

13. Гарниры

Гарниры повышают питательную ценность блюд, разнообразят их вкус, дают возможность красиво оформить блюдо, то есть сделать его привлекательным, аппетитным и тем самым повысить усвояемость пищи. Для приготовления гарниров используют широкий набор продуктов: крупы, бобовые, макаронные изделия, картофель, овощи, плоды и ягоды.

Крупяные гарниры представляют собой рассыпчатые или вязкие каши. Макароны используют для гарниров отварными, бобовые - отварными и в виде пюре.

Широкое применение находят овощные гарниры. Для их приготовления используют разнообразные свежие, соленные, квашенные, отварные, припущенные, жареные, запеченные и тушеные овощи.

Особое место в кулинарии занимают гарниры из картофеля. Вкусовые качества этого продукта делают его почти универсальным гарниром. В зависимости от вкусовых особенностей и от вида тепловой обработки основного продукта картофель подвергают различной кулинарной обработке - варке, запеканию, тушению.

Гарниры можно подразделить на простые, состоящие из какого-то одного продукта (картофельное пюре, каша, макароны отварные и т.п.), и сложные. Обычно сложные гарниры состоят из двух-трех различных продуктов (морковь или свекла припущенные или отварные, горошек или фасоль отварные или другие продукты в различных сочетаниях).

В данном разделе приведен ассортимент наиболее часто используемых гарниров. В качестве гарнира можно также использовать отдельные овощные и крупяные блюда, рецепты которых приведены в соответствующих разделах Сборника.

Дополнительно на гарнир можно подать свежие, соленные овощи (огурцы, помидоры, капусту и др.).

13.1. Гарниры из круп

В качестве гарниров из круп используют каши рассыпчатые, вязкие.

См. раздел Блюда из круп.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 414

Наименование блюда: Рис отварной

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетичность, ккал
	Брутто	Чисто	Б		Ж		
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.	
Крупа рисовая	360	360					
Масло сливочное	45	45					
ИТОГО:			24,6	0,2	40,3	3,6	225,4

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,18	0,0	0,27	1,9	34	472	152	1,5

Выход: 1000

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

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Зерна крупы набухшие, вязкие, не деформированные, белого цвета, не слипшиеся. Не допускаются вкус и запах подгорелой каши.

Верно

Начальник

Т. М. Мукаева Т. М. Мукаева

« 19 » 10 2011 г.



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 495

Наименование блюда: Чай с молоком

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жир	Всего	в т.ч. раст.		
Чай-заварка	50	50						
Сахар	15	15						
Молоко	50	50						
Вода	100	100						
ИТОГО:			1,5	1,5	1,3	0,0	15,9	81

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,04	1,3	0,01	0,0	127	93	15	0,4

Выход: 200

Технология приготовления: В стакан наливают заварку, добавляют сахар, вливают и сортируют кипящее молоко.**Температура подачи:** 65 °С.**Срок реализации:** не более одного часа с момента приготовления.**Требования к качеству:** Напиток имеет аромат чая, смягченный добавленным молоком. Цвет светло-коричневый, непрозрачный.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 496

Наименование блюда: Какао с молоком (1-й вариант)

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жир	Всего	в т.ч. раст.		
Какао-порошок	3	3						
Молоко	100	100						
Вода	110	110						
Сахар	20	20						
ИТОГО:			3,6	2,9	3,3	0,4	25,0	144

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,04	1,3	0,02	0,0	124	110	27	0,8

Выход: 200

Технология приготовления: Какао-порошок смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка и растирают в однородную массу, затем при непрерывном помешивании вливают горячее молоко, остальной кипятком и доводят до кипения.**Температура подачи:** 65 °С.**Срок реализации:** не более одного часа с момента приготовления.**Требования к качеству:** Цвет напитка - светло-коричневый с красноватым оттенком, вкус и запах - собственные какао, сладкий.Верно
Начальник

Гуржаев Т. М. Мукаева
« 19 » 10 2022 г.



16.5. Плодово-ягодные прохладительные напитки

Плодово-ягодные прохладительные напитки готовят из лимонов, ревеня, клюквы, других плодов и ягод, а также из варенья и сиропов.

Отпускают напитки охлажденными в стаканах.

При приготовлении прохладительных напитков сахар рекомендуется предварительно растворить в воде и процедить.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 518

Наименование блюда: Соки овощные, фруктовые и ягодные

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жир.	Всего	в т.ч. раст.		
Сок яблочный	100	100	0,5	0,0	0,1	0,1	0,1	46
ИТОГО:								
Сок абрикосовый	100	100	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	55
ИТОГО:								
Сок апельсиновый	100	100	0,7	0,0	0,1	0,1	0,1	60
ИТОГО:								
Сок сливовый	100	100	0,3	0,0	0,1	0,1	0,1	68
ИТОГО:								
Сок томатный	100	100	1,0	0,0	0,1	0,1	0,1	18
ИТОГО:								
Сок морковный	100	100	1,1	0,0	0,1	0,1	12,6	56
ИТОГО:								

Сок яблочный

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B ₁	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,01	2,0	0,00	0,0	7	0	0	1,4

Сок абрикосовый

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B ₁	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,02	4,0	0,00	0,0	20	0	0	0,2

Сок апельсиновый

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B ₁	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,04	4,0	0,00	0,0	18	0	0	0,3

Сок сливовый

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B ₁	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,01	4,0	0,00	0,0	10	0	0	0,3

Сок томатный

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B ₁	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,03	1,0	0,00	0,0	7	0	0	0,7

Сок морковный

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B ₁	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,01	3,0	0,00	0,0	19	0	0	0,6



Выход: 100

Технология приготовления: Сок, выпускаемый промышленностью, разливают в стаканы порциями непосредственно перед отпуском.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид, консистенция, цвет, вкус, запах соответствуют виду сока, без порочащих признаков.

Верно
Начальник
Т. М. Мухаева
« 19 » 10 2022 г.

Наименование блюда: Кофейный напиток с молоком

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Чисто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Кофейный напиток	5	5						
Молоко	100	100						
Сахар	10	10						
Вода	120	120						
ИТОГО:			1,2	2,9	2,7	0,1	15,9	79

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,04	1,3	0,02	0,0	126	90	14	0,1

Выход: 200

Технология приготовления: Наливают в посуду воду, доводят до кипения, всыпают кофейный напиток. Дают отстояться в течение 5 минут, после чего процеживают, добавляют сахар, горячее молоко и вновь доводят до кипения.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Цвет напитка - светло-коричневый, аромат, присущий кофейному напитку и молоку, вкус сладкий.

Верно
Начальник
Т. М. Мукаева
к 19» 10 2022г.



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 508

Наименование блюда: **Компот из смеси сухофруктов**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Смесь сухофруктов	25	30,5 *						
Сахар	15	15						
Вода	190	190						
ИТОГО:			0,5	0,0	0,0	0,0	27,0	110

* Масса сухофруктов отварных

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,01	0,5	0,00	0,0	28	19	7	1,5

Выход: 200

Технология приготовления: Сушеные фрукты перебирают, сортируют по видам, несколько раз промывают в теплой воде, затем закладывают в кипящую воду с сахаром в следующей последовательности: груши варят 1,5–2 часа; яблоки – 20–30 минут; урюк – 18–20 минут; изюм – 5–10 минут. Охлаждают. Фрукты раскладывают в стаканы, заливают отваром.

Температура подачи: 14 °С.**Срок реализации:** не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Не допускаются посторонние примеси и порченные плоды. Ягоды и плоды сварены до полной готовности и пропитаны отваром. Отвар прозрачный. Вкус сладкий. Вкус и запах соответствуют виду используемых сухофруктов. Цвет коричневый или темно-коричневый.



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 509

Наименование блюда: **Компот из яблок с лимоном**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Яблоки свежие	50	50						
Лимон	16	7						
Вода	180	180						
Сахар	20	20						
ИТОГО:			0,3	0,0	0,2	0,2	25,1	103

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,01	3,3	0,00	0,1	11	7	5	1,2

Выход: 200

Технология приготовления: Яблоки перебирают, моют, удаляют семенные гнезда, нарезают тонкими ломтиками. С лимоном снимают цедру, мякоть нарезают ломтиками острым ножом. Цедру, снятую с лимона, мелко нарезают. Яблочные сердцевинки и цедру лимона заливают горячей водой, варят 10–15 минут и процеживают. В отвар добавляют сахар, доводят до кипения, закладывают подготовленные фрукты, доводят до кипения и варят 2–3 мин. Охлаждают.

Температура подачи: 14 °С.**Срок реализации:** не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Вкус кисло-сладкий, с ароматом яблок и лимона. Цвет слабо-желтый. Консистенция супа киская с ломтиками яблок и лимона.

Верно

Начальник

Гуреев Т. М. Мукаева

« 19 » 10 2022г.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 108

Наименование блюда: Хлеб пшеничный

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Хлеб пшеничный формовой	100	100						
ИТОГО:			7,6	0,0	0,8	0,8	49,2	235

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,11	0,0	0,00	1,1	20	65	14	1,1

Выход: 100

Технология приготовления: Нарезают хлеб непосредственно перед подачей на стол.

Требования к качеству: Форма нарезки сохранена. Цвет, вкус и запах пшеничного хлеба.



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 109

Наименование блюда: Хлеб ржаной

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Хлеб ржаной формовой	100	100						
ИТОГО:			6,6	0,0	1,2	1,2	33,4	174

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,18	0,0	0,00	1,4	35	158	47	3,9

Выход: 100

Технология приготовления: Нарезают хлеб непосредственно перед подачей на стол.

Требования к качеству: Форма нарезки сохранена. Цвет, вкус и запах ржаного хлеба.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 110

Наименование блюда: Хлеб столовый (ржано-пшеничный)

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Хлеб столовый формовой (ржано-пшеничный)	100	100						
ИТОГО:			6,6	0,0	1,2	1,2	34	181

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,18	0,0	0,00	0,0	35	158	47	3,9

Выход: 100

Технология приготовления: Нарезают хлеб непосредственно перед подачей на стол.

Требования к качеству: Форма нарезки сохранена. Цвет, вкус и запах столового хлеба.

Верно
Начальник
Т. М. Мукаева
« 19 » 10 2022г.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 111

Наименование блюда: Батон нарезной

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жиры	Всего	в т.ч. раст.		
Батон нарезной	100	100						
ИТОГО:			7,5	0,0	2,9	2,9	51,4	262

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,11	0,0	0,00	1,7	19	65	13	1,2

Выход: 100

Технология приготовления: Нарезной хлеб непосредственно перед подачей на стол.

