-сладкий.

Пищевая ценность блюда на выход 150 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
16,5	16,4	9,9	254,5

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Капуста тушеная.

Номер рецептуры: № 534.

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г. под ред. В.Т. Лапшиной.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Капуста свежая	71,7	57
Лимонная кислота	0,04	0,04
Масло растительное	1,8	1,8
Морковь	1,3	1
Лук репчатый	2,4	2
Томатное пюре	3	3
Мука пшеничная	0,6	0,6
Сахар	1,5	1,5
Соль	0,5	0,5
Лавровый лист	0,05	0,05
ВЫХОД	-	50

Технологический процесс: нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем до 30 см, добавляют бульон или воду (20-30 % к массе сырой капусты), лимонную кислоту, растительное масло, пассированное томатное пюре и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Затем добавляют пассированные нарезанные соломкой морковь и лук, лавровый лист и тушат до готовности. За 5 мин до конца тушения капусту заправляют мучной пассеровкой, сахаром, солью и вновь доводят до кипения.

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

Отпускают блюдо при температуре 65 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: смесь тушенной капусты с овощами. Капуста, лук и морковь нарезаны в виде соломки.

Консистенция: сочная, слабо хрустящая.

Цвет: светло-коричневый.

Запах: тушенной капусты с ароматом томата, овощей и пряностей.

Вкус: умеренно соленый, кисло-сладкий.

Пищевая ценность блюда на выход 50 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
1,23	2,3	5,3	47

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Картофель в молоке.

Номер рецептуры: № 127-05

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2005 г. под ред. М.П. Могильного.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
или картофель (с 1 сентября)	141	105
или картофель (с 1 января)	183	105
Молоко	45	44
Масло сливочное	6	6
Соль	0,5	0,5
Выход	-	150

Технологический процесс: сырой очищенный картофель, нарезанный кубиками, варят 10 мин, затем воду сливают, заливают горячим кипяченым молоком, солят и варят до готовности. После этого кладут часть масла (50%) и доводят до кипения. Отпускают со сливочным маслом.

Блюдо реализуют при температуре 65 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: кубики картофеля в молочном соусе.

Консистенция: плотная, рыхлая, но не разварившаяся.

Цвет: белый с кремовым оттенком.

Запах: варёного картофеля, молока.

Вкус: свойственный варёному картофелю, с привкусом сливочного масла и молока, умеренно солёный.

Пищевая ценность блюда на выход 150 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
3,6	6,75	23,7	169,5

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Каша гречневая

Номер рецептуры: № 510-04

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г. под ред. В.Т. Лапшиной.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Гречневая крупа	62,5	62,5
Вода	104	104
Соль	0,7	0,7
Масса каши	-	145
Масло сливочное	5,3	5,3
Выход	-	150

Технологическое приготовление: подготовленную крупу засыпают в кипящую жидкость, добавляют соль и варят, периодически помешивая, пока каша не загустеет, затем плотно закрывают крышкой и оставляют на плите с умеренным нагревом.

Блюдо реализуют при температуре 65 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: зерна крупы набухшие, полностью разваренные.

Консистенция: однородная, зерна - мягкие.

Цвет: свойственный данному виду крупы.

Вкус: в меру соленый.

Запах: свойственный данному виду крупы.

Пищевая ценность блюда на выход 150 г

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
3,46	4,47	36	133,7

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Каша молочная рисовая.

Номер рецептуры: № 174-05

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2005 г. под ред. М.П. Могильного.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Крупа рисовая	55	55
Молоко	125	125
Вода	125	125
Сахар	7,5	7,5
Соль	0,1	0,1
Масса готовой каши	-	245
Масло сливочное	5	5
ВЫХОД	-	250

Технологическое приготовление: в кипящую воду добавляют соль, перемешивают. Затем всыпают подготовленную крупу и варят, периодически помешивая, 20 мин. После этого добавляют горячее молоко и продолжают варку до готовности.

При отпуске поливают маслом сливочным.

Температура подачи блюда не менее 65 °С. Органолептические показатели качества:

Внешний вид: зерна крупы полностью разварились, утратили форму.

Цвет: свойственный данному виду крупы.

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

Запах: свойственный данному виду крупы.

Вкус: свойственный данному виду крупы (без привкусов прогорклости и затхлости), умеренно соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла.

Пищевая ценность блюда «Каша молочная рисовая» на выход 250 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
10	18,7	75	508

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Каша пшеничная вязкая

Номер рецептуры: № 385-04

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г. под ред. В.Т. Лапшиной.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Крупа пшеничная	42	42
Вода	135	135
Масса готовой каши	-	145
Масло сливочное	5	5
ВЫХОД	-	150

Технологическое приготовление: крупу перебирают и промывают сначала в теплой воде, а затем в горячей. Подготовленную крупу всыпают в подсоленную кипящую воду, варят до загустения, помешивая, пока каша не загустеет. Посуду плотно закрывают крышкой и оставляют на плите с умеренным нагревом для упаривания каши до готовности. Готовую кашу поливают растопленным сливочным маслом.

Температура подачи блюда не менее 65 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: зерна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом.

Цвет: свойственный данному виду крупы.

Консистенция: однородная, вязкая, зерна – мягкие.

Запах: свойственный данному виду крупы.

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

Пищевая ценность блюда на выход 150 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
5,6	6,4	9,4	121,02

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Каша «ЯНТАРНАЯ» (из пшена с яблоками).

Номер рецептуры: № 305-05

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г. под ред. В.Т. Лапшиной.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Крупа пшено	30	30
Молоко	90	90
Масса каши		117
Сироп:		
Вода	18	18
Сахар	3,6	3,6
Масса сиропа		21
Яблоки свежие	26	15
Масло сливочное	6	6
Масса припущенных яблок с сиропом		33
Сметана	6	6
ВЫХОД	-	150

Технологическое приготовление: подготовленную крупу заливают горячим молоком и варят. Свежие яблоки очищают, нарезают кубиками, припускают в сиропе. В вязкую кашу добавляют припущенные яблоки, масло сливочное, сметану, перемешивают, доводят до готовности в жарочном шкафу.

Температура подачи блюда не менее 65 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: зерна крупы полностью разварились, утратили форму.

Цвет: свойственный данному виду крупы и яблок.

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

Запах: свойственный данному виду крупы и яблок.

Вкус: свойственный данному виду крупы (без привкусов прогорклости и затхлости), умеренно сладкая, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла.

Пищевая ценность блюда Каша «ЯНТАРНАЯ» (из пшена с яблоками) на выход 150 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
6,15	9,3	36,15	253,5

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Каша ячневая.

Номер рецептуры: № 510-04

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г. под ред. В.Т. Лапшиной.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Крупа ячневая	50	50
Вода	120	120
Соль	0,7	0,7
Выход	-	150

Технологический процесс: подготовленную крупу всыпают в подсоленную кипящую жидкость. Всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения, помешивая. Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают котел крышкой и дают.

Блюдо реализуют при температуре 65 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: зерна крупы набухшие, полностью разваренные.

Консистенция: однородная, рассыпчатая, зерна - мягкие.

Цвет: свойственный данному виду крупы.

Вкус: в меру соленый.

Запах: свойственный данному виду крупы.

Пищевая ценность блюда на выход 150 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
3,61	3,76	22,39	138,11

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Кисель.

Промышленного производства.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Кисель (концентрат)	20	20
Вода	200	200
Масса полуфабриката в сыром виде	220	220
Выход	-	200

Технология приготовления:

Кисель из концентрата разводят равным количеством воды. Полученную смесь вливают в кипящую воду, непрерывно помешивая, доводят до кипения.

Готовый кисель отпускают в стаканах или креманках.

Блюдо реализуют при температуре 7-14 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: кисель прозрачный, без пленки на поверхности.

Консистенция: однородная, средней густоты, слегка желеобразная.

Цвет: соответствует виду плодов или ягод.

Вкус: кисло-сладкий.

Запах: свежих плодов или ягод.

