

СОГЛАСОВАНО

|                                                                                                                              |         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН<br>ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ                                                                                    |         |
| Сертификат: 2EE74ED4FFBDF09CDBB9FB7EB03FEE21<br>Владелец: Стегно Михаил Александрович<br>Министр: с 17.01.2025 до 12.04.2026 |         |
| « _____ »                                                                                                                    | 2025 г. |

УТВЕРЖДАЮ



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

МП

В.Н. Аблаева

\_\_\_\_\_ 2025 г.

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ  
ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ, ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ (С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ)  
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.

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<br>и продуктов                           | Расход сырья и продуктов на<br>1 порцию, г |       |
|-------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|-------|
|                                                             | брутто                                     | нетто |
| Говядина (боковой и наружный кусок тазобедренной части) п/ф | 118,5                                      | 118,5 |
| Картофель                                                   | 114                                        | 85    |
| Лук репчатый                                                | 12,4                                       | 10,6  |
| Томатное пюре                                               | 2,5                                        | 2,5   |
| Масло сливочное                                             | 5                                          | 5     |
| Огурцы соленые                                              | 13                                         | 12    |
| <i>Масса тушеного мяса</i>                                  | -                                          | 75    |
| <i>Соль</i>                                                 | 0,5                                        | 0,5   |
| <i>Масса готовых овощей</i>                                 | -                                          | 150   |
| <b>ВЫХОД</b>                                                | -                                          | 225   |

Мясо нарезают брусочками по 10-15г, 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 225 г

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 17,76    | 17,77   | 18,72       | 329,76             |

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

\_\_\_\_\_ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Бефстроганов

Номер рецептуры: № 427.

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 |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 17,4     | 12,3    | 5,2         | 203                |

| Витамины       |      |     |      |
|----------------|------|-----|------|
| В <sub>1</sub> | 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

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<br>и продуктов | Расход сырья и продуктов на<br>1 порцию, г |       |
|-----------------------------------|--------------------------------------------|-------|
|                                   | брутто                                     | нетто |
| Свекла                            | 50                                         | 40    |
| Капуста свежая                    | 38                                         | 28    |
| Морковь                           | 16                                         | 13    |
| Морковь(петрушка корень)          | 4                                          | 3     |
| Лук репчатый                      | 13,5                                       | 11,2  |
| Томатное пюре                     | 9,2                                        | 9,2   |
| Масло сливочное                   | 3                                          | 3     |
| Масло растительное                | 5                                          | 5     |
| Сахар                             | 2,5                                        | 2,5   |
| Соль                              | 0,5                                        | 0,5   |
| Вода                              |                                            | 190   |
| Сметана                           | 5                                          | 5     |
| Выход                             |                                            | 250/5 |

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 |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 1,9      | 7,5     | 10,6        | 183,7              |

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

\_\_\_\_\_ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Бутерброд с сыром.

Номер рецептуры: № 3

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                          | Расход сырья и полуфабрикатов |           |
|---------------------------------------------|-------------------------------|-----------|
|                                             | 1 порция                      |           |
|                                             | Брутто, г.                    | Нетто, г. |
| Сыр российский, или волжский, или угличский | 16                            | 15        |
| Масло сливочное                             | 5                             | 5         |
| Хлеб пшеничный                              | 20                            | 20        |
| Выход                                       | -                             | 40        |

Технологическое приготовление: Ломтик хлеба намазывают маслом, а сверху кладут кусочек сыра.

Блюдо реализуют при температуре 7-14 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: ровные ломтики хлеба намазаны маслом, сверху – сыр прямоугольной или треугольной формы.

Консистенция: мягкая.

Цвет: сыра и хлеба.

Запах: сыра в сочетании со свежим хлебом.

Вкус: сыра и хлеба.

Пищевая ценность блюда на выход 40 г.

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 5,2      | 6,9     | 11,3        | 128,8              |

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<br>и продуктов | Расход сырья и продуктов<br>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   |
| <i>Масса полуфабриката</i>        | -                                          | 123,5 |
| <i>Масса готовых вареников</i>    | -                                          | 130   |
| Сметана                           | 20                                         | 20    |
| Масло сливочное                   | 3,4                                        | 3,4   |
| <b>ВЫХОД</b>                      | -                                          | 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 протёртого 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

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

| Наименование сырья и продуктов                             | Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г |       |
|------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|-------|
|                                                            | брутто                                  | нетто |
| Капуста белокочанная свежая                                | 84,1                                    | 67,2  |
| Говядина (котлетное мясо) охлажденная, бескостная, к\к п/ф | 51,6                                    | 51,6  |
| Крупа рисовая                                              | 13,8                                    | 13,8  |
| Лук репчатый                                               | 12,1                                    | 10    |
| Масло сливочное                                            | 3,3                                     | 3,3   |
| <i>Масса пассированного лука</i>                           | -                                       | 5,0   |
| Соль                                                       | 0,5                                     | 0,5   |
| <i>Масса полуфабриката</i>                                 | -                                       | 134   |
| <i>Масса обжаренных голубцов</i>                           | -                                       | 120   |
| Выход                                                      | -                                       | 120   |

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 1 шт 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 |
|----------|---------|-------------|--------------------|



|     |     |     |     |
|-----|-----|-----|-----|
| 6,9 | 7,8 | 7,6 | 154 |
|-----|-----|-----|-----|

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

\_\_\_\_\_ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Горошек зелёный консервированный

Промышленное производство

| Наименование сырья и продуктов   | Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г |       |
|----------------------------------|-----------------------------------------|-------|
|                                  | брутто                                  | нетто |
| Горошек зеленый консервированный | 153                                     | 100   |
| ВЫХОД                            | -                                       | 100   |

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 |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 2,8      | 0,16    | 5,8         | 47,66              |

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

\_\_\_\_\_ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Гуляш.