Требования к качеству: Форма нарезки сохранена. Цвет, вкус и запах батона нарезного.



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 112

Наименование блюда: Фрукты свежие

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жиры	Всего	в т.ч. раст.		
Яблоки	114	100	0,4	0,0	0,4	0,4	9,8	47
или груши	112	100	0,4	0,0	0,3	0,3	10,3	47
или вишня	118	100	0,8	0,0	0,2	0,2	10,6	52
или персики	125	100	0,9	0,0	0,1	0,1	9,5	45
или абрикосы	117	100	0,9	0,0	0,1	0,1	9,0	44
или бананы	143	100	1,5	0,0	0,5	0,5	21,0	96
или виноград	115	100	0,6	0,0	0,6	0,6	15,4	72
или слива	112	100	0,8	0,0	0,3	0,3	9,8	49
или киви	112	100	0,8	0,0	0,4	0,4	8,1	47
или апельсины	143	100	0,9	0,0	0,2	0,2	8,1	43
или грейпфрут	154	100	0,7	0,0	0,2	0,2	6,5	35
или мандарины	136	100	0,8	0,0	0,2	0,2	7,5	38
или хурма	118	100	0,5	0,0	0,4	0,4	15,3	67

Наименование продуктов	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
	В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Яблоки	0,03	10,0	0,00	0,2	16	11	9	2,2
Груши	0,02	5,0	0,00	0,4	19	16	12	2,3
Вишня	0,03	15,0	0,00	0,3	37	30	28	0,5
Персики	0,04	10,0	0,00	1,1	20	34	16	0,6
Абрикосы	0,03	10,0	0,00	1,1	28	26	8	0,7
Бананы	0,04	10,0	0,00	0,4	8	28	42	0,6
Виноград	0,05	6,0	0,00	0,4	30	22	17	0,6
Слива	0,06	10,0	0,00	0,6	20	20	9	0,5
Киви	0,02	180,0	0,00	0,3	40	34	25	0,8
Апельсины	0,04	60,0	0,00	0,2	34	23	13	0,3
Грейпфрут	0,05	45,0	0,00	0,3	23	18	10	0,5
Мандарины	0,06	38,0	0,00	0,2	35	17	11	0,1
Хурма	0,02	15,0	0,00	0,5	127	42	36	2,5

Выход: 100

Технология приготовления: Подготовленные плоды подает на десертной тарелке или вилочке.

Требования к качеству: Целые плоды уложены на десертную тарелку или вилочку. Консистенция соответствует виду плодов. Цвет, вкус, запах соответствует виду плодов.

Верно

Начальник

Т. М. Мукаева
 «19» 10 2022г.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 261



Наименование блюда: Каша овсяная (пшенная с изюмом)

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жиры	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа пшенная	190	190						
Молоко	610	610						
Сахар	40	40						
Изюм	14	13,5						
Яйца	1 шт.	50						
Масло сливочное	135	135						
ИТОГО:			46,0	24,0	140,8	6,3	199,1	2248

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,81	7,8	1,06	2,3	830	1119	252	8,4

Выход: 1000

Технология приготовления: Пшенную крупу перебирают, мелкокрино промывают в холодной, затем теплой воде, пока вода не будет прозрачной. Заливают кипящей водой на 1 мин, затем воду сливают, снова заливают кипящей водой, доводят до кипения, варят 2-5 мин, воду сливают. Кладут в сотейник, заливают горячим молоком, добавляют йодированную соль, сахар, перебранный, промытый, ошпаренный, обсушенный изюм, перемешивают и ставят в жарочный шкаф, закрытый крышкой. За 10-15 мин до готовности добавляют растопленное сливочное масло, взбитые яйца, перемешивают и снова ставят в жарочный шкаф.

При подаче кашу укладывают горкой.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Каша уложена горкой, изюм равномерно распределен, цвет желтый. Вкус в меру сладкий, без посторонних привкусов и запахов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 262

Наименование блюда: Каша манная молочная жидкая

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жиры	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа манная	154	154						
Молоко	530	530						
Вода	350	350						
Сахар	25	25						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	25	25						
ИТОГО:			31,0	15,3	37,3	1,5	154,3	1077

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,39	6,9	0,26	2,6	664	606	101	2,2

Выход: 1000

Технология приготовления: Молоко доводят до кипения, добавляют кипящую воду, йодированную соль, сахар, манную крупу закипят, быстро всыпают, при постоянном помешивании, тонкой струей манную крупу. Варят 15 минут. Манная крупа заваривается через 20-30 сек в, если не всыпать крупу за это время, то образуются комки. Если заваривается более 1 кг крупы, то процесс заваривания выполнять лучше вдвоем. Один работник всыпает крупу, другой - веселкой активно перемешивает жидкость с крупой.

При подаче кашу запрашивают растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция жидкой каши однородная растекающаяся по тарелке. Зерна крупы полностью разварены. Без посторонних привкусов и запахов. Не допускается пригорание каши. Цвет белый.

Верно

Начальник

Т. М. Мукаева Т. М. Мукаева

19.10.2022г.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 258

Наименование блюда: **Каша пшеничная вязкая**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.	
Крупа пшеничная	250	250					
Молоко	520	520					
Вода	260	260					
Масса каши	-	960					
Масло сливочное	50	50					
ИТОГО:			43,6	15,2	64,3	8,2	1495

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B ₁	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,93	6,8	0,42	1,2	690	1049	277	7,3

Выход: 1000

Технология приготовления: Крупу перебирают, промывают сначала теплой водой (40–50 °С), затем горячей водой (60–70 °С), кашу после промывания опаривают. При этом необходимо учитывать, что в крупе при промывании остается вода (20–30% от массы крупы). В кипящую воду с молоком, добавляют йодированную соль и доводят до кипения, затем всыпают подготовленную крупу и варят кашу до готовности при слабом кипении. При отпуске запрашивают растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Зерна крупы хорошо набухшие, консистенция мягкая однородная. Цвет от желтоватого, запах соответствует виду крупы. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 259

Наименование блюда: **Каша пшеничная вязкая с тыквой**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.	
Крупа пшеничная	215	215					
Тыква	500	350					
Молоко	335	335					
Вода	165	165					
Сахар	15	15					
Масса каши	-	960					
Масло сливочное	25	25					
ИТОГО:			38,0	9,7	37,6	7,4	1237

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B ₁	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,89	16,4	0,23	2,3	545	885	275	7,7

Выход: 1000

Технология приготовления: Крупу перебирают, промывают сначала теплой водой (40–50 °С), затем горячей водой (60–70 °С), кашу после промывания опаривают. При этом необходимо учитывать, что в крупе при промывании остается вода (20–30% от массы крупы). Тыкву очищают от кожуры, удаляют семена, нарезают мелкими кубиками или тонкими ломтиками, кладут в кипящую воду с молоком, добавляют йодированную соль, сахар и доводят до кипения. Затем всыпают подготовленную крупу и варят кашу до готовности при слабом кипении. При отпуске запрашивают растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Зерна крупы хорошо набухшие, консистенция мягкая однородная. Цвет от кремового до желтого, запах соответствует виду крупы и тыквы. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

Верно
Начальник
Т. М. Мукаева
«19» 10 2022г.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 300

Наименование блюда: **Яйца вареные**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жиры	Всего	в т.ч. раст.		
Яйца (в шт.)	1 шт.	40						
ИТОГО:			5,1	5,1	4,6	0,0	0,3	63

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,03	0,0	0,10	0,2	22	77	5	1,0

Выход: 40

Технология приготовления: Яйца погружают в кипящую подсоленную воду (3 л воды и 40–50 г соли на 10 яиц) и варят вкрутую 8–10 мин с момента закипания. Для облегчения очистки от скорлупы яйца сразу же после варки погружают в холодную воду.

Температура подачи: 20 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента варки.

Требования к качеству: Кругло-овальной формы, без трещин на поверхности. Консистенция умеренно плотная. Цвет белка – белый, желтка – желтый. Вкус свежего вареного яйца, приятный, запах слабовыраженный.



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 301

Наименование блюда: **Омлет натуральный**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жиры	Всего	в т.ч. раст.		
Яйца	1 шт.	40						
Молоко	25	25						
Масса омлетной смеси	-	65						
Масло сливочное	2,5	2,5						
Масса готового омлета	-	63						
Масло сливочное	2,5	2,5						
ИТОГО:			5,6	5,6	8,7	0,0	1,5	106

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,04	0,2	0,13	0,3	53	100	8	1,0

Выход: 65

Технология приготовления: Подготовленные в соответствии с санитарными правилами яйца разбивают, добавляют в кашу смесь молока, водороданую соль, перемешивают и слегка взбивают до образования пены. Затем выливают в разогретую смазанную маслом сковороду или на противень слоем 2,5–3,0 см и запекают в жарочном шкафу при температуре 180–200 °С 8–10 мин до образования легкой румяной корочки. Яйца необходимо разбивать в отдельную посуду по 2–3 шт. в соотношении с общей массой. Перед подачей нарезают на порции, кладут на тарелку, поливают растопленным сливочным маслом, посыпают мелко нарезанной зеленью петрушки. Омлет можно варить на пару в пароварочном аппарате.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более 30 мин с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция омлета нежная, пористая, поверхность слегка зарумянена.

Верно

Начальник

Т. М. Мукаева
Т. М. Мукаева
« 19 » 10 2006 г.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 265

Наименование блюда: Каша молочная кукурузная жидкая

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа кукурузная	200	200						
Вода	340	340						
Молоко	500	500						
Сахар	25	25						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	25	25						
ИТОГО:			31,0	14,5	37,3	2,4	185,0	

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,41	6,5	0,25	1,6	637	666	129	6,0

Выход: 1000

Технология приготовления: Крупу засыпают в кипящую воду и варят 20-30 мин, после чего лишнюю воду сливают, добавляют кипящее молоко, водированную соль, сахар и варят кашу до загустения, затем уваривают на водной бане при закрытой крышке. При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом. Необходимость кипятить кипящее молоко объясняется тем, что нельзя прерывать процесс варки, иначе время его значительно возрастет.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция текучая, однородная, зерен - мягкая. Цвет соответствует виду крупы. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 266

Наименование блюда: Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа «Геркулес»	154	154						
Вода	290	290						
Молоко	590	590						
Сахар	25	25						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	25	25						
ИТОГО:			35,8	17,1	47,0	9,6	144,0	

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,84	7,7	0,27	2,7	784	1030	278	6,2

Выход: 1000

Технология приготовления: В кипящую смесь молока и воды кладут сахар, водированную соль, всыпают овсяные хлопья, при активном помешивании сверху вниз, и варят при непрерывном помешивании 20 минут.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Каша растекается на тарелке, цвет белый с сероватым оттенком, консистенция однородная, хлопья мягкие. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

Верно
Начальник

Мукаева Т. М. Мукаева
« 19 » 10 2022г.