Пищевая ценность блюда на выход 200 г

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
0	0,00	18,4	73,6

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Компот из свежих плодов

Номер рецептуры: № 342-05

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2005 г. под ред. М.П. Могильного.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Яблоки	45	40
Вода	172	172
Кислота лимонная	0,2	0,2
Сахар	24	24
Выход	-	200

Технологическое приготовление: яблоки, моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Чтобы плоды не темнели, их погружают до варки в холодную воду, слегка подкисленную лимонной кислотой.

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

Блюдо реализуют при температуре 7-14 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: сироп прозрачный, яблоки, груши зачищены от сердцевины и плодоножки, нарезаны дольками, абрикосы, персики, сливы - разделены пополам, косточки удалены; мелкие - с косточками.

Консистенция: компота - жидкая, плодов - мягкая.

Цвет: присущий вареным плодам в сиропе.

Запах: фруктов - концентрированный, приятный.

Вкус: кисло-сладкий.

Пищевая ценность блюда на выход 200 г

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
0,16	0	29	116,6

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Компот и смеси сухофруктов

Номер рецептуры: № 349-05

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2005 г. под ред. М.П. Могильного.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Яблоки, груши, чернослив, урюк, курага, изюм	20	20
Сахар	20	20
Кислота лимонная	0,2	0,2
Вода	200	200
Выход	-	200

Технологическое приготовление: подготовленные сухофрукты заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, добавляют лимонную кислоту и варят до готовности.

Компот из сухофруктов готовят накануне, для того чтобы он настоялся.

Блюдо реализуют при температуре от 7 °С до 14 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: сухофрукты сохранили форму, жидкая часть прозрачная.

Консистенция: компота – жидкая, плодов – мягкая.

Цвет: коричневый.

Запах: сухофруктов.

Вкус: сладкий, с хорошо выраженным привкусом сухофруктов.

Пищевая ценность блюда на выход 200 г

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
0,08	0,00	21,8	87,6

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Кондитерское изделие (мармелад)

Промышленного производства.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Кондитерское изделие (конфеты шоколадные)	30	30
Выход	-	30

Технологическое приготовление: Кондитерское изделие извлекают из упаковки и подают на пирожковой тарелке.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
0	0	23,82	28,8

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Котлеты рубленые из птицы

Номер рецептуры: № 294-05

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2005 г. под ред. М.П. Могильного.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Куриный окорочок	118	66
Или куриное бедро	118	66
Хлеб пшеничный	16,2	16,2
Молоко или вода	23	23
Соль	0,7	0,7
Сухари	9	9
Масса полуфабриката	-	113
Масло растительное	5,4	5,4
Масса готовых изделий	-	90
ВЫХОД	-	90

Технологический процесс: мясо птицы нарезают на куски и пропускают на мясорубке мясо соединяют с черствым пшеничным хлебом 1-го или высшего сорта, предварительно замоченным в, добавляют соль и перемешивают. После повторного пропускания через мясорубку котлетную массу еще раз выбивают.

Из готовой котлетной массы разделяют изделия овально-приплюснутой формы с заостренным концом (котлеты), панируют в сухарях. Запекают до готовности в жарочном шкафу.

Блюдо реализуют при температуре 65 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: котлета – овально-приплюснутая, с заостренным концом.

Консистенция: сочная, пышная, однородная.

Цвет: корочки – коричневый, на разрезе –светло-серый.

Запах: запеченного мяса, запанированного в сухарях.

Вкус: запеченного мяса, умеренно соленый, без привкуса хлеба.

Пищевая ценность блюда на выход 90 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
14,5	21,7	14	311

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Котлеты особые.

Номер рецептуры: № 269-05

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2005 г. под ред. М.П. Могильного.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Говядина (котлетное мясо), п/ф	93,6	72
Хлеб пшеничный	14,4	14,4
Молоко или вода	18	18
Лук репчатый	3,6	3
Соль	0,7	0,7
Сухари	9	9
Масса полуфабриката	-	112
Масло растительное	3,6	3,6
Масса готовых изделий	-	90
ВЫХОД	-	90

Технологический процесс: измельченное на мясорубке мясо соединяют с черствым пшеничным хлебом 1-го или высшего сорта, предварительно замоченным в, добавляют соль, измельченный лук репчатый и перемешивают. После повторного пропускания через мясорубку котлетную массу еще раз перемешивают.

Из готовой котлетной массы разделяют изделия овально-приплюснутой формы с заостренным концом (котлеты), панируют в сухарях. Запекают до готовности.

Котлеты можно приготовить с добавлением репчатого лука.

Блюдо реализуют при температуре 65 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: котлета – овально-приплюснутая, с заостренным концом.

Консистенция: сочная, пышная, однородная.

Цвет: корочки – коричневый, на разрезе –светло-серый.

Запах: запеченного мяса, запанированного в сухарях.

Вкус: запеченного мяса, умеренно соленый, без привкуса хлеба.

Пищевая ценность блюда на выход 90 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
14,9	14,4	18	261

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Котлета рыбные

Номер рецептуры: № 234-05

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2005 г. под ред. М.П. Могильного.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Филе минтая (с кожей и костями)	81	59,4
Хлеб пшеничный	16,2	16,2
Молоко или вода	23	23
Соль	0,5	0,5
Сухари	9	9
Масса полуфабриката	-	104
Масло растительное	5	5
Масса готовых изделий	-	90
ВЫХОД	-	90

Технологический процесс: филе рыбы без костей нарезают на кусочки, пропускают через мясорубку вместе с замоченным хлебом в воде или молоке, добавляем соль, тщательно перемешиваем и выбивают. Из полученной рыбной котлетной массы формируют котлеты или биточки, панируют в сухарях, обжаривают с двух сторон и доводят до готовности в жарочном шкафу.

Котлеты можно приготовить с добавлением репчатого лука.

Блюдо реализуют при температуре 65 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: котлета – овально-приплюснутая, с заостренным концом.

Консистенция: сочная, рыхлая, однородная.

Цвет: корочки – коричневый, на разрезе светло-серый.

Запах: жареной рыбы, запанированной в сухарях.

Вкус: жареной рыбной котлетной массы, умеренно соленой.

Пищевая ценность блюда на выход 90 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
11,8	16,7	10,4	239,4

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Котлеты, биточки, шницели.

Номер рецептуры: № 268-05

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2005 г. под ред. М.П. Могильного.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Говядина (котлетное мясо), бескостная, п/ф	90	80
Хлеб пшеничный	16	16
Молоко или вода	21	21
Сухари	9	9
Соль	0,7	0,7
Масса полуфабриката	-	111
Масло растительное		10
Масса готовых изделий	-	90
Масло сливочное	5	5
Выход	-	90

Технологический процесс: подготовка сырья производится в соответствии с рекомендациями сборника технологических нормативов для предприятий общественного питания и технологическими рекомендациями для импортного сырья. Из готовой котлетной массы разделяют изделия овально-приплюснутой формы с заостренным концом (котлеты), или кругло-приплюснутой формы толщиной 2,0-2,5 см (биточки), или плоскоовальной формы толщиной 1 см (шницели).

Полуфабрикаты запекают до готовности.

При отпуске изделий их гарнируют и поливают сливочным маслом.

Блюдо реализуют при температуре 65 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: форма котлеты - овально-приплюснутая, с заостренным концом, биточка - кругло-приплюснутая, шницеля – плоскоовальная, сбоку подлит соус и уложен гарнир.

Консистенция: сочная, пышная, однородная.

Цвет: корочки - коричневый, на разрезе - светло-серый.

Запах: жареного мяса, запанированного в сухарях.

Вкус: жареного мяса, умеренно соленый, без привкуса хлеба.

Пищевая ценность блюда на выход 90 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
13	17,4	19,9	289,8

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Напиток кофейный с молоком.

Номер рецептуры: № 379-05

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2005 г. под ред. М.П. Могильного.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Кофейный напиток	6	6
Сахар	10	10
Вода	170	170
Молоко	50	50
Выход	-	200

Технологический процесс: в сваренный процеженный кофейный напиток добавляют горячее кипяченое молоко, сахар и доводят до кипения.