Номер рецептуры: № 260.

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<br>и продуктов                                            | Расход сырья и<br>продуктов на 1<br>порцию, г |       |
|------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|-------|
|                                                                              | брутто                                        | нетто |
| Говядина (лопаточная и подлопаточные части, грудинка, покроя) 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   |

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.

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<br>и продуктов | Расход сырья и продуктов<br>на 1 порцию, г |        |
|-----------------------------------|--------------------------------------------|--------|
|                                   | брутто                                     | нетто  |
| Творог                            | 189                                        | 186    |
| Сахар                             | 13                                         | 13     |
| Яйца                              | 5,3                                        | 5,3    |
| Масло сливочное                   | 6                                          | 6      |
| Крупа манная                      | 13,3                                       | 13,3   |
| Сметана                           | 8                                          | 8      |
| сухари                            | 8                                          | 8      |
| Соль                              | 0,1                                        | 0,1    |
| Молоко сгущённое                  |                                            | 50     |
| ВЫХОД                             |                                            | 200/50 |

Технология приготовления: 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 200/50 г

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 27,8     | 37      | 63,58       | 587,54             |

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)     | 112,8                                   | 112,8 |
| Масло растительное             | 5,6                                     | 5,6   |
| Масса готовых мясопродуктов    |                                         | 71    |
| картофель                      | 217                                     | 162   |
| Масса протертого картофеля     |                                         | 154   |
| Лук репчатый                   | 14,2                                    | 11,3  |
| Масло сливочное                | 1,3                                     | 1,3   |
| Масса пассерованного лука      |                                         | 5,6   |
| Масло растительное             | 2,8                                     | 2,8   |
| сухари                         | 2                                       | 2,6   |
| <i>Масса полуфабриката</i>     |                                         | 233   |
| <i>Масса запеченного блюда</i> |                                         | 200   |
| <i>Масло сливочное</i>         | 5                                       | 5     |
| <b>ВЫХОД</b>                   | -                                       | 205   |

Технологическое приготовление: Мясо говядины обжаривают и тушат. Готовое мясо пропускают через мясорубку, добавляют пассированный 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 |
| 22,8     | 26      | 21,7        | 413,3              |



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

\_\_\_\_\_ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Икра свекольная

Номер рецептуры: № 78

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                         | 96                                      | 75    |
| Лук репчатый                   | 21                                      | 18    |
| Томатное пюре                  | 11,1                                    | 11,1  |
| Масло растительное             | 8                                       | 8     |
| Сахар                          | 1,3                                     | 1,3   |
| Лимонная кислота               | 0,3                                     | 0,3   |
| Соль                           | 0,5                                     | 0,5   |
| Выход                          | -                                       | 100   |

Технология приготовления:

Свеклу или морковь отваривают, очищают от кожицы и измельчают.

Лук репчатый шинкуют и пассеруют, в конце пассирования 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 100 г

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 2,4      | 7,1     | 10,4        | 115                |

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

\_\_\_\_\_ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Какао с молоком.

Номер рецептуры: № 382

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<br>и продуктов | Расход сырья и продуктов на<br>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 2022г.

| Наименование сырья<br>и продуктов | Расход сырья и продуктов на<br>1 порцию, г |       |
|-----------------------------------|--------------------------------------------|-------|
|                                   | брутто                                     | нетто |
| Мясо говядины, бескостная п/ф     |                                            | 117,3 |
| Капуста свежая                    | 190                                        | 152   |
| Лимонная кислота                  | 0,09                                       | 0,09  |
| Масло растительное                | 0,5                                        | 0,5   |
| Морковь                           | 6,5                                        | 5,3   |
| Лук репчатый                      | 13,3                                       | 10,6  |
| Томатное пюре                     | 3,2                                        | 3,2   |
| Мука пшеничная                    | 1,6                                        | 1,6   |
| Сахар                             | 4                                          | 4     |
| Масло сливочное                   | 10                                         | 10    |
| Соль                              | 0,6                                        | 0,6   |
| Лавровый лист                     | 0,05                                       | 0,05  |
| ВЫХОД                             | -                                          | 200   |

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

Капусту и 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 тушеное 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 тушеной капусты с овощами. Капуста, лук и морковь нарезаны в виде соломки.

Консистенция: сочная, слабо хрустящая.

Цвет: светло-коричневый.

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

Вкус: умеренно соленый, кисло-сладкий.

Пищевая ценность блюда на выход 200 г

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 22       | 21,8    | 13,2        | 339,33             |



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<br>и продуктов | Расход сырья и продуктов на<br>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    |

Технологическое приготовление: 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 пассировкой, 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 тушеной капусты с овощами. Капуста, лук и морковь нарезаны в виде соломки.

Консистенция: сочная, слабо хрустящая.

Цвет: светло-коричневый.