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 493

Наименование блюда: Чай с сахаром, вареньем, медом

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жид.	Всего	в т.ч. раст.		
Чай	50	50						
Вода	150	150						
Сахар	15	15						
или варенье	15	15						
или мед	15	15						
ИТОГО: по сахару			0,1	0,0	0,0	0,0	15,0	60

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,00	0,0	0,00	0,0	11	3	1	0,3

Выход: 200

Технология приготовления: Разливают в стаканы по 50 г процеженной заварки и доливают кипятком. При отпуске сахар, варенье, мед, кладут в каждую порцию.

Температура подачи: 65 °С.

В летний период чай можно отпустить как прохладительный напиток. Температура подачи: в этом случае 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Аромат и вкус напитка характерен для сорта чая. В зависимости от добавки приобретает привкус меда или варенья. Прозрачен. Цвет коричневый. Если чай не прозрачен или имеет тускло-коричневый цвет, значит он неправильно заварен.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 494

Наименование блюда: Чай с лимоном

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жид.	Всего	в т.ч. раст.		
Чай-заварка	50	50						
Вода	150	150						
Сахар	15	15						
Лимон	8	7						
ИТОГО:			0,1	0,0	0,0	0,0	15,2	61

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,00	2,8	0,00	0,0	14,2	4	2	0,4

Выход: 200

Технология приготовления: В стакан наливают заварку чая, кладут сахар, ломтик лимона, заливают кипящей водой.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Аромат и вкус напитка характерный для сорта чая, имеет привкус лимона. Прозрачен. Цвет коричневый. Если чай не прозрачен и тускло-коричневого цвета, значит он неправильно заварен.

Верно

Начальник

Гужаев Т. М. Мукаева
« 19 » 10 2022.



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 519

Наименование блюда: Напиток из шиповника

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Шиповник (целые плоды)	20	20						
Сахар	15	15						
Вода	230	230						
ИТОГО:			0,7	0,0	0,3	0,3	22,8	

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,01	70,0	0,00	0,0	12	3	3	1,5

Выход: 200

Технология приготовления: Целые сушеные плоды шиповника промывают холодной водой, подсушивают, для лучшей экстракции дробят, заливают кипятком и кипятят 15 мин. Снимают с огня и оставляют для охлаждения, после чего настой процеживают, добавляют сахар, доводят до кипения. Охлаждают, разливают в стаканы.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Напиток имеет вкус и аромат, свойственные шиповнику, сладкий, цвет красно-вишневый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 520

Наименование блюда: Напиток клюквенный

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Клюква	22	20						
Вода	201,5	201,5						
Сахар	20	20						
ИТОГО:			0,1	0,0	0,0	0,0	20,7	

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,00	1,2	0,00	0,0	3	2	3	0,2

Выход: 200

Технология приготовления: Подготовленные ягоды моют, ошпаривают, протирают и отжимают сок, ставят в холодильный шкаф при температуре +4 - +6 °С. Между заливают горячей водой, нагрет 5-8 минут, процеживают, добавляют сахар, доводят до кипения, клюкву отжатый сок и снова доводят до кипения. Охлаждают. Разливают в стаканы.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Вкус кисло-сладкий, запах соответствует виду ягод, цвет красный, слегка мутный. Консистенция жидкая.

Верно

Начальник

Т. М. Мукаева
Т. М. Мукаева

« 19 » 10 2022 г.



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 1

Наименование блюда: Салат из капусты белокачанной

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энерг. ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста белокачанная свежая	156,1	125						
Масса капусты белокачанной стёртой	-	78						
Морковь свежая	12,5	10						
Лук репчатый	11,6	10						
или лук зелёный	12	10						
Сахар-песок	3	3						
Ессента лимонная 2%-ная раствор	6	6						
Масло растительное	10	10						
ИТОГО: по репчатому луку:			2,1	0,0	10,1	10,1	9,3	136

Витамины, мг					Минеральные в-ва, мг				
В ₁	В ₂	С	А	В-кар	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,04	0,05	25,6	0,00	1,23	4,5	56	43	21	0,8

Выход: 100

Технология приготовления: Подготовленную капусту белокачанную свежую мелко шинкуют, добавляют к капусте соль поваренную йодированную и кислоту лимонную 2%-ную (для приготовления 100 мл 2%-ного раствора кислоты лимонной к 98 мл воды кипяченой охлажденной добавляют 2 г кислоты лимонной, раствор тщательно перемешивают), после этого капусту растирают, выделившийся сок отжимают. Морковь свежую натирают на терке или мелко шинкуют. Лук репчатый или зеленый мелко шинкуют.

Подготовленные овощи соединяют, добавляют сахар-песок, масло растительное и перемешивают.

Температура подачи: от 10 до 14 °С.

Срок реализации: не более двух часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Нарезка овощей аккуратная, сохранившаяся. Окраска овощей не изменилась. Аромат и вкус кисло-сладкий, свойственный входящим в салат продуктам, в меру соленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 2

Наименование блюда: Салат витаминный

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энерг. ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста белокачанная	50	40						
Яблоки свежие	28	20						
Морковь	32	26						
Сахар	5	5						
Масло растительное	10	10						
Лимонная кислота	0,1	0,1						
Вода для разведения лимонной кислоты	5	5						
ИТОГО:			1,1	0,0	10,1	10,1	10,6	138

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,04	15,4	0,00	4,6	30	29	18	0,9

Выход: 100

Технология приготовления: Капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5-15 мм), кладут в эмалированную кастрюлю, добавляют соль и перетирают деревянным пестиком. Морковь чистят, моют, ошпаривают, натирают на терке тонкой соломкой. Яблоки моют, ошпаривают, очищают от кожуры, удаляют сердцевину, шинкуют соломкой (2-15 мм), обрабатывают раствором лимонной кислоты, чтобы не потемнели. Овощи и яблоки соединяют в эмалированной посуде, заправляют растительным маслом, сахаром, хорошо перемешивают и выносят на раздачу.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Нарезка овощей аккуратная, сохранившаяся. Окраска овощей и яблок не изменилась. Аромат и вкус кисло-сладкий, свойственный входящим в салат продуктам, в меру соленый.

Верно

Начальник

Мукаева Т. М. Мукаева

« 19 » 10 2022г.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 3

Наименование продукта	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста белокочанная	71	57						
Яблоки свежие	29	20						
Морковь	25	20						
Масло растительное	10	10						
Лимонная кислота	0,1	0,1						
Вода для разведения лимонной кислоты	5	5						
ИТОГО:			1,4	0,0	10,1	10,1	6,0	120

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,04	21,3	0,00	4,6	38	31	19	0,9

Выход: 100

Технология приготовления: Капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5×15 мм), кладут в эмалированную кастрюлю, добавляют соль и перетирают деревянным пестиком. Морковь моют, чистят, ошпаривают, нарезают на терке тонкой соломкой. Яблоки моют, ошпаривают, очищают от кожуры, удаляют сердцевину, шинкуют соломкой (2×15 мм), обрабатывают раствором лимонной кислоты, чтобы не потемнели. Овощи и яблоки соединяют в эмалированной посуде, заправляют растительным маслом, хорошо перемешивают и выносят на продажу.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Нарезка овощей аккуратная, сохранившаяся. Окраска овощей и яблок не изменяется. Аромат и вкус кисло-сладкий, свойственный входящим в салат продуктам, в меру соленый.



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 4

Наименование продукта	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Капуста белокочанная	106	84						
Морковь	13	10						
Масло растительное	10	10						
Сахар	5	5						
Лимонная кислота	0,1	0,1						
Вода для разведения лимонной кислоты	5	5						
ИТОГО:			1,6	0,0	10,1	10,1	9,6	136

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,04	27,8	0,00	4,5	44	32	17	0,6

Выход: 100

Технология приготовления: Капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5×15 мм), морковь нарезают или шинкуют тонкой соломкой (2×15 мм), кладут в эмалированную кастрюлю, добавляют соль и перетирают деревянным пестиком до выделения сока.

Затем заправляют сахаром, лимонной кислотой, растительным маслом, хорошо перемешивают и выносят на продажу.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Нарезка овощей аккуратная, сохранившаяся. Окраска овощей не изменяется. Аромат и вкус кисло-сладкий, свойственный входящим в салат продуктам, в меру соленый.

Верно

Начальник

Т. М. Мухоморова
Т. М. Мухоморова

« 19 » 10 2022

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 7

Наименование блюда: Салат из моркови

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетичность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жищ.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	110	88						
Масло растительное	10	10						
Сахар	3	3						
ИТОГО:			1,1	0,0	10,1	10,1	9,1	132

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,04	3,2	0,00	4,7	24	49	33	0,6

Выход: 100

Технология приготовления: Очищенную морковь промывают, ошпаривают, шинкуют мелкой соломкой, добавляют сахар и заправляют растительным маслом.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен горкой, морковь сохранила форму порезки. Консистенция моркови хрустящая, вкус сладковатый, без соли, свойственный моркови.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 8

Наименование блюда: Салат из моркови и чернослива

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетичность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жищ.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	94	75						
Чернослив	34	25*						
Сахар	2	2						
ИТОГО:			1,5	0,0	0,2	0,2	21,7	95

*Норма закладки дана на чернослив без косточек

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,04	3,3	0,00	0,7	49	62	54	1,3

Выход: 100

Технология приготовления: Сырую очищенную морковь нарезают соломкой. Чернослив предварительно замачивают (20-30 мин) в горячей воде, удаляют косточки и нарезают кусочками. Морковь соединяют с черносливом, добавляют сахар.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Морковь нарезана соломкой. Салат уложен горкой. Консистенция мягкая, сочная. Цвет соответствует ингредиентам салата. Вкус умеренно сладкий, свойственный моркови и черносливу; запах моркови и чернослива.