Блюдо реализуют при температуре 75 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: кофейный напиток налит в стакан или чашку.

Консистенция: жидкая.

Цвет: светло-коричневый.

Запах: аромат кофейного напитка и кипяченого молока.

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

Пищевая ценность напитка на выход 200 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
3,6	2,7	28,3	151,8

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Макароны изделия отварные
Номер рецептуры: № 332/516.

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г. под ред. В.Т. Лапшиной.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Макаронные изделия	51	145-отварные
Масло сливочное	5,2	5,2
Выход	-	150

Технологический процесс: макаронные изделия (макароны, лапшу, вермишель и др.) варят в большом количестве кипящей подсоленной до готовности. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывая воду, в результате чего масса их увеличивается примерно в 3 раза (в зависимости от сорта).

Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с растопленным сливочным маслом (1/3-1/2 часть от указанного в рецептуре количества), чтобы они не склеивались и не образовывали комков. Остальной частью прокипяченного масла макароны заправляют непосредственно перед отпуском.

Блюдо реализуют при температуре 65 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: макароны уложен горкой, сохранили форму, легко отделяются друг от друга.

Консистенция: мягкая, в меру плотная.

Цвет: белый с кремовым оттенком.

Запах: отварных макаронных изделий и сливочного масла.

Вкус: свойственный отварным макаронным изделиям и сливочному маслу, умеренно соленый.

Пищевая ценность блюда на выход 150 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
5,1	9,1	34,2	244

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Овощи соленые (огурцы).

Номер рецептуры: № 70-05

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2005 г. под ред. М.П. Могильного.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Огурцы соленые	66	60
ВЫХОД	-	60

Технологическое приготовление: у огурцов удаляют концы, нарезают и порционируют в салатники или на закусочные тарелки.

Температура подачи блюда от 7 °С до 14 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: огурцы правильной формы. Допускаются плоды с легкой морщинистостью и искривлениями.

Консистенция: огурцы крепкие, мякоть плотная с недоразвитыми водянистыми, не кожистыми семенами, полностью пропитанная рассолом, хрустящая.

Цвет: зеленовато-оливковый разных оттенков, без пятен и ожогов.

Вкус и запах: характерные для соленого продукта, солоновато-кисловатый вкус с ароматом и привкусом пряностей, без посторонних привкуса и запаха.

Пищевая ценность блюда «Овощи соленые (огурцы)» на выход 60 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
0,5	0,12	1,9	10,8

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Овощи свежие.

Номер рецептуры: № 71-05

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2005 г. под ред. М.П. Могильного.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Огурцы свежие	63	60
или помидоры	70,8	60
Соль	0,3	0,3
ВЫХОД	-	60

Технологический процесс: овощи перед использованием (подачей) промывают небольшими партиями в подсоленной или подкислённой воде. У огурцов отрезают стебель с частью мякоти, затем нарезают кружочками или дольками непосредственно перед отпуском.

У помидор вырезают место прикрепления плодоножки.

Отпускают блюдо при температуре 7-14 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: плоды свежие, здоровые, чистые, без механических повреждений

Консистенция: плотная

Вкус и запах: свойственные данному ботаническому сорту, без постороннего запаха и привкуса

Пищевая ценность блюда на выход 60 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
0,5	0	2	9,6

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Омлет натуральный.

Номер рецептуры: № 340-04

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г. под ред. В.Т. Лапшиной.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Яйца	114	114
Молоко	43	43
Соль	0,7	0,7
Масса омлетной смеси	-	157
Масло сливочное	7	7
ВЫХОД	-	150

Технологическое приготовление: к обработанным яйцам добавляют молоко, воду и соль. Смесь тщательно размешивают, выливают на смазанный противень и запекают в жарочном шкафу, полностью прожаривая.

Температура подачи блюда не ниже 65 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: поверхность омлета зарумянена, но без подгорелых мест.

Консистенция: однородная, сочная.

Цвет: золотисто-желтый.

Запах: свежих жареных яиц, сливочного масла.

Вкус: свежих жареных яиц, молока, сливочного масла.

Пищевая ценность блюда «Омлет натуральный» на выход 150 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
15	25,05	2,85	298,5

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Омлет с сыром

Номер рецептуры: № 211-04

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г. под ред. В.Т. Лапшиной.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Яйца	105	105
Молоко	40	40
Соль	0,7	0,7
Сыр	21	20
Масло сливочное	5	5
Масса омлетной смеси	-	145
Масло сливочное	5	5
ВЫХОД	-	150

Технологическое приготовление: к обработанным яйцам добавляют молоко, воду и соль, смешивают с тёртым сыром. Смесь тщательно размешивают, выливают на смазанный противень и запекают в жарочном шкафу, полностью прожаривая.

Температура подачи блюда не ниже 65 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: поверхность омлета зарумянена, но без подгорелых мест.

Консистенция: однородная, сочная.

Цвет: золотисто-желтый.

Запах: свежих жареных яиц, сливочного масла.

Вкус: свежих жареных яиц, молока, сливочного масла.

Пищевая ценность блюда «Омлет натуральный» на выход 150 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
17,2	30	14,2	395

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Плов из птицы

Номер рецептуры: № 491-05

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2005 г. под ред. М.П. Могильного.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Грудка	76	75
Масло растительное	7	7
Морковь	10	8
Лук репчатый	8	7
Томатное пюре	5	5
Соль	0,7	0,7
Крупа рисовая	35	35
Масса тушеной птицы	-	50
Масса готового риса с овощами	-	100
Выход	-	150

Технологический процесс: птицу рубят на порции (по одному куску), обжаривают до образования корочки, посыпают солью, кладут в посуду, добавляют пассированные, мелко нарезанные морковь и лук, томатное пюре, заливают горячей водой и дают закипеть (жидкость наливают из расчёта нормы воды для приготовления рассыпчатой каши), затем кладут промытую рисовую крупу и варят до загустения. После этого посуду с пловом ставят на 30-40 мин в жарочный шкаф.

При массовом приготовлении рассыпчатую кашу варят отдельно, при отпуске в рассыпчатую кашу кладут мясо птицы, поливают соусом, в котором оно тушилось.

Отпускают блюдо при температуре 65 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: обжаренный кусок птицы, рис рассыпчатый.

Консистенция: мяса - мягкая, риса - мягкая.

Цвет: мяса - серый, риса и овощей - от светло- до темно оранжевого.

Вкус: специфический для тушеного мяса, риса и пассированных овощей, умеренно соленый.

Запах: мяса птицы, с ароматом риса и овощей.

Пищевая ценность блюда «Плов из кур» на выход 150 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
14,6	16,9	23,9	306

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Птица запечённая (жареная)

Номер рецептуры: № 293-05

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2005 г. под ред. М.П.Магильного.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Бедро куриное	128	128
Масло растительное	5,4	5,4
Сметана	1,8	1,8
Соль	0,7	0,7
Выход	-	90

Технологическое приготовление: бедро птицы кладут на противень, добавляют сметану, сбрызгивают маслом и запекают при температуре 150-160 °С. Во время запекания птицы периодически переворачивают и поливают жиром и соком, выделившимся при запекании. Блюдо реализуют при температуре 65 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: аккуратно нарубленные куски птицы, гарнир положен сбоку.

Консистенция: корочки – хрустящая, внутри – мягка, сочная.

Цвет: золотистый на поверхности, на разрезе – белый.

Запах: мяса запеченной птицы.

Вкус: умеренно соленый, мяса запеченной птицы.

Пищевая ценность блюда на выход 90 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
24,8	16,3	0,36	248

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Картофельное пюре.

Номер рецептуры: № 128-05

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2005 г. под ред. М.П. Магильного.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Картофель	175	132
Молоко	24	24
Масло сливочное	4,5	4,5
Соль	0,5	0,5
Выход	-	150

Технологическое приготовление: Очищенный картофель варят в кипящей подсоленной воде до готовности. Воду сливают. Добавляют кипячёное молоко и сливочное масло. Протирают, перемешивают.