Запах: тушеной 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

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<br>и продуктов | Расход сырья и продуктов на<br>1 порцию, г |       |
|-----------------------------------|--------------------------------------------|-------|
|                                   | брутто                                     | нетто |
| Картофель                         | 169                                        | 126   |
| Молоко                            | 54                                         | 54    |
| Масло сливочное                   | 7,2                                        | 7,2   |
| Соль                              | 0,5                                        | 0,5   |
| Выход                             | -                                          | 180   |

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 180 г

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 4,3      | 8,1     | 28,4        | 203,4              |

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

\_\_\_\_\_ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Каша гречневая

Номер рецептуры: № 510

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<br>и продуктов | Расход сырья и продуктов на<br>1 порцию, г |       |
|-----------------------------------|--------------------------------------------|-------|
|                                   | брутто                                     | нетто |
| Гречневая крупа                   | 75                                         | 75    |
| Вода                              | 124                                        | 124   |
| Соль                              | 0,7                                        | 0,7   |
| Масса каши                        |                                            | 174   |
| Масло сливочное                   | 6,3                                        | 6,3   |
| Выход                             | -                                          | 180   |

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 180 г

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 10,8     | 12,96   | 49,5        | 363,6              |

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

\_\_\_\_\_ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Каша молочная рисовая

Номер рецептуры: № 174

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<br>и продуктов | Расход сырья и продуктов на 1<br>порцию, г |            |
|-----------------------------------|--------------------------------------------|------------|
|                                   | брутто                                     | нетто      |
| Крупа рисовая                     | 66                                         | 66         |
| Молоко                            | 150                                        | 150        |
| Вода                              | 150                                        | 150        |
| Сахар                             | 9                                          | 9          |
| Соль                              | 0,1                                        | 0,1        |
| <i>Масса готовой каши</i>         | -                                          | 300        |
| Масло сливочное                   | 5                                          | 5          |
| <b>ВЫХОД</b>                      | -                                          | <b>305</b> |

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 |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 12       | 22,4    | 90          | 609                |

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

\_\_\_\_\_ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Каша пшеничная вязкая.

Номер рецептуры: № 385

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<br>и продуктов | Расход сырья и продуктов на<br>1 порцию, г |       |
|-----------------------------------|--------------------------------------------|-------|
|                                   | брутто                                     | нетто |
| Крупа пшеничная                   | 50                                         | 50    |
| Вода                              | 162                                        | 162   |
| <i>Масса готовой каши</i>         | -                                          | 175   |
| Масло сливочное                   | 5                                          | 5     |
| <b>ВЫХОД</b>                      | -                                          | 180   |

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 180 г.

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 6,7      | 7,6     | 11,28       | 145,2              |

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

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<br>и продуктов | Расход сырья и продуктов на<br>1 порцию, г |       |
|-----------------------------------|--------------------------------------------|-------|
|                                   | брутто                                     | нетто |
| Крупа пшено                       | 40                                         | 40    |
| Молоко                            | 120                                        | 120   |
| Масса каши                        |                                            | 156   |
| Сироп:                            |                                            |       |
| Вода                              | 24                                         | 24    |
| Сахар                             | 4,8                                        | 4,8   |
| Масса сиропа                      |                                            | 28    |
| <i>Яблоки свежие</i>              | 34,6                                       | 20    |
| Масло сливочное                   | 8                                          | 8     |
| Масса припущенных яблок с сиропом |                                            | 36    |
| Сметана                           | 8                                          | 8     |
| <b>ВЫХОД</b>                      | -                                          | 200   |

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 Янтарной» на выход 200 г.

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 8,2      | 12,4    | 48,2        | 338                |





УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

\_\_\_\_\_ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Каша ячневая.

Номер рецептуры: № 510

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<br>и продуктов | Расход сырья и продуктов на<br>1 порцию, г |       |
|-----------------------------------|--------------------------------------------|-------|
|                                   | брутто                                     | нетто |
| Крупа ячневая                     | 60                                         | 60    |
| Вода                              | 145                                        | 145   |
| Соль                              | 0,7                                        | 0,7   |
| Выход                             | -                                          | 180   |

Технологическое приготовление: 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 180 г

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 4,3      | 4,5     | 26,86       | 165,7              |

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<br>1 порцию, г |       |
|----------------------------------|--------------------------------------------|-------|
|                                  | брутто                                     | нетто |
| Кисель (концетрат)               | 20                                         | 20    |
| Вода                             | 200                                        | 200   |
| Масса полуфабриката в сыром виде | 220                                        | 220   |
| Выход                            | -                                          | 200   |

Технологическое приготовление: 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

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<br>и продуктов | Расход сырья и продуктов на<br>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. Быстро разваривающиеся 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, зачищены от сердцевины и плодоножки, нарезаны дольками.

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

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

| Наименование сырья<br>и продуктов | Расход сырья и продуктов на<br>1 порцию, г |       |
|-----------------------------------|--------------------------------------------|-------|
|                                   | брутто                                     | нетто |
| Сухофрукты (смесь)                | 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)

Промышленное производство

| Наименование сырья                        | Расход сырья и полуфабрикатов |          |
|-------------------------------------------|-------------------------------|----------|
|                                           | 1 порция                      |          |
|                                           | Брутто, г                     | Нетто, г |
| Кондитерское изделие (конфеты шоколадные) | 30                            | 30       |
| Выход                                     | -                             | 30       |

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

Пищевая ценность блюда на выход 30 г.

| 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): Шницель рыбный натуральный  
1 ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ

Настоящая технико-технологическая карта распространяется на блюдо «Шницель рыбный натуральный», вырабатываемое и реализуемое

#### 2 ТРЕБОВАНИЯ К СЫРЬЮ

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.).