Верно
Начальник
Гуркаев Т. М. Мухаева
« 19 » 10 2022



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 9

Наименование блюда: Салат из моркови и яблок

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	76	61						
Яблоки	43	30						
Масло растительное	10	10						
ИТОГО:			0,9	0,0	10,2	10,2	7,2	124

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,04	5,1	0,00	4,7	29	37	25	1,1

Выход: 100

Технология приготовления: Сырую, очищенную, вымытую морковь комкуют на терке или нарезают тонкой соломкой. Яблоки промывают, опаривают, очищают от кожуры, удаляют семенные гнезда, тонко шинкуют соломкой, смешивают с морковью и заправляют растительным маслом.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен горкой, морковь и яблоки сохраняют форму нарезки. Консистенция слегка хрустящая. Вкус кисло-сладкий, без соли, с ароматом яблок.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 10

Наименование блюда: Салат из моркови с изюмом

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Морковь	100	75						
Изюм	11	11						
Сахар	10	10						
Лимон (для сока)	12	5						
ИТОГО:			1,2	0,0	0,1	0,1	22,6	96

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,05	3,4	0,00	0,4	39	56	33	0,9

Выход: 100

Технология приготовления: Сырую очищенную морковь нарезают соломкой. Изюм перебирают, заливают кипящей водой и дают набухнуть, смешивают с морковью. При отпуске заправляют лимонным соком и сахаром.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Морковь нарезана соломкой. Консистенция мягкая, сочная. Цвет оранжевый. Вкус и запах свойственные моркови и изюму.

Верно
Начальник
Т. М. Мукаева
19.10.2022г.



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 59

Наименование блюда: Салат из свеклы с чесноком

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Свекла	116	90						
Чеснок	0,6	0,5						
Масло растительное	10	10						
ИТОГО:			1,5	0,0	10,1	10,1	8,5	131

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,02	5,5	0,00	4,5	37	41	21	1,4

Выход: 100

Технология приготовления: Свеклу отваривают, охлаждают, очищают, натирают на терке тонкой соломой. Добавляют чеснок, растертый с водированной солью и растительное масло. Все тщательно перемешивают и подают.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен горкой, форма нарезки свеклы сохранена. Цвет соответствует цвету свеклы, аромат вареной свеклы и свежес растертого чеснока.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 60

Наименование блюда: Салат из свеклы с яблоками

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Свекла	86	67*						
Яблоки свежие	36	25						
Сахар	3	3						
Масло растительное	5	5						
ИТОГО:			1,2	0,0	5,4	5,4	11,3	99

*Масса вареной очищенной свеклы.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,02	6,0	0,00	2,3	31	33	18	1,6

Выход: 100

Технология приготовления: Подготовленную свеклу отваривают, затем очищают и измельчают на овощерезке. Яблоки очищают, удаляют семенное гнездо, нарезают соломкой, смешивают со свеклой, добавляют сахар и запрашивают маслом растительным.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Свекла и яблоки мелко измельчены. Консистенция мягкая, сочная. Цвет темно-малиновый, запах вареной свеклы, свойственный свекле и яблокам; запах свеклы и яблок.

Верно

Начальник

Мукаева Т. М.

«19» 10 2022г.



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 75

Наименование блюда: Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энерг. ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жиры	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	68,1	49*						
Горошек зеленый консервированный	26,2	17						
Огурцы соленые	30	24						
Лук репчатый	6	5						
Масло растительное	6	6						
ИТОГО:			1,8	0,0	6,2	6,2	8,0	99

*Масса вареного очищенного картофеля.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,07	10,1	0,00	2,8	16	46	18	0,7

Выход: 100

Технология приготовления: Картофель варят, очищают, нарезают тонкими ломтиками. Соленые огурцы очищают, нарезают тонкими ломтиками, репчатый лук шинкуют, добавляют консервированный зеленый горошек, предварительно процеженный и собственном соку, заправляют растительным маслом. Салат укладывают горкой.

Температура подачи: от 10 до 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Картофель, огурцы нарезаны тонкими ломтиками. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом. Консистенция мягкая. Цвет, свойственный продуктам, входящим в состав блюда. Вкус вареного картофеля в сочетании с огурцами солеными, зеленым горошком и растительным маслом. Запах, свойственный вареному картофелю, огурцам соленным, с ароматом растительного масла.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 76

Наименование блюда: Винегрет овощной

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энерг. ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жиры	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	29,4	22						
Свекла	19	15						
Морковь	13	10						
Огурцы соленые	38	30						
Лук репчатый	18	15						
Масло растительное	10	10						
ИТОГО:			1,3	0,0	10,8	10,8	6,8	130

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,04	8,4	0,00	4,6	23	40	18	0,8

Выход: 100

Технология приготовления: Свеклу варят в кожуре или запекают в жарочном шкафу до готовности, охлаждают, нарезают ломтиками толщиной 2×10 мм. Картофель очищают, нарезают ломтиками 2×10 мм, заливают (1/4 объема) кипящей водой, закрывают крышкой и припускают до готовности (7 мин), отвар сливают, охлаждают. Морковь очищают, нарезают и припускают (отдельно от картофеля), отвар сливают, охлаждают. Огурцы очищают от кожуры и семян, нарезают ломтиками 1×6 мм. Лук репчатый нарезают мелким кубиком (рубят), бланшируют (опаривают).

Картофель и морковь можно отварить в целом виде очищенными по отдельности, затем охладить и мелко нарезать. Овощи соединяют, заправляют нерафинированным растительным маслом, йодированной солью, хорошо перемешивают и готовый винегрет выносят на разделку.

Чтобы свекла не окрасивала другие овощи, ее заправляют отдельно, затем соединяют с овощами.

Огурцы соленые можно заменить маринованной квашеной капустой или частично. Капусту перебирают, мелко рубят. Если капуста кислая - промывают до рубки охлажденной кипяченой водой, отжимают на сите.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Овощи аккуратно нарезаны, нарезка сохранена, цвет и запах соответствуют виду овощей. Вкус умеренно соленый. Винегрет уложен горкой. Консистенция вареных овощей - мягкая, сырых - слегка хрустящая.

Верно
Начальник

Мукаева Т. М.

19.10.2022

Наименование блюда: Борщ с капустой и картофелем

Наименование продукта	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Чисто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Свекла	200	160						
Капуста свежая или квашеная	100	80						
Картофель	107	80						
Морковь	63	50						
Лук репчатый	48	40						
Масло растительное	20	20						
Сахар	10	10						
Томатное пюре	30	30						
Вода или бульон	800	800						
ИТОГО: по капусте свежей			7,3	0,0	20,0	20,0	42,6	380

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,19	41,2	0,00	9,6	138	212	105	4,8

Выход: 1000

Технология приготовления: Картофель нарезают брусочками, остальные овощи - соломкой, лук - полукольцами или мелкой рубкой. Свеклу отваривают целиком в кожуре, очищают, нарезают соломкой. Морковь и лук пассеруют при температуре 110 °С с добавлением бульона.

В кипящий бульон закладывают свежую тонко нашинкованную капусту и доводят до кипения, варят 10 мин, затем закладывают картофель и подготовленную свеклу, морковь и лук, варят до готовности овощей. За 5 мин до готовности борщ заправляют йодированной солью, сахаром, раствором лимонной кислоты. За 1-2 мин добавляют лавровый лист и сметану, доводят до кипения.

При использовании квашеной капусты, ее вводят в тушеном виде после того, как картофель варят до размягчения. Для тушения капусту перебирают, кислоту промывают в холодной воде, отжимают, измельчают, кладут в сотейник, добавляют бульон (20-25% от массы капусты) и тушат, сначала на сильном, затем на слабом нагреве до мягкости, периодически помешивая.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: На поверхности блюда жир светло-желтого цвета. Овощи аккуратно нашинкованы, нарезка сохранена, консистенция мягкая. Вкус сладко-кисловатый. Запах, свойственный вареным овощам. Не допускается привкус и запах сырой свеклы и пареных овощей.

Верно

Начальник

Гурсаев Т. М. Мукаева
« 19 » 10 2022г.



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 131

Наименование блюда: **Свекольник**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жиры	Всего	в т.ч. раст.		
Свекла	320	256						
Морковь	50	40						
Лук репчатый	54	45						
Картофель	230	172						
Масло сливочное	20	20						
Сахар	10	10						
Бульон или вода	800	800						
Томат-пюре	13	13						
Сметана	10	10						
Итого:			8,7	0,4	17,8	1,0	48,1	388

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,26	36,7	0,15	1,0	151	277	124	6,1

Выход: 1000

Технология приготовления: Свеклу отваривают целиком в кожуре, охлаждают, шинкуют соломкой. Картофель очищают, нарезают брусочками. Морковь шинкуют тонкой соломкой, лук репчатый полукольцами. Морковь и лук пассеруют при температуре 110 °С, затем припускают с добавлением бульона. В кипящий бульон закладывают пассерованные морковь и лук, варят 10 мин. Затем кладут свеклу, пассерованное томат-пюре или раствор лимонной кислоты, чтобы сохранилась окраска свеклы и супа, варят до готовности. За 5 мин до готовности вводят йодированную соль, сахар и лавровый лист.

В готовый свекольник добавляют сметану, мелко рубленную зелень, доводят до кипения.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: На поверхности свекольника блестящий жир и мелко нарезанная зелень. Овощи сохраняли форму нарезки. Цвет жидкой части от ярко-красного до темно-малинового. Вкус сладковатый. Запах приятный, приглушенный кореньев, лука. Не допускается запах сырой свеклы и парных овощей. Консистенция свеклы слегка хрустящая.

Верно

Начальник

Т. М. Мукаева Т. М. Мукаева

« 19 » 10 2011г.