Блюдо реализуют при температуре 65 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: протёртая картофельная масса.

Консистенция: густая, пышная, однородная.

Цвет: белый с кремовым оттенком.

Вкус: свойственный варённому картофелю, с выраженным привкусом сливочного масла и кипячёного молока, умеренно солёный, нежный.

Запах: свежеприготовленного картофельного пюре с ароматом кипячёного молока и сливочного масла.

Пищевая ценность блюда на выход 150 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
3,1	6,9	26,2	180

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Рагу из овощей.

Номер рецептуры: № 541-04

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г. под ред. В.Т. Лапшиной.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Картофель	90	72
Морковь	30	24
Лук репчатый	14,3	12
Капуста белокочанная	37,5	30
Масло сливочное	6	6
Лавровый лист	0,02	0,02
Соль	0,5	0,5
Соус томатный		40
Выход	-	150

При отсутствии того или иного вида овощей, указанного в рецептуре, можно приготовить блюдо из остальных овощей, соответственно увеличив их закладку.

Технологическое приготовление: нарезанные дольками или кубиками картофель и коренья слегка обжаривают, лук пассеруют. Капусту белокочанную нарезают шашками, припускают. Затем картофель и овощи соединяют с соусом сметанным и тушат 10-15 мин. После этого добавляют припущенную белокочанную капусту и продолжают тушить 15-20 мин. За 5-10 мин до готовности кладут лавровый лист.

Блюдо реализуют при температуре 65 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: овощи и картофель нарезаны кубиками или дольками, овощи сохранили первоначальную форму нарезки.

Консистенция: картофеля, овощей – мягкая, плотная.

Цвет: светло-оранжевый.

Запах: овощей, не допускается запах подгорелых овощей.

Вкус: умеренно соленый, слегка острый.

Пищевая ценность блюда на выход 150 г

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
3,45	7,65	16,05	145,5

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Рассольник ленинградский со сметаной.

Номер рецептуры: № 132-04

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г. под ред. В.Т. Лапшиной.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Картофель	75	60
Крупа (перловая, или пшеничная, или рисовая, или овсяная)	4	4
Морковь	10,4	8
Лук репчатый	4,8	4
Огурцы соленые	13,6	12
Масло сливочное	4	4
Бульон или вода	152	152
Соль	0,7	0,7
Сметана	10	10
Выход	-	210

Технологический процесс: в кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, закладывают картофель, нарезанный брусочками, а через 5-10 мин вводят пассированные овощи и припущенные огурцы. За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль. Отпускается со сметаной.

Блюдо реализуют при температуре 75 °С.

Органолептические показатели качества:

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

Консистенция: овощей, мяса – мягкая, сочная; огурцов – слегка хрустящая; крупа хорошо разварившаяся, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет: желтый, жира на поверхности – желтый, овощей – натуральный

Запах: огуречного рассола; приятный - овощей.

Вкус: острый, умеренно соленый, с умеренной кислотностью.

Пищевая ценность блюда на выход 200 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
3,24	7	20,42	160

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Рыба жареная (запечённая).

Номер рецептуры: № 230-05

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2005 г. под ред. М.П.Могильного.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Минтай (филе с кожей и костями)	132	118
Мука	5,4	5,4
Соль	0,5	0,5
Масло растительное	5	5
ВЫХОД	-	90

Технологический процесс: порционные куски рыбы, нарезанные из филе с кожей без костей, посыпают солью, панируют в муке, кладут на разогретом с маслом противень, обжаривают с двух сторон до образования румяной корочки и доводят до готовности в жарочном шкафу.

Блюдо реализуют при температуре 65 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: целый равномерно обжаренный кусок рыбы, сбоку – гарнир.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: корочка золотистая.

Запах: свойственный жареной рыбы

Вкус: умеренно солёный.

Пищевая ценность на выход 90 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
13,6	13,8	2,7	190,8

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Рыба, тушеная в томате с овощами.

Номер рецептуры: № 229-05

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2005 г. под ред. М.П. Могильного.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Минтай (филе с кожей и костями)	88	79
Вода	19	19
Морковь	27	21
Лук репчатый	12	10
Томатное пюре	10	10
Масло растительное	5	5
Раствор лимонной кислоты	2,5	2,5
Сахар	2	2
Соль	0,5	0,5
Лавровый лист	0,01	0,01
Масса тушеной рыбы	-	60
Масса соуса и овощей	-	50
ВЫХОД	-	110

Технологический процесс: порционные куски рыбы, нарезанные из филе с кожей без костей, укладывают в посуду в два слоя, чередуя со слоями нашинкованных овощей, заливают бульоном или водой, добавляют масло растительное, закрывают крышкой и тушат до готовности (45-60 мин); за 5-7 мин до окончания тушения добавляют специи.

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

Блюдо реализуют при температуре 65 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: целый кусок тушеной рыбы, уложен на тарелку вместе с соусом, сбоку – гарнир.

Консистенция: мягкая.

Цвет: рыбы на разрезе – белый или светло-серый, соуса –оранжево-красный, овощей – натуральный.

Запах: свойственный тушеной рыбе, с ароматом специй.

Вкус: рыбы в сочетании с соусом и овощами, умеренно соленый.

Пищевая ценность на выход 110 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
10	5,2	5,2	108,9

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Рыба, запеченная в омлете.

Номер рецептуры: № 337-13.

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2013 г. под ред. А.Я. Перевалова.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Минтай (филе с кожей и костями)	68	61
Масса припущенной рыбы	-	50
Яйца	26	26
Молоко	10	10
Мука пшеничная	7,6	7,6
Соль	0,5	0,5
Масса омлетной смеси	-	43,6
Масло растительное	5	5
Выход	-	100

Технологическое приготовление: филе рыбы с кожей без костей нарезают на порционные куски панируют в муке с солью и жарят основным способом. Жареную рыбу укладывают противень, смазанный маслом, заливают омлетной смесью из яиц, молока и муки и запекают в жарочном шкафу 250С 10-15мин.

Блюдо реализуют при температуре 65 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: поверхность имеет поджаренную корочку.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: золотисто-коричневый, рыбы на разрезе – серый.

Вкус: запеченной рыбы и продуктов, входящих в блюдо.

Запах: запеченной рыбы и продуктов, входящих в блюдо.

Пищевая ценность блюда на выход 100 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
10,24	9,69	6,26	198,06

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из белокочанной капусты с огурцом и кукурузой консервированной.

Номер рецептуры: № 54-22

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2022 г. под ред. В.Т. Лапшиной.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Капуста белокочанная	35	27
Кукуруза консервированная	32,7	18
Огурцы свежие	15,3	15
Масло растительное	1,8	1,8
Соль	0,18	0,18
Выход	-	60

Технологическое приготовление: капусту шинкуют, прогревают и охлаждают добавляют кукурузу консервированную прокипяченную и охлажденную, заправляют растительным маслом.

Блюдо реализуют при температуре 7-14 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: капуста нашинкована. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом.

Консистенция: мягкая.

Цвет: свойственный продуктам, входящим в состав блюда.

Запах: свойственный капусте и кукурузе консервированной.

Вкус: капусты в сочетании с консервированной кукурузой и растительным маслом.

Пищевая ценность блюда на выход 60 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
0,92	4,25	5,02	54,1

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из белокочанной капусты с огурцами.

Номер рецептуры: № 52-22

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2022 г. под ред. В.Т. Лапшиной.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Капуста белокочанная свежая	46,8	39
Морковь (до 1 января)	3,8	3
Огурцы свежие	15,3	15
Сахар	0,06	0,06
Масло растительное	3	3
Выход	-	60

Технологическое приготовление: капусту шинкуют, морковь, огурцы нарезают соломкой, добавляют сахар и растительное масло.

Блюдо реализуют при температуре 7-14 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: овощи нарезаны тонкой соломкой. Салат заправлен растительным маслом.