#### 3 РЕЦЕПТУРА

| 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   |

#### 4 ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

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.

## 5 ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ, РЕАЛИЗАЦИИ И ХРАНЕНИЮ

Блюдо реализуют при температуре 65 °С.

## 6 ПОКАЗАТЕЛИ КАЧЕСТВА И БЕЗОПАСНОСТИ

### 6.1 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.

6.2 Микробиологические показатели блюда «Шницель рыбный натуральный» должны соответствовать требованиям СанПиН 2.3.2.1078.

## 7 ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ

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 <sub>1</sub> | 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): Котлеты рубленые из птицы

Номер рецептуры: № 294

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 |
| Куриное бедро                  | 118                                     | 66    |
| Хлеб пшеничный                 | 16,2                                    | 16,2  |
| Молоко или вода                | 23                                      | 23    |
| Соль                           | 0,7                                     | 0,7   |
| Сухари                         | 9                                       | 9     |
| <i>Масса полуфабриката</i>     | -                                       | 113   |
| Масло растительное             | 5,4                                     | 5,4   |
| <i>Масса готовых изделий</i>   | -                                       | 90    |
| <b>ВЫХОД</b>                   | -                                       | 90    |

Технологическое приготовление: 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

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<br>и продуктов | Расход сырья и продуктов на 1<br>порцию, г |       |
|-----------------------------------|--------------------------------------------|-------|
|                                   | брутто                                     | нетто |
| Говядина (котлетное мясо), п/ф    | 93,6                                       | 80    |
| Хлеб пшеничный                    | 16                                         | 16    |
| Молоко или вода                   | 20                                         | 20    |
| Лук репчатый                      | 4                                          | 3,3   |
| Соль                              | 0,7                                        | 0,7   |
| Сухари                            | 10                                         | 10    |
| <i>Масса полуфабриката</i>        | -                                          | 124   |
| Масло растительное                | 4                                          | 4     |
| <i>Масса готовых изделий</i>      | -                                          | 100   |
| <b>ВЫХОД</b>                      | -                                          | 100   |

Технологическое приготовление: 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 100 г

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 16,5     | 16      | 20          | 290                |

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

\_\_\_\_\_ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Котлеты или биточки рыбные

Номер рецептуры: № 234

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<br>и продуктов | Расход сырья и продуктов на<br>1 порцию, г |       |
|-----------------------------------|--------------------------------------------|-------|
|                                   | брутто                                     | нетто |
| Филе минтая (с кожей и костями)   | 108                                        | 79,2  |
| Хлеб пшеничный                    | 21,6                                       | 21,6  |
| Молоко или вода                   | 30,6                                       | 30,6  |
| Соль                              | 0,5                                        | 0,5   |
| Сухари                            | 12                                         | 12    |
| <i>Масса полуфабриката</i>        | -                                          | 138   |
| Масло растительное                | 5                                          | 5     |
| <i>Масса готовых изделий</i>      | -                                          | 120   |
| <b>ВЫХОД</b>                      | -                                          | 120   |

Технологическое приготовление: 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 |
| 15,7     | 22,2    | 13,8        | 319,2              |

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

\_\_\_\_\_ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

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

Номер рецептуры: № 268

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<br>и продуктов           | Расход сырья и продуктов на<br>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   |
| <i>Масса полуфабриката</i>                  | -                                          | 111   |
| Масло растительное                          |                                            | 10    |
| <i>Масса готовых изделий</i>                | -                                          | 90    |
| Масло сливочное                             | 5                                          | 5     |
| Выход                                       | -                                          | 90    |

Технологическое приготовление: 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

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

Технологическое приготовление: 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 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<br>и продуктов | Расход сырья и продуктов на<br>1 порцию, г |              |
|-----------------------------------|--------------------------------------------|--------------|
|                                   | брутто                                     | нетто        |
| Макаронные изделия                | 61                                         | 174-отварные |
| Масло сливочное                   | 6,3                                        | 6,3          |
| Выход                             | -                                          | 180          |

Технологическое приготовление: Макароны 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 180 г

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 6,1      | 10,9    | 41,0        | 293                |

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

\_\_\_\_\_ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

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

Номер рецептуры: № 70

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<br>и продуктов | Расход сырья и продуктов на<br>1 порцию, г |       |
|-----------------------------------|--------------------------------------------|-------|
|                                   | брутто                                     | нетто |
| Огурцы солёные                    | 111                                        | 100   |
| <b>ВЫХОД</b>                      | -                                          | 100   |

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 100 г

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 0,8      | 0,2     | 3,1         | 18                 |

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

\_\_\_\_\_ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Овощи свежие.

Номер рецептуры: № 71

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<br>и продуктов | Расход сырья и продуктов на<br>1 порцию, г |       |
|-----------------------------------|--------------------------------------------|-------|
|                                   | брутто                                     | нетто |
| Огурцы свежие                     | 103                                        | 100   |
| или помидоры                      | 108                                        | 100   |
| Соль                              | 0,3                                        | 0,3   |
| ВЫХОД                             | -                                          | 100   |

Технологическое приготовление: Овощи перед использованием (подачей) промывают небольшими партиями в подсоленной или подкисленной 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 100 г

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 0,8      | 0       | 3,3         | 16                 |



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

\_\_\_\_\_ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Омлет натуральный.