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 146



Наименование блюда: Суп картофельный с клецками

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жищ.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	267	200						
Морковь	50	40						
Лук репчатый	48	40						
Масло растительное	10	10						
Бульон или вода	750	750						
Клецки готовые на выход 1000 г суша	-	100						
ИТОГО: без учета клецок			4,8	0,0	10,4	10,4	35,1	253

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B ₁	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,25	23,0	0,00	4,8	43	161	67	2,4

Выход: 1000/100

Технология приготовления: В кипящий бульон кладут нарезанный брусочками картофель и варят 5 минут, затем кладут нарезанные морковь, лук, припускание с добавлением масла и варят еще 10 минут. Клецки варят отдельно в подсоленной воде побольше порциями. При отпуске в тарелку с супом кладут клецки.
Клецки: в воду или бульон кладут вымоченную соль, масло, доводят до кипения, помешивая, всыпают просеянную муку и проваривают тесто, продолжая помешивать, 10 мин, затем охлаждают, добавляют в три приема яйца, хорошо перемешивают. Тесто закатывают в виде жгутов и нарезают кружочками массой 10 г; закладывают в кипящую подсоленную воду (3 л на 1 кг), варят 7 мин, откидывают и сразу же раскладывают в тарелки, не хранят.

Температура подачи: 75 °С

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Бульон должен быть прозрачным. Овощи сохраняют форму нарезки, мягкие, клецки прозрачные. Вкус и аромат, свойственные продуктам рецептуры.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 147

Наименование блюда: Суп картофельный с макаронными изделиями

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жищ.	Всего	в т.ч. раст.		
Макаронные изделия	40	40						
Картофель	400	300						
Морковь	50	40						
Лук репчатый	48	40						
Масло растительное	10	10						
Бульон или вода	700	700						
ИТОГО:			10,8	0,0	11,4	11,4	75,3	445

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B ₁	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,42	33,0	0,00	5,5	61	254	96	3,8

Выход: 1000

Технология приготовления: В кипящую воду кладут картофель, припускание со сливочным маслом морковь, бланшированный репчатый лук и варят 10-15 минут, затем добавляют макаронные изделия и варят еще 15 минут. Макароны закладывают до овощей, лапшу одновременно с картофелем, а вермишель за 10-15 мин до готовности супа.
 Можно макаронные изделия бланшировать или отварить до полуготовности отдельно, тогда бульон будет прозрачнее.

Температура подачи: 75 °С

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Макаaronные изделия, морковь, лук сохраняют форму. Вкус и аромат кореньев и бульона, из которого приготовлен суп, без явного привкуса. Бульон прозрачный, лапшуклетается небольшое помутнение. Цвет куриного и мясного бульона янтарный, желтый. Консистенция кореньев и макаронных изделий мягкая.

Верно

Начальник

Гурсаев Т. М. Мукаева

«19» 10 2022г.

Наименование блюда: Суп с рыбными консервами

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Консервы рыбные в собственном соку	160	160						
Картофель	373	280						
Морковь	80	64						
Лук репчатый	38	32						
Крупа рисовая	20	20						
Масло сливочное	15	15						
Укроп или петрушка	7,2	7						
Вода или бульон рыбный	800	800						
ИТОГО: по скумбрии натуральной консервированной			36,9	28,9	28,9	1,4	64,2	

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
0,41	31,6	0,12	3,0	255	663	193	5,0

Выход: 1000

Технология приготовления: В кипящий бульон или воду закладывают подготовленную крупу, картофель, припущенные овощи. За 10-15 минут до готовности закладывают предварительно протертые рыбные консервы, соль, зелень, доводят до готовности.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид – картофель порезан брусочками или кубиками. Рис сохранил форму. Консистенция овощей – мягкая, овощи сохранили форму. Цвет бульона золотисто-серый, овощей натуральный. Вкус рыбы, в меру соленый. Запах продуктов входящих в блюдо.

Верно

Начальник

Т. М. Мукаева
« 19 » 10 2022г.



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 412



Наименование блюда: Котлеты, биточки, шницели припущенные

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергетическая ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жир.	Всего	в т.ч. раст.		
Курица I категории потрошенная	145	52						
Хлеб пшеничный	13	13						
Молоко или вода	18	18						
Масса полуфабриката	-	80						
Масса готовых биточков	-	70						
ИТОГО:			10,5	9,5	7,5	0,1	6,5	132

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B ₁	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,07	0,6	0,03	0,3	26	66	13	0,8

Выход: 70

Технология приготовления: Мякоть птицы без кожи пропускают через мясорубку. Намоченное мясо соединяют с замоченным в воде или молоке черствым пшеничным (высшего сорта) хлебом, кладут йодированную соль, хорошо перемешивают, пропускают через мясорубку второй раз и выбивают. Из готовой котлетной массы формируют котлеты, биточки или шницели, укладывают на смазанный маслом противень, заливают горячей водой и припускают при закрытой крышке до готовности 15-20 мин.

Отпускают биточки с гарниром и соусом.

Гарниры: пюре картофельное, пюре из моркови или свеклы.

Соусы: молочный или сметанный.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид: изделия сохраняют форму, без трещин. Гарнир располагается сбоку в виде горки. Цвет на разрезе серый. Вкус в меру соленый, свойственный отваренному мясу. Консистенция пышная, не мажущаяся.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 413

Наименование блюда: Пюре из кур

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энергетическая ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жир.	Всего	в т.ч. раст.		
Курица I категории потрошенная	145	129,92*						
Масса отварной мякоти птицы без кожи	-	49						
Соус молочный для заправки	-	25						
Молоко	18	18						
Бульон или вода	3,5	3,5						
Мука пшеничная	3,5	3,5						
Масло сливочное	3,5	3,5						
Масса готового пюре	-	70						
ИТОГО:			9,7	9,4	8,0	5,5	0,1	111

* В числителе - масса тушек кур до варки, в знаменателе - масса тушек вареных кур.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B ₁	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,01	0,5	0,02	0,3	38	66	9	0,6

Выход: 70

Технология приготовления: Курочку отваривают, вареное мясо без кожи дважды пропускают через мясорубку, соединяют с молочным соусом средней густоты, добавляют йодированную соль, масло, вымешивают и еще раз нагревают до 100 °С и варят 5-10 мин.

Отпускают с маслом и гарниром.

Гарниры: вязкие каши или рассыпчатый рис, макаронные изделия отварные, овощные пюре.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Ведущий
Начальник

Т. М. Мукаева

19.10.2022г.

Наименование блюда: Котлеты или биточки рыбные

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жир.	Всего	в т.ч. раст.		
Треска *	127	80						
или минтай *	131	80						
или скумбрия *	144	80						
Хлеб пшеничный	19	19						
Молоко или вода	14	14						
Яйца	0,15 шт.	6						
Масса полуфабриката	-	119						
Масло сливочное	2	2						
Масса готовых котлет	-	100						
ИТОГО: по треске			13,9	12,6	2,1	0,1	9,6	113

* Нормы расхода даны на треску, минтай поштучными обезглавленными, скумбрию перекладанную.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,07	0,4	0,02	1,0	35	160	23	0,6

Выход: 100

Технология приготовления: Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски, измельчают на мясорубке, второй раз пропускают через мясорубку вместе с замоченным в воде и отжатым черствым пшеничным хлебом высшего сорта, добавляют йодированную соль, сливочное масло, сырые яйца, оставшуюся воду, все тщательно перемешивают, вымешивают. Из рыбной котлетной массы формируют котлеты. Изделия укладывают в сотейник, смазанный маслом, в один ряд, добавляют процеженный рыбный бульон или воду и припускают до готовности 20–25 минут при закрытой крышке или варят на пару. Для бульона используют пищевые отходы от обработки рыбы.

Гарниры: каша вязкая, овощные пюре, капуста тушеная.

Соусы: сметанный, молочный, томатный.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид - изделие имеет круглую или эллипсовидную приплюснутую форму, заостренную с одной стороны, без трещин. Соус подлив, гарнир уложен горкой, котлета сбоку приподнята на гарнир (маслом покрывает котлету). Консистенция однородная, рыхлая, сочная. Цвет белый с сероватым оттенком. Не допускаются посторонние привкусы, запахи и привкус кислого хлеба.

Верно
Начальник
Т. М. Мукаева
« 19 » 10 2011 г.



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 390

Наименование блюда: Тефтели из говядины с рисом («ежики»)

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина I категории (котлетное мясо)	61	44						
Вода	7	7						
Крупа рисовая	6	6						
Масса готового рассыпчатого риса	-	17,5						
Лук репчатый	24,5	21						
Масло сливочное	4	4						
Масса пассерованного лука	-	10,5						
Мука пшеничная	5	5						
Масса полуфабриката	-	83						
Масло сливочное	6	6						
Масса готовых тефтелей	-	70						
Соус молочный	30	30						
Итого:			9,5	8,6	15,3	0,1	11,4	221

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,05	0,8	0,11	0,5	21	108	16	1,5

Выход: с соусом 100

Технология приготовления: Рис перебирают, варят рассыпчатую рисовую кашу, лук нарезают мелким кубиком, пассируют, пассеруют. Мясо измельчают на мясорубке с двойной мелкой решеткой или дважды. В измельченное мясо добавляют воду, пассерованный лук, рассыпчатый рис, хорошо перемешивают, разделяют в виде шариков по 2 штуки на порцию (по 42 г). Шарик панируют в муке, обжаривают на противне до образования легкой корочки, заливают соусом и тушат в жарочном шкафу при температуре 160–200 °С 10–15 мин. Отпускают тефтели с соусом, в котором они тушились и гарниром. Гарниры: картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные, тушеные. Соусы: томатный, молочный, сметанный, сметанный с томатом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Изделия должны сохранять форму, сочные, соус немного загустевший, вкус в меру соленый. Без посторонних привкусов и запахов.



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 237

Наименование блюда: **Каша гречневая рассыпчатая**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энерг. ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жищ.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа гречневая	460	460						
Вода	680	680						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	45	45						
ИТОГО:			37,0	0,2	52,3	15,2	247,2	1687

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1,38	0,0	0,27	4,1	95	1351	902	30,3

Выход: 1000

Технология приготовления: Гречу перебирают, запаривают в кипящую подсоленную воду, всплывшие пустые зерна удаляют (ситком) и варят до загустения помешивая. Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают крышкой и доводят до готовности на пару или на водяной бане (температура 100 °С) или в жарочном шкафу при температуре 140-160 °С в течение 1-1,5 часа. Затем кипятят растопленное сливочное масло, жарят кашу поварской вилкой, уваривают еще 3-4 мин.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Зерна крупы полностью набухшие, хорошо проварены, сохранили форму, не отделяются друг от друга, каша заправлена маслом, без посторонних примесей и запахов.