Консистенция: овощей – хрустящая, не жесткая, сочная.

Цвет: желтоватый от моркови.

Запах: свежей белокочанной капусты в смеси с морковью и огурцами.

Вкус: приятно-кисловатый со слегка ощутимой сладостью, умеренно соленый, без горечи.

Пищевая ценность блюда на выход 60 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
4,32	4,2	2,22	49,72

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат с белокочанной капусты со свёклой.

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г. под ред. В.Т. Лапшиной.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Капуста белокочанная свежая	52	41
Свекла	33	26
Кислота лимонная	0,07	0,07
Вода кипячёная	5,8	5,8
Масло растительное	3	3
Сахар	3	3
Соль	0,5	0,5
Выход	-	60

Технологическое приготовление: Лимонную кислоту разбавляют в воде. Капусту шинкуют, прогревают, охлаждают, добавляют соль, раствор лимонной кислоты. Варенную очищенную свёклу нарезают соломкой. Капусту смешивают со свёклой, добавляют подготовленную лимонную кислоту, добавляют сахар и масло растительное. Блюдо реализуют при температуре 7-14 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: капуста и свекла нарезаны тонкой соломкой. Салат заправлен растительным маслом.

Консистенция: овощей - хрустящая, не жесткая, сочная.

Цвет: белый с малиновым оттенком.

Запах: свежей белокочанной капусты в смеси с заправкой.

Вкус: приятно-кисловатый, умеренно соленый, без горечи.

Пищевая ценность блюда на выход 60 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
1,56	3	1,86	41,4

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из белокочанной капусты.

Номер рецептуры: № 45-05

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2005 г. под ред. М.П. Могильного.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Капуста белокочанная свежая	59	47
Масса прогретой капусты	-	43
Морковь	7,5	6,2
Кислота лимонная	0,18	0,18
Вода кипячёная	5,8	5,8
Масло растительное	3	3
Сахар	0,3	0,3
Соль	0,5	0,5
Выход	-	60

Технологическое приготовление: Лимонную кислоту разбавляют в воде. Капусту шинкуют, прогревают, охлаждают, добавляют соль, раствор лимонной кислоты. Капусту смешивают с морковью, добавляют сахар и масло.

Блюдо реализуют при температуре 7-14 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: капуста и морковь нарезаны тонкой соломкой. Салат заправлен растительным маслом.

Консистенция: овощей - хрустящая, не жесткая, сочная.

Цвет: белый со слегка зеленоватым оттенком.

Запах: свежей белокочанной капусты в смеси с заправкой.

Вкус: приятно-кисловатый, умеренно соленый, без горечи.

Пищевая ценность блюда на выход 60 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
0,8	2,76	6,18	52,8

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из свёклы с зелёным горошком.

Номер рецептуры: № 150-16.

Наименование сборника рецептур: Сб.рец.бл.и кул.изд.для обучения.образ.рган.ФГАУ НЦЗД МИНЗДРАВА РФ,М изд.научный центр здор.дет 2016 г.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Зелёный горошек		30
Масло растительное	4	4
Яйцо		12
Лук репчатый	11,2	9
Соль	0,3	0,3
Выход	-	60

Технологическое приготовление: Зеленый горошек бланшируют в собственной заливке, охлаждают. Лук нарезают мелким кубиком, яйца отварные нарезают кубиком, соединяют с зеленым горошком, солью. При отпуске салат заправляют маслом растительным.

Блюдо реализуют при температуре 7-14 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: зелёного горошка и яйца. Салат уложен горкой, заправлен маслом растительным.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: зелёный с жёлтым оттенком.

Вкус: умеренно солёный.

Запах:

Пищевая ценность блюда на выход 60 г

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
2,3	4,8	2,7	62,9

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из квашеной капусты.

Номер рецептуры: № 47-05

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2005 г. под ред. М.П. Могильного.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Капуста квашеная	69	48
Лук зелёный	7,5	6
или лук репчатый	7,1	6
Сахар	1	1
Масло растительное	3	3
Соль	0,5	0,5
Выход	-	60

Технологическое приготовление: Квашеную капусту перебирают, крупные части измельчают, затем добавляют шинкованный лук, сахар и заправляют растительным маслом.

Блюдо реализуют при температуре 7-14 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: салат уложен горкой. Поверхность блестит от растительного масла, лук зелёный мелко нашинкован, репчатый – полукольцами.

Консистенция: хрустящая, сочная.

Цвет: белый со слегка темноватым оттенком.

Запах: свойственный квашеной капусте в смеси с растительным маслом.

Вкус: квашеной капусты, приятно-кисловатый со слегка ощутимой сладостью. Умеренно солёный.

Пищевая ценность блюда на выход 60 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
0,96	2,9	6,6	57

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из моркови с черносливом.

Номер рецептуры: № 59-05

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2005 г. под ред. М.П. Могильного.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Морковь	56,3	45
Чернослив ¹	20	20
Сахар	1,2	1,2
Выход	-	60

¹ норма закладки дана на чернослив без косточек

Технологическое приготовление: Сырую очищенную морковь нарезают соломкой.

Чернослив проваривают и нарезают кусочками. Морковь соединяют с черносливом, добавляют сахар.

Блюдо реализуют при температуре 7-14 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: морковь нарезана соломкой, чернослив кусочками. Салат уложен горкой.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: оранжевый.

Запах: моркови, и чернослива.

Вкус: свойственный моркови, и чернослива.

Пищевая ценность блюда на выход 60 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
0,78	0,06	7,5	33,6

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из моркови с яблоками

Номер рецептуры: № 59-05

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2005 г. под ред. М.П. Могильного

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Морковь	56,3	45
Яблоки свежие	21,4	20
Сахар	1,2	1,2
Выход	-	60

Технологическое приготовление: Сырую очищенную морковь нарезают соломкой. Очищенные яблоки с удаленным семенным гнездом нарезают тонкими ломтиками. Морковь соединяют с яблоками, добавляют сахар и заправляют растительным маслом. Блюдо реализуют при температуре 7-14 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: морковь нарезана соломкой, яблоки – ломтиками. Салат уложен горкой.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: оранжевый.

Запах: моркови, яблок.

Вкус: свойственный моркови, яблокам.

Пищевая ценность блюда на выход 60 г

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
0,66	0,12	7,26	33

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из свёклы с зелёным горошком.

Номер рецептуры: № 53-05

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2005 г. под ред. М.П. Могильного.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Свекла	38,3	301
Масло растительное	3,6	3,6
Зелёный горошек консервированный	23	15
Яблоки свежие	15	11
Соль	0,5	0,5
Лук репчатый	3,6	3
Выход	-	60

¹ масса отварной очищенной свеклы

Технологическое приготовление: Подготовленную свёклу отваривают, затем очищают и измельчают на овощерезке, добавляют нарезанный соломкой репчатый лук, очищенные яблоки с удаленным семенным гнездом, прогретый зелёный горошек, соль.

При отпуске салат заправляют маслом растительным.

Блюдо реализуют при температуре 7-14 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: свекла мелко измельчена. Салат уложен горкой, заправлен маслом растительным.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: темно-малиновый.

Вкус: умеренно соленый, свеклы.

Запах: свеклы отварной.

Пищевая ценность блюда на выход 60 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
1,08	3,6	6,36	62,4

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из сырых овощей

Номер рецептуры: № 29

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г. под ред. М.П. Могильского.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Капуста белокочанная	14,2	11,4
Помидоры свежие	17,6	15
Огурцы свежие	20,8	21
Морковь	12	9,6
Масло растительное	3,6	3,6
Соль	0,0,1	0,01
Выход	-	60

¹ Масса припущенной белокочанной капусты

Технологическое приготовление: Белокочанную капусту шинкуют и припускают. Подготовленную сырую морковь нарезают тонкой соломкой. Помидоры и огурцы очищенные нарезают ломтиками. При отпуске салат заправляют маслом растительным. Блюдо реализуют при температуре 7-14 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: помидоры и огурцы нарезаны ломтиками, смешаны с капустой белокочанной. Салат уложен горкой, направлен растительным маслом.