Номер рецептуры: № 340

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<br>и продуктов | Расход сырья и продуктов на<br>1 порцию, г |       |
|-----------------------------------|--------------------------------------------|-------|
|                                   | брутто                                     | нетто |
| Яйца                              | 152                                        | 152   |
| Молоко                            | 57                                         | 57    |
| Соль                              | 0,7                                        | 0,7   |
| Масса омлетной смеси              | -                                          | 209   |
| Масло сливочное                   | 7                                          | 7     |
| ВЫХОД                             | -                                          | 200   |

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 200 г.

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 20       | 33,4    | 3,8         | 398                |

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

\_\_\_\_\_ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Омлет с сыром

Номер рецептуры: № 211

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<br>и продуктов | Расход сырья и продуктов на<br>1 порцию, г |       |
|-----------------------------------|--------------------------------------------|-------|
|                                   | брутто                                     | нетто |
| Яйца                              | 140                                        | 140   |
| Молоко                            | 53                                         | 53    |
| Соль                              | 0,7                                        | 0,7   |
| Сыр                               | 28                                         | 28    |
| Масло сливочное                   | 6                                          | 6     |
| <i>Масса омлетной смеси</i>       | -                                          | 193,3 |
| Масло сливочное                   | 5                                          | 5     |
| ВЫХОД                             | -                                          | 200   |

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 200 г.

|          |         |             |                    |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
| 22,9     | 40      | 18,9        | 526,6              |

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

\_\_\_\_\_ М.А. Стегно

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Плов из птицы

Номер рецептуры: № 291

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<br>и продуктов    | Расход сырья и продуктов на 1<br>порцию, г |       |
|--------------------------------------|--------------------------------------------|-------|
|                                      | брутто                                     | нетто |
| Грудка                               | 114                                        | 114   |
| Масло растительное                   | 10                                         | 10    |
| Морковь                              | 15                                         | 15    |
| Лук репчатый                         | 12                                         | 10,5  |
| Томатное пюре                        | 7,5                                        | 7,5   |
| Соль                                 | 0,7                                        | 0,7   |
| Крупа рисовая                        | 52                                         | 52    |
| <i>Масса тушеной птицы</i>           | -                                          | 75    |
| <i>Масса готового риса с овощами</i> | -                                          | 150   |
| Выход                                | -                                          | 225   |

Технологическое приготовление: 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 225 г

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 21,9     | 25,3    | 35,8        | 459                |



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

\_\_\_\_\_ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

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

Номер рецептуры: № 293

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<br>и продуктов | Расход сырья и продуктов на 1<br>порцию, г |       |
|-----------------------------------|--------------------------------------------|-------|
|                                   | брутто                                     | нетто |
| Бедро куриное                     | 142                                        | 142   |
| Масло растительное                | 6                                          | 6     |
| Сметана                           | 2                                          | 2     |
| Соль                              | 0,7                                        | 0,7   |
| Выход                             | -                                          | 100   |

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 100 г

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 27,5     | 18,1    | 0,4         | 275,55             |

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

\_\_\_\_\_ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Пюре картофельное

Номер рецептуры: № 128

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 |
| Картофель                      | 210                                     | 158   |
| Молоко                         | 28                                      | 28    |
| Масло сливочное                | 5,4                                     | 5,4   |
| Соль                           | 0,5                                     | 0,5   |
| Выход                          | -                                       | 180   |

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 180 г

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 3,7      | 8,2     | 31,4        | 216                |

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

\_\_\_\_\_ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Рагу из овощей

Номер рецептуры: № 541

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                      | 108                                     | 86    |
| Морковь                        | 36                                      | 28    |
| Лук репчатый                   | 17,2                                    | 14    |
| Капуста белокочанная           | 45                                      | 36    |
| Масло сливочное                | 7,2                                     | 7,2   |
| Лавровый лист                  | 0,02                                    | 0,02  |
| Соль                           | 0,5                                     | 0,5   |
| Соус томатный                  |                                         | 48    |
| Выход                          | -                                       | 180   |

<sup>1</sup> 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 180 г

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 4,14     | 9,18    | 19,26       | 174,6              |

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

\_\_\_\_\_ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Рассольник ленинградский со сметаной

Номер рецептуры: № 132

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                      | 93                                      | 75     |
| Крупа (перловая)               | 5                                       | 5      |
| Морковь                        | 13                                      | 10     |
| Лук репчатый                   | 6                                       | 5      |
| Огурцы соленые                 | 17                                      | 15     |
| Масло сливочное                | 5                                       | 5      |
| Бульон или вода                | 190                                     | 190    |
| Соль                           | 0,7                                     | 0,7    |
| Сметана                        | 10                                      | 10     |
| Выход                          | -                                       | 250/10 |

Технологическое приготовление: 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 250/10 г

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 4        | 8,7     | 25,5        | 200                |



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

\_\_\_\_\_ М.А. Стегно

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

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

Номер рецептуры: № 230.

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<br>и продуктов | Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г |       |
|-----------------------------------|-----------------------------------------|-------|
|                                   | брутто                                  | нетто |
| Минтай (филе с кожей и костями)   | 146                                     | 131   |
| Мука                              | 6                                       | 6     |
| Соль                              | 0,5                                     | 0,5   |
| Масло растительное                | 5,5                                     | 5,5   |
| ВЫХОД                             | -                                       | 100   |

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 100г.

