Утверждаю

Директор МКОУ «Ключевская сош им.А.П.Бирюкова»\_\_\_\_\_\_\_Ворошнина С.В.

**Технологическая карта№**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Рыба (филе) припущенная**

Номер рецептуры: № 330

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

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование продукта | Норма расхода продуктов на 1 порцию массой нетто 100 г |
| Масса брутто, г | Масса нетто, г |
| Филе н/к трески (или пикши, или сайды, или минтая, или хека, или окуня морского, или судака, или горбуши) мороженное ДП | 128,42 | 122 |
| Лук репчатый свежий | 2,4 | 2 |
| Мука  | 2 | 2 |
| Соль обогащенная с пониженным содержанием натрия | 0,5 | 0,5 |
| Лист лавровый | 0,01 | 0,01 |
| **Выход:** | **-** | **100** |

В 100 граммах данного блюда содержится:

|  |
| --- |
| Пищевые вещества, г |
| Белки | Жиры | Углеводы |
| 17,83 | 0,93 | 0,45 |

|  |
| --- |
| Минеральные вещества, мг |
| Ca | Mg | P | Fe |
| 44,29 | 19,83 | 294,74 | 0,02 |

|  |
| --- |
| Энергетическая ценность (ккал) |
| 149,16 |

|  |
| --- |
| Витамины, мг |
| A | B1 | B2 | PP | C | E |
| 0 | 0 | 0,14 | 2,71 | 0,41 | 0,01 |

  **Технология приготовления:** подготовленное филе рыбное без костей на коже промывают, нарезают порционные куски, делают несколько надрезов на коже и укладывают в лотки или гастроемкости с высокими бортами в один ряд кожей вверх, подливают  воду (0,3 л жидкости на 1 кг рыбы) так, чтобы жидкость покрыла рыбу на 1/4 объема, добавляют соль, лук репчатый, корень петрушки, лавровый лист и припускают рыбу в закрытой посуде в течение 10-15 мин.

**Температура подачи:** 65±5°С.

 **Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления.

Утверждаю

Директор МКОУ «Ключевская сош им.А.П.Бирюкова»\_\_\_\_\_\_\_Ворошнина С.В.

**Технологическая карта№**

Наименование кулинарного изделия (блюда):  **Жаркое по-домашнему**

Номер рецептуры: № 631а

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур 1983 г

|  |  |
| --- | --- |
|   Наименование  сырья | Расход сырья и полуфабрикатов |
| 1 порция | 100 порций |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, кг | Нетто, кг |
| Мясо | 71 | 53 | 7,1 | 5,3 |
| Масло сливоч. | 5 | 5 | 0,5 | 0,5 |
| Морковь | 10 | 8 | 1 | 0,8 |
| Лук репч. | 15 | 13 | 1,5 | 1,3 |
| Картофель | 170 | 120 | 17 | 12 |
| Выход |   | 200 |   |   |
|   |   |   |   |   |

|  |
| --- |
|  **Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию** |
| Белки (г) | 14,3 | Ca | 40 |
| Жиры (г) | 10 | Fe | 3,5 |
| Углеводы (г) | 3 | С | 11,5 |
| Эн.ценность (ккал): | 270 | Mg |   |

Технология приготовления:

Мясо нарезают по2-4 куска массой 20-30 г, картофель, лук дольками, затем мясо и овощи обжаривают по отдельности. Обжаренное мясо варят до полуготовности, добавляют овощи, соль, закрывают крышкой и тушат до готовности. З 5-10 мин. До окончания тушения кладут лавровый лист.

Утверждаю

Директор МКОУ «Ключевская сош им.А.П.Бирюкова»\_\_\_\_\_\_\_Ворошнина С.В.

**Технологическая карта№**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Каша манная молочная**

Номер рецептуры: стр.62

Наименование сборника рецептур: К.С.Ладодо, Л.В. Дружинина. Продукты и блюда в детском питании.

|  |  |
| --- | --- |
|   Наименование  сырья | Расход сырья и полуфабрикатов |
| 1 порция | 100 порций |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, кг | Нетто, кг |
| Крупа манная | 30 | 30 | 3 | 3 |
| Молоко | 150 | 150 | 15 | 15 |
| Сахар | 5 | 5 | 0,5 | 0,5 |
| Масло сливочное | 5 | 5 | 0,5 | 0,5 |
| Выход |   | 200 |   |   |

|  |
| --- |
|  **Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию** |
| Белки (г) | 6,23 | Ca | 200 |
| Жиры (г) | 8,9 | Fe | 16,36 |
| Углеводы (г) | 25,67 | С | 0 |
| Эн.ценность (ккал): | 206,3 | Mg |   |

Технология приготовления:

Часть молока (примерно ¼) соединить с таким же количеством воды, довести до кипения, всыпать просеянную манную крупу и варить при помешивании до загустения, затем добавить остальное подогретое молоко, сахар, соль, и варить до готовности. Перед снятием с огня добавить сливочное масло.