Консистенция: капусты - мягкая, сырых помидоров и огурцов - сочная, упругая.

Цвет: свойственный продуктам, входящим в состав салата.

Запах: свойственный овощам, входящим в состав салата, с ароматом растительного масла.

Вкус: отварной цветной или припущенной белокочанной капусты в сочетании с помидорами и огурцами.

Пищевая ценность блюда на выход 60 г

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
0,66	3,66	3,4	49,2

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат Степной.

Номер рецептуры: № 25.

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г. под ред. В.Т. Лапшиной.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Картофель	30	22
Горошек зеленый консервированный	17	11
Морковь	24	19
Огурец солёный		17
Лук репчатый	20	17
Заправка для салата: №615		15
Масло растительное	3,75	3,75
Вода	10	10
Лимонная кислота	0,33	0,33
сахар	0,75	0,75
Соль	0,3	0,3
ВЫХОД	-	100

¹ Масса вареного очищенного картофеля.

Технологическое приготовление: Очищенный сырой картофель нарезают соломкой и бланшируют в подсоленной воде 5 мин. Подготовленную сырую очищенную морковь и соленые огурцы нарезают соломкой, лук мелко шинкуют. Картофель и овощи соединяют, добавляют зелёный горошек, заправку и перемешивают.

Заправку для салатов приготавливают из смеси растительного масла, лимонной кислоты, соли, сахара, воды.

Температура подачи блюда от 7 °С до 14 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: картофель, нарезан соломкой. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом.

Консистенция: мягкая.

Цвет: свойственный продуктам, входящим в состав блюда.

Вкус: варёного картофеля в сочетании соленого огурца, зелёным горошком и растительным маслом.

Запах: свойственный варёному картофелю, солёного огурца, горошку зелёному с ароматом растительного масла.

Пищевая ценность блюда на выход 100 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
----------	---------	-------------	--------------------

1,31	3,72	7,52	68,49
------	------	------	-------

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Сок фруктовый.

Номер рецептуры: 389-11

Промышленное производство.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Сок томатный, или морковный, или черносмородиновый, или сливовый, или яблочный, или абрикосовый, или вишневый, или виноградный	200	200
ВЫХОД	-	200

Технологическое приготовление: подготовка сырья производится в соответствии с рекомендациями Сборника технологических нормативов для предприятий общественного питания и технологическими рекомендациями для импортного сырья.

Сок, выпускаемый промышленностью, разливают в стаканы непосредственно перед отпуском.

Напиток реализуют при температуре 7-14 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: сок налит в стакан.

Консистенция: жидкая.

Цвет: соответствует виду сока.

Запах: соответствует виду сока.

Вкус: соответствует виду сока.

Пищевая ценность напитка на выход 200 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
1,00	0,00	24,4	101,6

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Соус томатный

Номер рецептуры: № 587-04

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г. под ред. В.Т. Лапшиной.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Вода		1000
Масло сливочное	45	45
Мука пшеничная	45	45
Морковь	75	60
Лук	24	20
Томатное пюре	250	250
Сахар	10	10
Масло сливочное	15	15
Выход	-	1000

Технологическое приготовление: Мелко нарезанную морковь, пассерованный лук, добавляют томатное пюре, продолжают пассировку ещё 10-15 мин.

Готовый соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, и доводят до кипения. Заправляют сливочным маслом.

Соус реализуют при температуре 65 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: однородная не расслоившаяся масса

Консистенция: вязкая, пластичная, эластичная.

Цвет: оранжевый.

Вкус: с привкусом томата, умеренно солёный.

Пищевая ценность на выход 1000 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
0,78	1,40	2,50	26,40

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп с клёцками

Номер рецептуры: № 155/548-04

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г. под ред. В.Т. Лапшиной.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Морковь	31	24
Лук репчатый	17,5	14,4
Соль	0,5	0,5
Масло сливочное	5	5
Для клецок:	-	-
Мука пшеничная	15	15
Масло сливочное	2	2
Яйца		4
Вода	25	25
Соль	0,1	0,1
Масса теста	-	45
Клецки готовые	-	50
Вода		150
Выход	-	200

Технологическое приготовление: В кипящий бульон или воду добавляют пассированные морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки кладут соль. Для приготовления клецок: воду кладут масло сливочное, соль и доводят до кипения. В кипящую жидкость, помешивая, всыпают муку и заваривают тесто, которое, не переставая помешивать, прогревают в течение 5-10 мин. После этого массу охлаждают до 60-70°C, добавляют в 3-4 приема сырые яйца и перемешивают. Приготовленное тесто закатывают в виде жгута и нарезают на кусочки массой 10-15 г. Для варки клецек на 1 кг берут 5 л жидкости.

Клецки варят отдельно в бульоне или в подсоленной воде небольшими партиями и кладут в суп при отпуске.

Блюдо реализуют при температуре 75 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: в жидкой части супа картофель и овощи, нарезанные кубиками, сохранившие форму нарезки. Клецки одинакового размера.

Консистенция: картофель и овощи мягкие; клецки упругие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

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

Вкус: свойственной картофельному супу, умеренно соленый.

Запах: пассированных овощей и картофеля.

Пищевая ценность блюда на выход 200 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
2,95	5,7	18,04	116,87

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп картофельный с бобовыми
Номер рецептуры: № 139

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г. под ред. В.Т. Лапшиной.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Картофель	50	40
Горох лущенный	16	16
Морковь	12,8	10,4
Лук репчатый	9,6	8
Соль	0,7	0,7
Масло сливочное	4	4
Бульон или вода		180
ВЫХОД		200

Технологическое приготовление: Картофель нарезают крупными кубиками, морковь – мелкими кубиками, лук мелко рубят. Горох подготавливают, кладут в бульон или воду, доводят до кипения, добавляют картофель, пассированные морковь и лук и варят до готовности.

Блюдо реализуют при температуре 75 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: картофель нареза кубиками; горох лущенный разварен.

Консистенция: картофель и горох лущенный – пюреобразный.

Цвет: светло-желтый.

Запах: гороха, корней и лука.

Вкус: свойственный гороху, умеренно соленый.

Пищевая ценность блюда на выход 200 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
4,9	4,4	17,8	133,6

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп картофельный с макаронными изделиями.

Номер рецептуры: № 140-04

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г. под ред. В.Т. Лапшиной.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Картофель	80	60
Морковь	12,4	10
Лук репчатый	9,6	8
Макаронные изделия(вермишель)	8	8
Масло сливочное	2,4	2,4
Вода	160	160
Соль	0,7	0,7
Выход	-	200

Технологическое приготовление: овощи нарезают в соответствии с видом используемых макаронных изделий: картофель — брусочками или кубиками, коренья брусочками, лук шинкуют или мелко рубят. Морковь и лук пассеруют.

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

Блюдо реализуют при температуре 75 °С.

Органолептические показатели качества:

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

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

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

Вкус: умеренно соленый, пассированных овощей, макаронных изделий.

Запах: пассированных овощей и макаронных изделий.

Пищевая ценность блюда на выход 200 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
2,3	2	19,4	106

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп картофельный с крупой

Номер рецептуры: № 138-04

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г. под ред. В.Т. Лапшиной.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Картофель	80	60
Крупа рисовая	4	4
Морковь	10,4	8
Лук репчатый	9,6	8
Соль	0,5	0,5
Масло сливочное	2,4	2,4
Бульон или вода	-	180
ВЫХОД	-	200

Технологическое приготовление: Картофель нарезают крупными кубиками, морковь – мелкими кубиками, лук мелко рубят.

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу доводят до кипения, варят рис до полуготовности, добавляют картофель, пассированные морковь и лук и варят до готовности.

Блюдо реализуют при температуре 75 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: картофель нарезан кубиками; крупа не разваренная.

Консистенция: жидкая.

Цвет: светло-желтый.