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 15,1     | 15,3    | 3           | 212                |

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 2013г. 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   |

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС: 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        | 109,06             |

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.

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2022 г.

| Наименование сырья и продуктов | Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г |       |
|--------------------------------|-----------------------------------------|-------|
|                                | брутто                                  | нетто |
| Капуста белокочанная           | 58                                      | 45    |
| Кукуруза консервированная      | 54,5                                    | 30    |
| Огурцы свежие                  | 25,5                                    | 25    |
| Масло растительное             | 3                                       | 3     |
| Соль                           | 0,18                                    | 0,18  |
| Выход                          | -                                       | 100   |

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС: 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 100 г.

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 1,53     | 7,08    | 8,36        | 90,1               |

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.

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2022 г.

| Наименование сырья и продуктов | Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г |       |
|--------------------------------|-----------------------------------------|-------|
|                                | брутто                                  | нетто |
| Капуста белокочанная свежая    | 78                                      | 65    |
| Морковь                        | 6,3                                     | 5     |
| Огурцы свежие                  | 25,5                                    | 25    |
| Сахар                          | 0,1                                     | 0,1   |
| Масло растительное             | 5                                       | 5     |
| Выход                          | -                                       | 100   |

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС: 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 100 г.

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 7,2      | 7       | 3,7         | 82,86              |

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

\_\_\_\_\_ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

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

Номер рецептуры: № 9.

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 белокочанная свежая    | 86,6                                    | 68    |
| Свекла                         | 55                                      | 43    |
| Кислота лимонная               | 0,1                                     | 0,1   |
| Вода кипячёная                 | 9,6                                     | 9,6   |
| Масло растительное             | 5                                       | 5     |
| Сахар                          | 5                                       | 5     |
| Соль                           | 0,5                                     | 0,5   |
| Выход                          | -                                       | 100   |

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС: 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 100 г

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 2,6      | 5       | 3,1         | 69                 |

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

\_\_\_\_\_ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из белокочанной капусты  
Номер рецептуры: № 45.

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 белокочанная свежая    | 98                                      | 78    |
| Масса прогретой капусты        |                                         | 71    |
| Морковь                        | 12,5                                    | 10,3  |
| Кислота лимонная               | 0,3                                     | 0,3   |
| Вода кипячёная                 | 9,6                                     | 9,6   |
| Масло растительное             | 5                                       | 5     |
| Сахар                          | 5                                       | 5     |
| Соль                           | 0,5                                     | 0,5   |
| Выход                          | -                                       | 100   |

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС: 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 100 г.

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 2,16     | 4,6     | 10,3        | 88                 |

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                |                                         | 40    |
| Масло растительное             | 5,3                                     | 5,3   |
| Яйцо                           |                                         | 17    |
| Лук репчатый                   | 14,9                                    | 12    |
| Соль                           | 0,3                                     | 0,3   |
| Выход                          | -                                       | 100   |

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС: 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 80 г.

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 3,0      | 6,4     | 3,6         | 83,86              |

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

\_\_\_\_\_ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

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

Номер рецептуры: № 47.

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               | 115                                     | 80    |
| Лук репчатый                   | 11,8                                    | 10    |
| Сахар                          | 1,6                                     | 1,6   |
| Масло растительное             | 5                                       | 5     |
| Соль                           | 0,5                                     | 0,5   |
| Выход                          | -                                       | 100   |

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС: 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 100 г

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 1,6      | 4,8     | 11          | 95                 |



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.

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                        | 93,8                                    | 75    |
| Чернослив <sup>1</sup>         | 33                                      | 33    |
| Сахар                          | 2                                       | 2     |
| Выход                          | -                                       | 100   |

<sup>1</sup> норма закладки дана на чернослив без косточек

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС: 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 100 г.

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 1,3      | 0,1     | 12,5        | 56                 |

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.

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                        | 93,8                                    | 75    |
| Яблоки свежие                  | 35,6                                    | 33    |
| Сахар                          | 2                                       | 2     |
| Выход                          | -                                       | 100   |

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС: 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 100 г.

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 1,1      | 0,2     | 12,6        | 55                 |

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.

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                           | 63,8                                    | 50    |
| Масло растительное               | 6                                       | 6     |
| Зелёный горошек консервированный | 28                                      | 25    |
| Яблоки свежие                    | 25                                      | 18    |
| Соль                             | 0,5                                     | 0,5   |
| Лук репчатый                     | 6                                       | 5     |
| Выход                            | -                                       | 100   |

<sup>1</sup> масса отварной очищенной свеклы

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС:** 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 100 г.

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 1,8      | 6       | 10,6        | 104                |

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 2005 г. под ред. М.П. Могильного.

|                      | Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г |       |
|----------------------|-----------------------------------------|-------|
|                      | брутто                                  | нетто |
| Капуста белокочанная | 23,6                                    | 19    |
| Помидоры свежие      | 29,3                                    | 25    |
| Огурцы свежие        | 34,6                                    | 35    |
| Морковь              | 20                                      | 16    |
| Масло растительное   | 6                                       | 3     |
| Соль                 | 0,01                                    | 0,01  |
| Выход                | -                                       | 100   |

<sup>1</sup> Масса припущенной белокочанной капусты

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС:** 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 100 г.