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 238

Наименование блюда: **Каша гречневая рассыпчатая с луком**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энерг. ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жищ.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа гречневая	400	400						
Вода	600	600						
Масса каши	-	830						
Масло растительное	55	55						
Лук репчатый	240	190						
Масса пассерованного лука	-	105						
Масло сливочное	55	55						
ИТОГО:			52,3	0,3	114,0	61,2	229,7	2154

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1,27	7,1	0,32	28,3	143	1287	810	27,9

Выход: 1000

Технология приготовления: Крупу перебирают и варят гречневую рассыпчатую кашу по рецептуре «Каша гречневая рассыпчатая». Репчатый лук мелко рубят, бланшируют и пассеруют с растительным маслом. Готовую гречневую рассыпчатую кашу соединяют с пассерованным луком, жарят на поварской вилкой.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Зерна крупы набухшие, мягкие, частично деформированные, хорошо отделяются друг от друга. Лук распределен равномерно.

Верно

Начальник

Т. М. Мукаева
Т. М. Мукаева

« 19 » 10 2022 г.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 429

Наименование блюда: Картофельное пюре

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жиры	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	113	84						
Молоко	16	15*						
Масло сливочное	4,5	4,5						
ИТОГО:			2,1	0,4	4,4	0,3	10,9	

* Масса кипяченого молока

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,09	3,4	0,03	0,1	26	57	19	0,7

Выход: 100

Технология приготовления: Очищенный картофель укладывают в посуду (слоем 50 см), солят, заливают горячей водой, чтобы она покрыла картофель на 1 см. Доводят до кипения и варят при слабом кипении до готовности. Горячий вареный картофель обсушивают, протирают через протирочную машину. Температура картофеля должна быть не менее 80 °С. В горячую картофельную массу добавляют в 2-3 приема горячее кипяченое молоко, масло сливочное. Пюре доводят до температуры 100 °С, постоянно помешивая, и прогревают 5-6 мин.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция - густая, пышная, однородная масса без комочков не протертого картофеля. Цвет от кремового до белого, без темных включений. Вкус слегка соленый, нежный, с ароматом молока и масла. Не допускается запах подгорелого молока.



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 430

Наименование блюда: Картофельное пюре с морковью

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жиры	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	66	49,5						
Масса протертого картофеля	-	44						
Морковь	69	55						
Масса протертой моркови	-	47						
Молоко	8	7,5*						
Масло сливочное	5	5						
ИТОГО:			1,8	0,2	4,5	0,2	8,5	

* Масса кипяченого молока

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,08	2,6	0,03	0,5	27	58	29	0,7

Выход: 100

Технология приготовления: Картофель отваривают на пару или в кипящей подсоленной воде (0,6-0,7 л воды на 1 кг овощей) до готовности, воду сливают, картофель обсушивают и протирают горячим. Морковь очищенную пропускают через мясорубку, с небольшим количеством воды, до готовности и тоже протирают. Картофель и морковь соединяют, разводят горячим кипяченым молоком, добавляют масло сливочное растопленное, все прогревают на плите и взбивают до пышной однородной массы.

Отпускают как блюдо со сливочным маслом (5 г) или как гарнир.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция - густая, пышная, однородная масса без кусочков не протертых овощей. Цвет желто-оранжевый. Вкус сладковато-слабосоленый, нежный. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

Верно

Начальник

Т. М. Мукаева

« 19 » 10 2022 г.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 65

Наименование блюда: Салат картофельный с зеленым горошком

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жиры	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	72	54						
Лук зеленый или лук репчатый	11 10	8 8						
Горошек зеленый консерв.	30	20						
Яйца	1/4 шт.	10						
Масло растительное	10	10						
ИТОГО: по зеленому луку			3,1	1,3	11,4	10,3	9,8	154

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,08	10,2	0,03	4,6	18	66	18	0,9

Выход: 100

Технология приготовления: Картофель нарезают мелкими кубиками, подливают небольшое количество (1/3 объема залившего картофеля) кипящей воды, добавляют соль, закрывают крышкой и доводят до готовности (8-10 мин). Отвар сливают. Зеленый горошек в отваре доводят до кипения, охлаждают картофель и горошек до температуры 14 °С. Картофель можно отварить очищенным целыми клубнями, охладить, а затем нарезать мелкими кубиками. Лук репчатый мелко шинкуют (рубят), бланшируют, охлаждают. Зеленый лук промывают проточной водой, мелко шинкуют. Овонии соединяют, заправляют поджаренной солью, растительным маслом и поддают.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Салат уложен горкой. Нарезка аккуратная. Картофель не разварившийся. Консистенция картофеля и горошка мягкая, лук хрустящий. Вкус и аромат блюда соответствуют входящим в его состав продуктам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 66

Наименование блюда: Салат картофельный с огурцами солеными или капустой квашеной

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жиры	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	83	60*						
Лук зеленый или лук репчатый	14 13	11 11						
Огурцы соленые или капуста квашеная	20 19	13 13						
Морковь	14	11**						
Масло растительное	5	5						
ИТОГО: по капусте квашеной, луку зеленому			1,7	0,0	5,3	5,3	10,5	96

*Масса вареного очищенного картофеля

**Масса вареной очищенной моркови

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,08	13,1	0,00	2,4	19	49	21	0,7

Выход: 100

Технология приготовления: Лук зеленый или лук репчатый очищенный, вареные очищенные картофель и морковь нарезают ломтиками. Добавляют нарезанные соленые огурцы или капусту квашеную и заправляют растительным маслом.

Температура подачи: 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Вареные очищенные картофель и морковь, соленые огурцы нарезаны ломтиками, перемешаны, заправлены растительным маслом. По рецептуре разрешена замена соленых огурцов на квашеную капусту. Консистенция вареных овощей - мягкая; соленых огурцов и капусты - упругая. Цвет, собственный продуктам, входящим в состав салата. Вкус умеренно соленый, вареных овощей, соленых огурцов или квашеной капусты, с приятным вкусом растительного масла, запах приятный, свойственный входящим в состав продуктам.

Верно

Начальник

Т. М. Мукаева Т. М. Мукаева

« 19 » 10 20 22 г.

7. Блюда из макаронных изделий

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

Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с растопленным маслом (1/3–1/2 часть от указанного в рецептуре количества), чтобы они не склеивались и не образовывали комков. Остальной частью масла или сметаной макароны заправляют непосредственно перед отпуском. Блюда из макаронных изделий подают в горячем виде.

Для приготовления запеченных блюд макаронные изделия варят, не откидывая, в небольшом количестве воды (на 1 кг макаронных изделий 2,2–3,0 л воды, 30 г соли).

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 291

Наименование блюда: Макаaronные изделия отварные

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Макаронные изделия	340	340						
Масса отварных макаронных изделий	-	960						
Масло сливочное	45	45						
ИТОГО:			37,7	0,0	4,5	4,5	193,6	

Витамины, мг				Минер. в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,38	0,1	0,00	5,3	38	238	54	5,2

Выход: 1000

Технология приготовления: Длинные макароны разламывают на мелкие части. Макаaronные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 50 г йодированной соли). Варят макароны 20–30 минут, лапшу — 20–25 минут, вермишель — 10–12 минут. Проверяют на готовность — на разрезе не должно быть прослойки невареной муки. Готовые макаронные изделия откидывают, дают стечь отвару, выкладывают на противень слоем 3–4 см, заправляют растопленным сливочным маслом и прогревают в жарочном шкафу при температуре 140–160 °С 5 мин.

Температура подачи: 65 °С.**Срок реализации:** не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Макаaronные изделия должны сохранять форму, увеличение в объеме в 3 раза, должны хорошо отделяться друг от друга. Не допускается переваривание макаронных изделий, недоваривание и посторонние запахи.



9. Блюда из творога

Из творога и творожной массы готовят холодные и горячие блюда. В детском питании используют только горячие блюда (вареники, сырники, запеканки, пудинги). Для их приготовления рекомендуется использовать пастеризованный творог полужирный (9% жира, 73% влаги).

Для приготовления горячих блюд пропускают творог через протирочную машину; небольшое количество творога протирают через сито. При протирании образуются потери в размере 1-2%.

Вторые горячие блюда готовят отварными (вареники ленивые, пудинг, вареный на пару), жареными (сырники, творожные батончики) и запеченными (пудинги, запеканки).

Сырники готовят с сахаром или без сахара, а также с добавлением различных овощей (картофеля, моркови) или специй (тмина).

Пудинги отличаются от запеканок большим количеством компонентов (ванилин, изюм, цукаты), а также более нежной консистенцией, так как в них входят взбитые белки.

При приготовлении блюд на 1 кг творога кладут 10 г йодированной соли.

Вторые блюда отпускают с маслом, сметаной, сахаром или сладкими соусами. Можно отпускать и с различными фруктами и ягодами.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 313

Наименование блюда: Запеканка из творога

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	брутто	нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жиш.	Всего	в т.ч. раст.		
Творог	141	139,5						
Крупа манная или мука пшеничная	9,7	9,7						
Вода или молоко для каши	36	36						
Яйца	1/10 шт.	4						
Сахар	9,7	9,7						
Ванилин	0,015	0,015						
Сметана	5,2	5,2						
Сухари	5,2	5,2						
Масло сливочное	5,2	5,2						
Масса готовой запеканки	-	150						
Итого:			24,0	22,5	25,2	0,2	23,9	425



Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
0,07	0,6	0,20	0,7	297	347	38	1,0

Выход: 150

Технология приготовления: В горячей воде растворяют ванилин и всыпают манную крупу, помешивая, проваривают 10 минут. Протертый творог смешивают с мукой или заваренной и охлажденной манной вязкой кашей. Добавляют сырые яйца, сахар, йодированную соль. Подготовленную массу выкладывают в смазанный сливочным маслом противень слоем 3-4 см. Поверхность массы равномерно смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу при температуре 250 °С до образования корочки, затем в камере с температурой 180-200 °С до готовности 15 мин. Готовность определяют по упругости структуры - запеканка отделяется от стенок противня. Если творог сухой, в творожную массу добавляют молоко из расчета 20 мл на выход, увеличив, соответственно, выход или уменьшив выкладку творога.

Запеканку отпускают с вареньем, сладким молочным или фруктовым соусом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного - двух часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Поверхность ронца, без трещин, колер золотистый, равномерный, на разрезе запеканка белая, вкус сладковатый, с запахом входящих продуктов и ванилина.

Верно
Начальник
Гуржар Т. М. Мукаева
« 19 » 10 2022 г.