Запах: кореньев и лука.

Вкус: умеренно соленый.

Пищевая ценность блюда на выход 200 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
2	2,4	14,6	90

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп картофельный с мясными фрикадельками

Номер рецептуры: № 137-04

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г. под ред. В.Т. Лапшиной.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Картофель	106	80
Томатное пюре	2,4	2,4
Морковь	10,4	8
Лук репчатый	9,6	8
Масло сливочное	2,4	2,4
Вода	180	180
Фрикадельки мясные готовые	35	25
Выход	-	200/25

Технологическое приготовление: В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, добавляют нарезанные кубиками пассированные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют пассированное томатное пюре, соль.

Фрикадельки припускают отдельно в небольшом количестве бульона или воды до готовности и кладут в суп при отпуске. Бульон после припускания фрикаделек добавляют в суп. Суп можно готовить без томатного пюре.

Блюдо реализуют при температуре 75 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: в жидкой части супа картофель и овощи, нарезанные кубиками, сохранившие форму нарезки (не разрезаны и не помяты). Фрикадельки одинакового размера.

Консистенция: картофель и овощи мягкие; фрикадельки упругие, сочные, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

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

Вкус: умеренно соленый, картофеля и пассированных овощей.

Запах: мясных экстрактивных веществ, пассированных овощей и картофеля.

Пищевая ценность блюда на выход 200/25г

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
7,6	5,2	18,6	152

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп картофельный с бобовые
Номер рецептуры: № 139-04

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г. под ред. В.Т. Лапшиной.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Капуста свежая	30	24
Картофель	26	20
Крупа: рисовая	8	8
Морковь	10	8
Лук репчатый	9,5	8
Масло сливочное	4	4
Бульон или вода	200	200
Соль	0,5	0,5
Выход	-	200

Технологическое приготовление: Крупу рисовую промывают сначала в теплой, затем в горячей воде, закладывают в кипящую воду (3 л на 1 кг) и варят до полуготовности, воду сливают. В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, свежую белокочанную капусту, нарезанную шашками, картофель и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки кладут пассированные овощи. Крупу рисовую закладывают одновременно с овощами.

Блюдо реализуют при температуре 75 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: в жидкой части супа картофель и овощи, нарезанные кубиками, капуста - шашками, крупа хорошо разварившаяся, но не потерявшая форму.

Консистенция: картофель, коренья мягкие, крупа хорошо разварившаяся, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

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

Запах: пассированных овощей.

Вкус: умеренно соленый, картофеля, пассированных овощей, крупы.

Пищевая ценность блюда на выход 200 г

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
4,90	4,40	17,80	133,60

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Сырники из творога.

Номер рецептуры: № 358-04

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г. под ред. В.Т. Лапшиной.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Творог	150	150
Мука пшеничная	19,5	19,5
Яйца	4,5	4,5
Сахар	15	15
Масса полуфабриката	-	168
Масло сливочное	4,5	4,5
Масса готовых сырников		150
Молоко сгущенное	40	40
Выход	-	150/40

Технологическое приготовление: В протёртый творог добавляют 2/3 муки, яйца, сахар. Можно добавить ванилин 0,02 г на порцию, предварительно растворив его в горячей воде. Массу хорошо перемешивают, придают ей форму батончика толщиной 5-6 см, нарезают поперек, панируют в муке, придают форму круглых биточков толщиной 1,5 см, обжаривают с обеих сторон, после чего ставят в жарочный шкаф на 5-7 мин. Отпускают сырники по 3 шт. на порцию с молочным, или сметанным, или сладким соусами.

Блюдо реализуют при температуре 65 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: изделия правильно округло-приплюснутой формы; поверхность без трещин, равномерно обжарена.

Консистенция: мягкая, умеренно плотная, пышная.

Цвет: корочки – золотистый, на разрезе – светло-кремовый или желтоватый.

Запах: запеченного творога.

Вкус: сладкий, свойственный творогу, без излишней кислотности, умеренно соленый.

Пищевая ценность блюда на выход 150 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
20,08	23,7	34,21	390,08

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Тефтели

Номер рецептуры: № 462-04

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г. под ред. В.Т. Лапшиной.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Говядина (котлетное мясо) , бескостная, п/ф	38	38
Вода	6	6
Крупа рисовая	5	5
Соль	0,7	0,7
Масса готового рассыпчатого риса	-	15
Масло сливочное	3	3
Лук репчатый	21	18
Масса пассерованного лука	-	9
Мука пшеничная	4	4
Масса полуфабриката	-	71
Соус томатный	30	30
ВЫХОД	-	60/30

Технологическое приготовление: В мясной фарш без хлеба добавляют соль, мелко нарезанный пассерованный лук, рассыпчатый рис, перемешивают и разделяют тефтели в виде шариков по 2-3 шт. на порцию. Шарики панируют в муке, обжаривают, перекладывают в неглубокую посуду в 1-2 ряда, заливают соусом с добавлением воды (10-20 г на порцию) и тушат 8-10 мин.

Блюдо реализуют при температуре 65 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: тефтели в виде шариков с равномерной (без трещин) мягкой корочкой, пропитаны соусом, сбоку уложен гарнир.

Консистенция: тефтелей в меру плотная, сочная, однородная.

Цвет: тефтелей - коричневый, соуса - светло-коричневый.

Вкус: тушеного мяса в соусе, умеренно соленый.

Запах: тушеного мяса с ароматом лука.

Пищевая ценность блюда на выход 60/30г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
12,1	8,6	11,2	173,8

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Хлеб пшеничный

Номер рецептуры: 108-13

Промышленное производство.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Хлеб пшеничный	20	20
Выход		20

Технология приготовления: Хлеб нарезают ломтиками толщиной 1-1,5 см.

Пищевая ценность на выход 20 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
1,52	0,16	9,84	46,88

Хлеб пшеничный

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Хлеб пшеничный	40	40
Выход		40

Технология приготовления: Хлеб нарезают ломтиками толщиной 1-1,5 см.

Пищевая ценность на выход 40г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
3,04	0,32	19,68	93,76

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Хлеб ржаной

Номер рецептуры: 109-13

Промышленное производство

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Хлеб ржаной	30	30
Выход		30

Технология приготовления: Хлеб нарезают ломтиками толщиной 1-1,5 см.

Пищевая ценность на выход 30 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
1,98	0,36	11,88	51,24

Наименование кулинарного изделия (блюда): Хлеб ржаной

Номер рецептуры:

Промышленное производство

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Хлеб ржаной	20	20
Выход		20

Технология приготовления: Хлеб нарезают ломтиками толщиной 1-1,5 см.

Пищевая ценность на выход 20 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
1,32	0,24	7,92	34,16

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Молоко кипяченое.

Номер рецептуры: 385-11

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Молоко	211	200 ¹
Выход	-	200

¹ – масса молока кипяченого

Технология приготовления

Молоко кипятят в посуде, предназначенной для этой цели, а затем охлаждают и разливают в стаканы.

Пищевая ценность

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность (ккал)
5,8	6,6	9,9	122

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Молоко сгущенное

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Сгущенное молоко	40	40
Выход		40

Технология приготовления: используется в качестве соуса к сладким блюдам и изделиям из творога.

Пищевая ценность на выход 40 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
3	0,08	22,56	105,5

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Сыр (порциями)

Номер рецептуры: № 15-05

Промышленное производство.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Сыр российский	26,6	20
Выход	-	20

Технология приготовления: Сыр нарезают тонкими ломтиками толщиной 2-3 см за 30-40 мин до отпуска и хранят его в холодильнике. Не допускается подсыхание.

Пищевая ценность на выход 20 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
5,75	7,25	0,00	91

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Кондитерское изделие (печенье).

Промышленное производство.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Печенье	20	20
Выход	-	20

Технология приготовления: Кондитерское изделие извлекают из упаковки и подают на пирожковой тарелке.