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 1,1      | 10,1    | 5,6         | 82                 |

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   |
| <b>ВЫХОД</b>                     | -                                       | 100   |

<sup>1</sup> Масса вареного очищенного картофеля

Технологический процесс: 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, нарезаны соломкой. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом.

Консистенция: мягкая.

Цвет: свойственный продуктам, входящим в состав блюда.

Вкус: варёного картофеля в сочетании соленного 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 или ягодный.

Номер рецептуры: № 389.

Источник рецептуры: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 544 с.

| Наименование сырья и продуктов | Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г |       |
|--------------------------------|-----------------------------------------|-------|
|                                | брутто                                  | нетто |
| Сок фруктовый                  | 200                                     | 200   |
| ВЫХОД                          | -                                       | 200   |

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС: 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 200г

| 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.

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 1кг |       | Расход на 1 порцию, г |       |
|--------------------------------|---------------------------------|-------|-----------------------|-------|
|                                | брутто                          | нетто | брутто                | нетто |
| Вода                           |                                 | 1000  | 30                    | 30    |
| Масло сливочное                | 45                              | 45    | 1,3                   | 1,3   |
| Мука пшеничная                 | 45                              | 45    | 1,3                   | 1,3   |
| Морковь                        | 75                              | 60    | 2,2                   | 1,8   |
| Лук                            | 24                              | 20    | 0,72                  | 0,6   |
| Томатное пюре                  | 250                             | 250   | 7,5                   | 7,5   |
| Сахар                          | 10                              | 10    | 0,3                   | 0,3   |
| Масло сливочное                | 15                              | 15    | 0,4                   | 0,4   |
| Выход                          | -                               | 1000  |                       | 30    |

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС: 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 |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 26       | 48      | 84          | 880                |



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

\_\_\_\_\_ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп с клёцками.

Номер рецептуры: № 155/548.

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 |
| Морковь                        | 38                                      | 30    |
| Лук репчатый                   | 21,8                                    | 18    |
| Соль                           | 0,5                                     | 0,5   |
| Масло сливочное                | 5                                       | 5     |
| Для клецок:                    |                                         |       |
| Мука пшеничная                 | 18                                      | 18    |
| Масло сливочное                | 2,4                                     | 2,4   |
| Яйца                           |                                         | 4     |
| Вода                           | 30                                      | 30    |
| Соль                           | 0,1                                     | 0,1   |
| Масса теста                    | -                                       | 54    |
| Клецки готовые                 | -                                       | 60    |
| Вода                           |                                         | 180   |
| Выход                          | -                                       | 250   |

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС:** 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 250 г.

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 3,6      | 7,1     | 22,5        | 146                |

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   |
| <b>ВЫХОД</b>                   |                                         | 250   |

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС: картофель нарезают крупными кубиками, морковь – мелкими кубиками, лук мелко рубят.

Горох подготавливают, кладут в бульон или воду, доводят до кипения, добавляют картофель, пассерование морковь и лук и варят до готовности.

Блюдо реализуют при температуре 75 °С.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: картофель нарезан кубиками; горох лущеный 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 250 г

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 6,1      | 6,8     | 22,2        | 167                |

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.

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                      | 100                                     | 75    |
| Морковь                        | 15,5                                    | 12,5  |
| Лук репчатый                   | 12                                      | 10    |
| Макаронные изделия(вермишель)  | 10                                      | 10    |
| Масло сливочное                | 3                                       | 3     |
| Вода                           | 200                                     | 200   |
| Соль                           | 0,7                                     | 0,7   |
| Выход                          | -                                       | 250   |

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС:** 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.

|          |         |             |                    |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
| 2,8      | 2,5     | 24,2        | 132,5              |

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

\_\_\_\_\_ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп картофельный с крупой.

Номер рецептуры: № 138.

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                      | 100                                     | 75    |
| Крупа рисовая                  | 5                                       | 5     |
| Морковь                        | 13                                      | 10    |
| Лук репчатый                   | 12                                      | 10    |
| Соль                           | 0,5                                     | 0,5   |
| Масло сливочное                | 3                                       | 3     |
| Бульон или вода                |                                         | 225   |
| ВЫХОД                          |                                         | 250   |

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС: 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, пассерованную 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: корней и лука.

Вкус: умеренно соленый.

Пищевая ценность блюда на выход 250 г

|          |         |             |                    |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
| 2,5      | 3       | 18,2        | 112,5              |

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.

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                      | 132                                     | 100    |
| Томатное пюре                  | 3                                       | 3      |
| Морковь                        | 13                                      | 10     |
| Лук репчатый                   | 12                                      | 10     |
| Масло сливочное                | 3                                       | 3      |
| Вода                           | 225                                     | 225    |
| Фрикадельки мясные готовые     | 35                                      | 25     |
| Выход                          | -                                       | 250/25 |

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС:** 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 пропускания 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 250/25г

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 9,5      | 6,5     | 23,2        | 190                |

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

\_\_\_\_\_ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп крестьянский.

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 |
| Капуста свежая                 | 37,5                                    | 30    |
| Картофель                      | 32                                      | 25    |
| Крупа: рисовая                 | 10                                      | 10    |
| Морковь                        | 12,5                                    | 10    |
| Лук репчатый                   | 11,8                                    | 10    |
| Масло сливочное                | 5                                       | 5     |
| Бульон или вода                | 250                                     | 250   |
| Соль                           | 0,5                                     | 0,5   |
| Выход                          | -                                       | 250   |

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС:** 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, корни 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 250 г.