Каша жидкие

Жидкие каши готовят из всех видов круп, кроме гречневой, ячневой и саго, на молоке, на смеси молока и воды (60% молока и 40% воды) и на воде. Жидкими считаются каши, выход которых составляет 5–6,5 кг из 1 кг крупы. Готовят жидкие каши так же, как вязкие, но с большим количеством жидкости. Отпускают каши в горячем виде с растопленным маслом или с сахаром в количествах, указанных в рецептуре, а также с вареньем, джемом, повидлом, медом (25–30 г на порцию).

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 260

Наименование блюда: **Каша «Дружба»**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергет. ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. лип.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа рисовая	75	75						
Крупа пшеница	55	55						
Молоко	510	510						
Вода	350	350						
Сахар	25	25						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	50	50						
ИТОГО:			26,3	14,9	58,3	2,6	125,3	

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,40	6,6	0,40	1,0	633	702	153	2,8

Выход: 1000

Технология приготовления: Крупу перебирают, промывают водой несколько раз, пшено опаривают. Крупу сначала варят отдельно, закладывая в кипящую воду. Пшено опаривают 15 минут, воду сливают. Рис отваривают до полуготовности. Крупу соединяют, заливают теплым молоком, добавляют сахар, водородную соль, доводят до кипения, варят при слабом кипении до поглощения жидкости над поверхностью крупы, затем емкость ставят на водяную баню или в пароварочный шкаф и доводят до готовности. При потребности 40, 60, 90 кг каши ее лучше готовить в пищеварочном котле, который имеет такие же полезные объемы, при этом пригорание полностью исключается. При подаче каша заправляется растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция растекающаяся, однородная, зерна полностью набухшие, мягкие. Не допускается посторонние запахи прикусы, в том числе и пригорелой каши. Цвет белый с кремовым оттенком.

Верно
Начальник
Т. М. Мукаева
19.10.2022



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 248

Наименование блюда: **Каша гречневая вязкая**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа гречневая	250	250						
Молоко	500	500						
Вода	250	250						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	50	50						
ИТОГО:			45,8	15,3	64,4	8,2	163,0	1415

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B ₂	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,94	6,8	0,39	2,5	679	1186	561	17,2

Выход: 1000

Технология приготовления: В кипящую смесь воды и молока добавляют водированную соль, всыпают крупу гречневую просеяв, варят до тех пор, пока каша не загустеет. Кашу доводят до готовности на водяной бане, плотно закрыв посуду крышкой. Перед отпуском добавляют растопленное сливочное масло.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция текучая, однородная, крупа мягкая. Цвет белый с серо-кремовым оттенком. Не допускаются посторонние привкусы и запахи.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 249

Наименование блюда: **Каша пуховая гречневая на молоке с яйцами**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Крупа гречневая	250	250						
Яйца	1 1/2 шт.	50						
Молоко	500	500						
Масло сливочное	25	25						
Масса протертой каши	-	750						
Соус молочный сладкий	-	250						
Молоко	187,5	187,5						
Масло сливочное	10	10						
Мука пшеничная	10	10						
Вода	62,5	62,5						
Ванилин	0,025	0,025						
ИТОГО:			57,6	25,8	62,3	8,3	173	1483

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B ₂	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1,04	6,7	0,46	2,8	890	1438	586	18,5

Выход: 1000

Технология приготовления: Подготовленную гречневую крупу перемешивают с яйцами, высушивают на листе в жарочном шкафу при температуре 60-70 °С. В горячее молоко добавляют сливочное масло, водированную соль, ванилин, всыпают подсушенную крупу, варят кашу. Готовую кашу протирают, затем проваривают снова 1-2 мин. При отпуске укладывают на тарелку и подливают соус молочный сладкий.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Каша уложена аккуратно горкой, соус подлит рядом. Цвет светло-коричневый, консистенция однородная, пыльная. Вкус в меру соленый. Не допускается привкус подгоревшего молока и каши.

Верно

Начальник

Мукаева Т. М.
« 19 » 10 2022 г.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 165

Наименование блюда: Суп молочный с макаронными изделиями

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.	
Молоко	700	700					
Вода	300	300					
Масло сливочное	10	10					
Сахар	8	8					
Макаронные изделия, вермишель, фигурные изделия	80	80					
ИТОГО: по макронам			28,5	19,9	26,3	1,0	730

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B ₁	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,38	4,6	0,21	1,3	822	684	105	1,8

Выход: 1000

Технология приготовления: Макароны изделия отдельно отваривают в кипящей соленой воде до полуготовности: макароны - 15 мин, лапшу - 10 мин, вермишель - 5 мин. Воду сливают, и макаронные изделия закладывают в кипящую смесь молока и воды, варят, помешивая, до готовности с добавлением водородной соли, сахара, в конце - масла сливочного.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция макаронных изделий мягкая, форма должна быть сохранена. Цвет белый, вкус сладковатый, слабосоленый, без привкуса и запаха подгорелого молока.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 166

Наименование блюда: Суп молочный с морковью и манной крупой

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.	
Молоко	600	600					
Вода	150	150					
Морковь	395	316					
Манная крупа	20	20					
Сахар	10	10					
Масло сливочное	10	10					
ИТОГО:			23,2	17,1	23,3	0,5	71,8

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B ₁	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,41	11,8	0,19	1,7	746	696	187	2,9

Выход: 1000

Технология приготовления: Приваривают в воде мелко нарезанные кубики моркови до полуготовности. Добавляют горячее молоко, доводят до кипения и постепенно всыпают просеянную манную крупу, кладут водородную соль, сахар и варят, помешивая, 10-15 мин при слабом кипении.

В готовый суп добавляют сливочное масло.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: На поверхности супа блестящий жир. Консистенция моркови мягкая, форма сохранена. Цвет белый, вкус сладковатый, слабосоленый, без привкуса и запаха подгорелого молока.

Верно

Начальник

Мукаева Т. М.
Т. М. Мукаева
« 19 » 10 2022 г.



Наименование блюда: Рассольник

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Энерг. ценность, ккал	Энерг. ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б	Ж				У
			Всего	Всего	в т.ч. раст.			
Картофель	400	300						
Лук репчатый	48	40						
Огурцы соленые	67	60						
Масло растительное	20	20						
Бульон или вода	700	700						
ИТОГО:			7,4	0,0	20,3	20,3	56,4	438

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,36	40,4	0,00	9,2	81	235	97	3,8

Выход: 1000

Технология приготовления: В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный дольками или брусочками, доводят до кипения, добавляют припущенный лук, а через 5-10 мин. вводят припущенные огурцы, в конце варки добавляют соль.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид и жидкой части рассольника – огурцы без кожицы и семян, нарезанные ромбиками или соломкой, картофель – дольками или брусочками, лук – соломкой. Консистенция овощей – мягкая, сочная; огурцов – слегка хрустящая, соблюдается соотношение жидкой и плотной части. Цвет желтый, жира на поверхности – желтый, овощей – натуральный. Вкус умеренно соленый, с умеренной кислотностью. Запах продуктов, входящих в рассольник.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 134

Наименование блюда: Рассольник ленинградский

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Энерг. ценность, ккал		
	Брутто	Нетто	Б	Ж			У	
			Всего	в т.ч. жиры	Всего			в т.ч. раст.
Картофель	400	300						
Крупа: рисовая, овсяная, пшеничная	20	20						
Морковь	50	40						
Лук репчатый	24	20						
Огурцы соленые	67	60						
Бульон или вода	750	750						
Масло растительное	20	20						
ИТОГО (по рисовой крупе):			8,2	0,0	21,0	21,0	65,0	485

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,36	30,7	0,00	9,4	62	252	105	3,7

Выход: 1000

Технология приготовления: Крупу овсяную, пшеничную, рисовую перебирают, промывают несколько раз, меняя воду. Закладывают в кипящую воду в соотношении 1:3, варят, помешивая до полуготовности, отвар сливают. Соленые огурцы очищают от кожицы и, при необходимости, удаляют семена. В этом случае норма расхода огурцов (масса брутто), приведенная в рецептурах, увеличивается. Подготовленные огурцы припускают в небольшом количестве бульона или воды 10-15 мин.

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, варят 10 мин, добавляют картофеля, нарезанный брусочками, припущенную со сливочным или растительным маслом морковь, пассерованный репчатый лук, через 5-10 мин вводят припущенные огурцы. Подприваренную соль и варят еще 10 мин.

В конце варки заправляют сметаной и зеленью, доводят до кипения.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Овощи сохранили форму варки, мягкие, огурцы слегка хрустящие. Крупа мягкая. Вкус и мера острый, соленый, аромат огурцов, крупы, овощей.

Наименование блюда: **Пюре из говядины с рисом**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина (боковой и наружной кусок тазобедренной части)	155	113						
Масса отварного мяса	-	70						
Крупа рисовая	8	8						
Вода	32	32						
Масса рисовой вязкой каши	-	37,5						
Масло сливочное	5	5						
Масса полуфабриката	-	118						
Масса готового пюре	-	100						
ИТОГО:			19,9	13,4	19,4	0,0	5,5	276



Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B ₁	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,06	0,0	0,03	0,5	10	207	26	3,5

Выход: 100

Технология приготовления: Мясо зачищают и закладывают в горячую воду кусками 1–1,5 кг, варят при слабом кипении до готовности. Готовое мясо охлаждают до температуры 30 °С, нарезают на куски 50–70 г, пропускают через мясорубку с двойной мелкой решеткой (или дважды). Из риса варят вязкую рисовую кашу. Вареное мясо и охлажденный рис пропускают дважды через мясорубку с двумя решетками, добавляют соль, растопленное масло, тщательно вымешивают, кладут на смазанный маслом противень, слоем 3 см и прогревают 7–10 мин в жарочном шкафу при температуре 250 °С, периодически перемешивая, до момента закипания.

Можно прогреть в пароварочном аппарате 10–15 мин до закипания.

При подаче пюре кладут в виде горки, карбуют ложкой и поливают растопленным сливочным маслом.

Гарниры: каша вязкая, макаронные изделия отварные, пюре овощные.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид - однородная масса без комков, цвет светло-серый. Вкус и запах, свойственные отваренному мясу, рису и сливочному маслу. Консистенция густой сметаны, держится горкой.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 395

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

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст.		
Сосиски	103	100						
ИТОГО:			10,4	10,4	20,9	0,0	0,0	230

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
B ₁	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
0,14	0,0	0,00	0,4	31	134	17	1,6

Выход: 100

Технология приготовления: С сосисок, сарделек или колбасы предварительно снимают искусственную оболочку, колбасу нарезают на порции. Колбасные изделия кладут в кипящую воду, доводят до кипения и варят при слабом кипении: сосиски – 3–5 минут, сардельки и колбасу – 7–10 минут. Во избежание повреждения оболочки и ухудшения вкуса колбасные изделия не следует хранить в горячей воде. Их готовят непосредственно перед отпуском.