Пищевая ценность на выход 20 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
1,50	2,36	14,88	89,11

Витамины			
В ₁	С	А	Е
0,02	0,00	0,00	0,00

Минеральные вещества			
Кальций (мг)	Фосфор (мг)	Магний (мг)	Железо (мг)
5,80	18,00	4,00	0,42

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Кисломолочный продукт (йогурт).

Номер рецептуры: 386-11

Промышленное производство.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Йогурт	205	200
Выход	-	200

Технология приготовления: Кисломолочный продукт наливают непосредственно в стакан.

Пищевая ценность на выход 200 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность (ккал)
5,6	6,4	7,6	110

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Булочка Домашняя.

Номер рецептуры: Пром.

Промышленное производство.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Булочка Домашняя	50	50
Выход		50

Технология приготовления: Булочку перед употреблением вынимают из упаковки.

Пищевая ценность на выход 50 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
4,64	0,99	26,11	132

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Фрикадельки мясные

Номер рецептуры: № 154

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г. под ред. В.Т. Лапшиной.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г		Расход сырья на 1 порцию, гр.	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина (котлетное мясо) бескостная, п/ф	1140	1140	28,5	28,5
Лук репчатый	119	100	2,9	2,5
Вода	2шт	80	2,5	2,5
Яйца	50	50		2,0
Масса п/ф		1340		33,5
ВЫХОД	-	1000		25

Технологическое приготовление: Фарш соединяют с мелко нарезанным луком, яйцами, водой, солью, и все перемешивают. Сформированные шарики припускают в воде до готовности. Хранят фрикадельки в мармите в бульоне.

Блюдо реализуют при температуре 65 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: фрикадельки в виде шариков с равномерной (без трещин) мягкой корочкой, пропитаны соусом.

Консистенция: фрикаделек в меру плотная, сочная, однородная.

Цвет: фрикаделек - коричневый, соуса - кремовый или розовый от томата.

Вкус: тушеного мяса в соусе, умеренно соленый.

Запах: тушеного мяса и соуса.

Пищевая ценность блюда на выход 100г

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
4,3	2,5	0,24	41,6

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Фрукты свежие

Номер рецептуры: № 338-05

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2005 г. под ред. М.П. Могильного.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Яблоки	120	120
или апельсины	120	120
или мандарины	120	120
или бананы	120	120
ВЫХОД	-	120

Технологическое приготовление: При приемке фрукты подвергают осмотру. В школьном питании используются только фрукты без признаков порчи, нормальной зрелости.

Фрукты перед использованием (подачей) промывают дважды: в производственной ванне, а затем проточной водой. Яблоки, груши, персики, абрикосы и бананы перед подачей не очищают, и подают.

Температура подачи блюда от 7 °С до 14 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: целые плоды или ягоды, уложенные на десертную тарелку или вазочку.

Консистенция: соответствует виду плодов

Цвет: соответствует виду плодов

Вкус и запах: соответствует виду плодов

Пищевая ценность блюда на выход 12 г

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
0,47	0	15,12	62,4

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Чай с лимоном

Номер рецептуры: № 377-05

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2005 г. под ред. М.П. Могильного.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Чай	0,5	0,5
Лимон	8	7
Сахар	15	15
Вода	216	216
Выход	-	200

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

Лимон нарезают тонкими кружочками и кладут в стакан или чашку приготовленного чая непосредственно перед отпуском.

Отпускают напиток в стакане или чашке при температуре не менее 75 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: жидкость золотисто-коричневого цвета налита в стакан или чашку, где плавают кружочек лимона.

Консистенция: жидкая.

Цвет: золотисто-коричневый.

Запах: свойственный чаю и лимону.

Вкус: сладкий с привкусом лимона.

Пищевая ценность напитка на выход 200 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
0,2	0,0	16	65

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Чай с молоком.

Номер рецептуры: № 378-05

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2005 г. под ред. М.П. Могильного.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Чай	0,5	0,5
Вода	150	150
Молоко	51	50
Сахар	15	15
Выход		200

К подготовленному чаю с сахаром добавляют кипячёное молоко.

Отпускают напиток в стакане или чашке при температуре не менее 75 °С.

Органолептические показатели качества:

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

Консистенция: жидкая.

Цвет: серовато-белый.

Запах: свойственный чаю и молоку.

Вкус: сладкий с привкусом молока.

Пищевая ценность напитка на выход 200г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
1,4	1,6	17,7	91

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Чай с сахаром.

Номер рецептуры: № 375-05

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2005 г. под ред. М.П. Могильного.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Чай	0,5	0,5
Вода	216	216
Сахар	15	15
Выход		200

В стакан или чашку наливают заварку чая и доливают кипятком.

Сахар кладут в стакан.

Отпускают напиток в стакане или чашке при температуре не менее 75 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: жидкость золотисто-коричневого цвета налита в стакан или чашку.

Консистенция: жидкая.

Цвет: золотисто-коричневый.

Запах: свойственный чаю.

Вкус: чуть терпкий.

Пищевая ценность напитка на выход 200г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
0,01	0,00	15	60

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Шницель рыбный натуральный
Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г. под ред. В.Т. Лапшиной.

Номер рецептуры: №

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

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Треска (филе с кожей и костями)	124,6	111,3
или горбуша (филе с кожей и костями)	123,4	111,3
или хек (филе с кожей и костями)	124,6	111,3
или минтай (филе с кожей и костями)	122,0	111,3
или судак (филе с кожей и костями)	126,0	111,3
или окунь морской (филе с кожей и костями)	126,0	111,3
Лук репчатый	14,9	12,5
Соль	0,7	0,7
Молоко	5	5
Яйца	0,0625 шт.	2,5
Мука пшеничная	2,8	2,8
Масса полуфабриката	-	135
Масло растительное	5	5
ВЫХОД	-	100

Технологическое приготовление: подготовка сырья производится в соответствии с рекомендациями Сборника технологических нормативов для предприятий общественного питания и технологическими рекомендациями для импортного сырья.

Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски, перемешивают с луком репчатым и пропускают через мясорубку с крупной решеткой. Подготовленную массу солят, формируют изделия овальной приплюснутой формы, смачивают в яйце, взбитом с молоком, панируют в муке, запекают до готовности. При отпуске гарнируют.

Блюдо реализуют при температуре 65 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: шницель имеет овальную форму, равномерно обжаренную поверхность, без трещин.

Консистенция: сочная, рыхлая, однородная.

Цвет: корочки – золотистый, на разрезе – светло-серый.

Запах: приятный, рыбы и масла сливочного.

Вкус: жареной рыбной массы, умеренно соленый.

Пищевая ценность блюда на выход 100 г

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
10,30	7,45	8,18	145,03

Витамины			
В ₁	С	А	Е
0,05	3,48	23,00	4,18

Минеральные вещества			
Кальций (мг)	Фосфор (мг)	Магний (мг)	Железо (мг)
60,21	158,35	24,86	2,06

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

_____ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Щи из свежей капусты с картофелем.

Номер рецептуры: № 124-04

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г. под ред. В.Т. Лапшиной.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Картофель	37	30
Капуста белокочанная	63	50
Морковь	16	13
Лук репчатый	12	10
Томатное пюре	3,0	3,0
Масло сливочное	2	5
Соль	0,7	0,7
Вода или бульон	200	200
Сметана	5	5
ВЫХОД	-	200/5

Технологическое приготовление: Капусту нарезают шашками, картофель - дольками. В кипящий бульон или воду закладывают капусту, доводят до кипения, затем кладут картофель, добавляют пассированные морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки в щи добавляют пассированное томатное пюре. При приготовлении щей из ранней капусты, ее закладывают после картофеля.

Блюдо реализуют при температуре 75 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: в жидкой части щей - капуста, нарезанная шашками, морковь, лук, картофель - дольками.

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

Цвет: желтый, жира на поверхности - оранжевый; овощей - натуральный.

Вкус: капусты в сочетании с входящими в состав овощами, умеренно соленый.

Запах: пассированных овощей, капусты.

Пищевая ценность блюда на выход 200 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
2	4,3	10	88