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 2,0      | 2,5     | 15,86       | 119                |

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

\_\_\_\_\_ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Сырники из творога.

Номер рецептуры: № 358.

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                         | 180                                     | 180    |
| Мука пшеничная                 | 23,4                                    | 23,4   |
| Яйца                           | 5,4                                     | 5,4    |
| Сахар                          | 18                                      | 18     |
| <i>Масса полуфабриката</i>     | -                                       | 201    |
| Масло сливочное                | 5,4                                     | 5,4    |
| Масса готовых сырников         |                                         | 180    |
| Молоко сгущенное               | 40                                      | 40     |
| Выход                          | -                                       | 180/40 |

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС: 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 180 г

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 24       | 28,4    | 41,05       | 468                |



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

\_\_\_\_\_ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Тефтели.

Номер рецептуры: № 462.

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 | 57                                      | 57    |
| Вода                                       | 9                                       | 9     |
| Крупа рисовая                              | 5                                       | 5     |
| Соль                                       | 10                                      | 10    |
| Масса готового рассыпчатого риса           | -                                       | 22,5  |
| Масло сливочное                            | 4,5                                     | 4,5   |
| Лук репчатый                               | 31,5                                    | 27    |
| Масса пассерованного лука                  | -                                       | 13,5  |
| Мука пшеничная                             | 6                                       | 6     |
| Масса полуфабриката                        | -                                       | 106   |
| Соус томатный                              | 30                                      | 30    |
| ВЫХОД                                      | -                                       | 90/30 |

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС:** 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 |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 18,1     | 12,9    | 16,8        | 260,7              |

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

\_\_\_\_\_ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Хлеб пшеничный

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов |          |
|--------------------|-------------------------------|----------|
|                    | 1 порция                      |          |
|                    | Брутто, г                     | Нетто, г |
| Хлеб пшеничный     | 30                            | 30       |
| Выход              |                               | 30       |

Технология приготовления

Хлеб нарезают ломтиками толщиной 1-1,5 см.

Пищевая ценность

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 2,28     | 0,24    | 14,76       | 70,32              |

Хлеб пшеничный

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов |          |
|--------------------|-------------------------------|----------|
|                    | 1 порция                      |          |
|                    | Брутто, г                     | Нетто, г |
| Хлеб пшеничный     | 55                            | 55       |
| Выход              |                               | 55       |

Технология приготовления

Хлеб нарезают ломтиками толщиной 1-1,5 см.

Пищевая ценность

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 4,18     | 0,44    | 27,07       | 128,92             |

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

\_\_\_\_\_ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Хлеб ржаной

| 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

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

Хлеб ржаной

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов |          |
|--------------------|-------------------------------|----------|
|                    | 1 порция                      |          |
|                    | Брутто, г                     | Нетто, г |
| Хлеб ржаной        | 36                            | 36       |
| Выход              |                               | 36       |

Технология приготовления

Хлеб нарезают ломтиками толщиной 1-1,5 см.

Пищевая ценность

| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 2,38     | 0,43    | 14,26       | 61,49              |

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 45

\_\_\_\_\_ М.А. Стегно

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Молоко кипяченое.

Источник рецептуры: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 544 с.

Номер рецептуры: № 385.

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов |                  |
|--------------------|-------------------------------|------------------|
|                    | 1 порция                      |                  |
|                    | Брутто, г                     | Нетто, г         |
| Молоко             | 211                           | 200 <sup>1</sup> |
| Выход              | -                             | 200              |

<sup>1</sup> – 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

| 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: № 15-04

Источник рецептуры: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся 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 |
| 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 подсыпание.

Пищевая ценность:

| 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).

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов |          |
|--------------------|-------------------------------|----------|
|                    | 1 порция                      |          |
|                    | Брутто, г                     | Нетто, г |
| Печенье            | 20                            | 20       |
| <b>Выход</b>       | -                             | 20       |

**Технология приготовления**

Кондитерское изделие извлекают из упаковки и подают на пирожковой тарелке.

**Пищевая ценность**

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

**Витамины**

| В <sub>1</sub> | 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).

Источник рецептуры: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 544 с.

Номер рецептуры: 386

| 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

| 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.

| 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

| 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  |
| <b>ВЫХОД</b>                              | -                                       | 1000  |                               | 25    |

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС:** 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 1000г

| 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.

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<br>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   |

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС: 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.

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   |

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС: 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.

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<br>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.

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): Щи из свежей капусты с картофелем.

Номер рецептуры: № 124.

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

| Наименование сырья и продуктов | Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г |       |
|--------------------------------|-----------------------------------------|-------|
|                                | брутто                                  | нетто |
| Картофель                      | 46,2                                    | 37,5  |
| Капуста белокочанная           | 78,7                                    | 62,5  |
| Морковь                        | 20,0                                    | 16,2  |
| Лук репчатый                   | 15                                      | 12,5  |
| Томатное пюре                  | 3,7                                     | 3,7   |
| Масло сливочное                | 6,2                                     | 6,2   |
| Соль                           | 0,7                                     | 0,7   |
| Вода или бульон                | 250                                     | 250   |
| Сметана                        | 5                                       | 5     |
| ВЫХОД                          | -                                       | 250/5 |

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС: 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 |
|----------|---------|-------------|--------------------|
| 2,5      | 5,3     | 12,5        | 110                |