Отпускают колбасные изделия с гарниром, соусом или сливочным маслом.

Гарниры: каша вязкая, рис припущенный, овощи отварные или припущенные.

Соусы: томатный.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Колбасные изделия – округие, плотные, сочные. Цвет светло-розовый. Вкус мясной, умеренно соленый. Вкус колбасных изделий.

Верно

Начальник

Лукаш Т. М. Мукаева

« 19 » 10 2022г.

Наименование блюда: Тефтели из говядины паровые

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жиры	Всего	в т.ч. раст.		
Говядина I категории (кнглежное мясо)	96	70						
Хлеб пшеничный	13	13						
Вода	20	20						
Масло сливочное	3	3						
Лук репчатый	39	33						
Масса пассерованного лука	-	18						
Масса полуфабриката	-	119						
Масса готовых тефтелей	-	100						
ИТОГО:			13,8	12,4	12,7	0,2	8,7	204

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,06	2,5	0,02	0,5	19	153	21	2,2

Выход: 100

Технология приготовления: Мясо зачищают, пропускают через мясорубку, добавляют предварительно замоченный пшеничный хлеб без корок (высшего сорта), пропускают второй раз через мясорубку. В приготовленную фарш с хлебом добавляют нарезанный мелкими кубиками бланшированный и пассерованный репчатый лук, перемешивают и разделяют шариками по 20-25 г по 3-4 штуки на порцию. Полуфабрикаты укладывают на смоченную кипяченой водой решетку паровой коробки и варят на пару 20-25 мин. При отсутствии паровой коробки тефтели укладывают в сотейник, смазанный маслом (количество масла, указанное по рецептуре, увеличивают на 1,2 г), добавляют горячую воду и припускают при закрытой крышке 20-25 мин.

При отпуске поливают сливочным маслом или соусом.

Гарниры: каша вязкая, пюре картофельное, овощи припущенные или отварные.

Соусы: молочный, сметанный.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Тефтели должны сохранить форму, поверхность без разрывов, ровная. Вкус в меру соленый, без привкуса хлеба. Консистенция сочная, пышная, на разрезе однородная.

Верно
Начальник
<i>Мукаева</i> Т. М. Мукаева
« 19 » 10 2022 г.



Наименование блюда: **Рыба (филе) отварная**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Треска *	167	122						
или окунь морской *	172	122						
или минтай *	164	122						
Лук репчатый	3,3	2,9						
Морковь	4,3	2,9						
Масса отварной рыбы	-	100						
ИТОГО: по треске			17,8	17,8	0,7	0,0	0,4	79

* Нормы закладки даны на треску мелкую, окунь морской, минтай поперечные обезглавленные.

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,05	0,6	0,01	1,1	23	182	24	0,4

Выход: 100

Технология приготовления: Рыбу, разделанную на филе с кожей без реберных костей, нарезают порционными кусками под углом 90°. Чтобы при варке куски рыбы не деформировались, на поверхности кожи каждого куса делают два-три надреза. Затем их укладывают в один ряд в посуду кожей вверх, заливают горячей водой, уровень которой должен быть на 1 см выше поверхности рыбы, добавляют дольки репчатого лука, морковь, йодированную соль, за 5 минут до готовности лавровый лист. Когда жидкость закипит, удаляют пену и варят рыбу до готовности при слабом кипении в течение 5-7 мин., считая с момента закипания воды. Хранят отварную рыбу в горячем бульоне не более 30-40 минут, при температуре 65-70 °С.

При отпуске рыбу гарнируют и поливают сливочным маслом или соусом.

Гарниры: картофель отварной, картофельное пюре.

Соусы: сметанный, томатный, польский, приготовленные на рыбном бульоне.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Один кусок на порцию. Рыба проварена, сохранила свою форму. Цвет, вкус и запах соответствуют виду рыбы, кореньям, специям. Соусом полита рыба, гарнир уложен горкой сбоку. На картофельное пюре нанесен рисунок.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 333

Наименование блюда: **Рыба жареная**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жив.	Всего	в т.ч. раст.		
Камбала дальневосточная	183	119						
Камбала азово-черноморская	188	120						
Камбала прочая	182	120						
или скумбрия	135	119						
Мука пшеничная	7	7						
Масло растительное	7	7						
Масса жареной рыбы	-	100						
ИТОГО: по камбале			18,2	17,5	9,5	6,3	4,6	157

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,14	0,8	0,02	4,4	49	197	17	0,8

Выход: 100

Технология приготовления: Порционные куски рыбы, нарезанные на филе с кожей и реберными костями, посылают йодированной солью, панируют в муке, кладут на разогретый с маслом противень или сковороду, жарят с двух сторон до образования румяной корочки сжигая на плите, а затем доводят до готовности в жарочном шкафу. Продолжительность жарки рыбы 15-20 мин.

Гарниры: картофель отварной, картофельное пюре.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Один кусок на порцию. Рыба прожарена, сохранила свою форму, корочка золотистого цвета не темнеет, вкус и запах соответствуют виду рыбы. Гарнир уложен горкой сбоку. На картофельное пюре нанесен рисунок.

Верно
Начальник

Т. М. Мукаева
Т. М. Мукаева
« 19 » 10 2022г.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 144

Наименование блюда: Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энерг. ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жищ.	Всего	в т.ч. раст.		
Горох или горошек консерв.	81	80					у	
Картофель	154	100						
Морковь	333	250						
Петрушка (корень)	50	40						
Лук репчатый	13	10						
Масло сливочное	48	40						
Бульон или вода	20	20						
Бульон или вода	650	650						
ИТОГО: по горошку консервированному			9,2	0,1	17,0	1,3	60,5	432

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,78	34,7	0,15	0,9	76	263	102	3,7

Выход: 1000

Технология приготовления: Горох подготавливают: перебирают, моют, выдерживают в холодной воде 3 - 4 часа. Если вода не горчит, варят в той же воде до размягчения без соли. Подготовленный горох кладут в бульон или воду, доводят до кипения. Добавляют картофель, нарезанный кубиками, припущенные со сливочным маслом морковь и петрушку, бланшированный и пассерованный лук и варят до готовности.

Зеленый горошек закладывают в суп вместе с припущенными овощами.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Коренья и картофель нарезаны кубиками. Картофель частично должен быть разварен. Части гороха разварены. Бульон желтоватый, немного мутный. Блюдки зерна желтого цвета. Вкус мягкий, каре-пюре гороха и пассерованных овощей.



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 145

Наименование блюда: Суп картофельный с бобовыми (2-й вариант)

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энерг. ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жищ.	Всего	в т.ч. раст.		
Картофель	267	200					у	
Фасоль	81	80						
Лук репчатый	48	40						
Морковь	64	50						
Масло растительное	20	20						
Бульон или вода	700	700						
ИТОГО:			19,6	0,0	21,4	21,4	80,6	593

Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,59	23,3	0,00	9,8	166	551	153	7,2

Выход: 1000

Технология приготовления: Картофель нарезают крупными кубиками, морковь и петрушку - мелкими кубиками, лук мелко рубят. Подготовленную фасоль кладут в бульон или воду, доводят до кипения, добавляют картофель, припущенные морковь и лук и варят до готовности.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: В жидкой части супа - картофель, нарезанный кубиками или дольками; фасоль - в виде цельных, неразваренных зерен. Картофель и бобовые - мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной частей супа. Цвет желтый-коричневый. Суп умеренно соленый, свойственный фасоли. Запах продуктов, входящих в суп.

Верно
Начальник
Лукаф Т. М. Мукаева
« 19 » 10 2022.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 267

Наименование блюда: Каша пшеничная молочная жидкая

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		
			Всего	в т.ч. жиры	Всего	в т.ч. раст.	
Крупа пшеничная	290	290					
Вода	280	280					
Молоко	560	560					
Сахар	25	25					
Масса каши	-	960					
Масло сливочное	25	25					
ИТОГО:			39,0	16,2	47,3	6,6	179,0

Витамины, мг				Минеральные и-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,95	7,3	0,28	0,8	723	965	215	6,0

Выход: 1000

Технология приготовления: Пшеничную крупу перебирают, многократно промывают в холодной, затем теплой воде, пока вода не будет прозрачной. Заливают кипящей водой на 1 мин, затем воду сливают, снова заливают кипящей водой, доводят до кипения, варят 2-5 мин, воду сливают. Заливают кипящей водой по рецепту рецептуры, уменьшив ее на 15%, варят до загустения. Добавляют кипящее молоко, водорастворимую соль, сахар, продолжают варить до загустения, затем упаривают на водяной бане при закрытой крышке. Процесс упаривания и слива воды необходим для удаления прогорклого жира крупы, чтобы каша не имела прогорклого вкуса.

При подаче кашу заправляют растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция густая, однородная, зерна упарены, мягкие. Цвет белый с кремовым оттенком. Не допускается горьковатый привкус и посторонние запахи.



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 268

Наименование блюда: Каша рисовая молочная жидкая

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энергетическая ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		
			Всего	в т.ч. жиры	Всего	в т.ч. раст.	
Крупа рисовая	154	154					
Вода	290	290					
Молоко	590	590					
Сахар	25	25					
Масса каши	-	960					
Масло сливочное	25	25					
ИТОГО:			27,7	17,1	43,1	1,5	162,0

Витамины, мг				Минеральные и-ва, мг			
В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
0,32	7,7	0,27	0,9	717	759	158	2,2

Выход: 1000

Технология приготовления: В кипящую воду кладут йодированную соль, сахар, всыпают перебранный и промытый рис и варят, слегка помешивая, около 20 минут при слабом кипении, до размогчения. Добавляют горячее молоко и продолжают варить кашу при слабом кипении до загустения, затем упаривают при закрытой крышке на водяной бане. Непосредственно перед отпуском заправляют растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция текучая, жидкая, однородная, крупа мягкая. Цвет белый. Не допускается посторонний привкус и запахи.

Верно

Начальник

Т. М. Мукаева
« 19 » 10 2022 г.