Утверждаю

Директор МКОУ «Ключевская сош им.А.П.Бирюкова»\_\_\_\_\_\_\_Ворошнина С.В.

**Технологическая карта№**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Суфле из печени со сметаной**

Номер рецептуры: стр.186

Наименование сборника рецептур: К.С.Ладодо, Л.В. Дружинина. Продукты и блюда в детском питании

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|   | 1 порция | 100 порций |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, кг | Нетто, кг |
| Печень | 100 | 83 | 10 | 8,3 |
| Лук репчатый | 10 | 8 | 1 | 0,8 |
| Мука пшеничная | 10 | 10 | 1 | 1 |
| Яйцо | 5,8 | 5,2 | 0,58 | 0,52 |
| Молоко | 30 | 30 | 3 | 3 |
| Масло раститель. | 7 | 7 | 0,7 | 0,7 |
| Сметана | 10 | 10 | 1 | 1 |
| Мука пшеничная | 3 | 3 | 0,3 | 0,3 |
| Выход |   | 100 |   |   |

|  |
| --- |
|  **Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию** |
| Белки (г) | 18 | Ca | 50,75 |
| Жиры (г) | 13,5 | Fe | 1,575 |
| Углеводы (г) | 11,1 | С | 0,7 |
| Эн.ценность (ккал): | 253 | Mg |   |

Технология приготовления:

Печень пропустить через мясорубку, немного посолить, добавить сырой желток, тщательно перемешать. Выложить на сковороду, смазанную маслом и запечь в духовке в течение 30-35 минут. При подаче полить сверху сметаной

Утверждаю

Директор МКОУ «Ключевская сош им.А.П.Бирюкова»\_\_\_\_\_\_\_Ворошнина С.В.

**Технологическая карта№**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Запеканка творожно- морковная**

Номер рецептуры: стр.66

Наименование сборника рецептур: К.С.Ладодо, Л.В. Дружинина. Продукты и блюда в детском питании

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|   | 1 порция | 100 порций |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, кг | Нетто, кг |
| Морковь | 90 | 75 | 9 | 7,5 |
| Крупа манная | 7 | 7 | 0,7 | 0,7 |
| Творог | 100 | 100 | 10 | 10 |
| Яйцо | 11,7 | 10,5 | 1,17 | 1,05 |
| Сахар | 5 | 5 | 0,5 | 0,5 |
| Масло сливочное | 3 | 3 | 0,3 | 0,3 |
| Молоко | 50 | 50 | 5 | 5 |
| Выход |   | 190 |   |   |

|  |
| --- |
|  **Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию** |
| Белки (г) | 21 | Ca | 219,5 |
| Жиры (г) | 14,1 | Fe | 0,8 |
| Углеводы (г) | 35 | С | 0,615 |
| Эн.ценность (ккал): | 352,7 | Mg |   |

Технология приготовления:

Морковь нашинковать соломкой, припустить в масле, добавить горячее молоко, всыпать манную крупу. Творог протереть, добавить взбитые с сахаром яйца, масло, перемешать, соединить с морковной массой и выложить на смазанную маслом и запечь в духовке.

Утверждаю

Директор МКОУ «Ключевская сош им.А.П.Бирюкова»\_\_\_\_\_\_\_Ворошнина С.В.

**Технологическая карта№**

Наименование изделия: Творожная запеканка 1 сп

Номер рецептуры: 130

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сборника рецептур: Кисляковская В.Г. Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порция  |
| Брутто, г  | Нетто, г  |
| Творог  | 112,5  | 112,5  |
| Крупа манная  | 11  | 11  |
| Яйцо  | 1/3  | 15  |
| Масло сливочное  | 3  | 3  |
| Сахар-песок  | 8  | 8  |
| Молоко  | 27  | 27  |
| Выход:  | 150  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Химический состав данного блюда Пищевые вещества  | Минер. вещества, мг  | Витамины, мг  |
| Белки, г  | Жиры, г  | Углеводы, г  | Энерг. ценность, ккал  | Са  | Fe  | В1  | В2  | С  |
| 18,790  | 12,995  | 20,550  | 269,175  | 228,000  | 0,992  | 0,082  | 0,480  | 0,920  |

 Технология приготовления:

 Яйца протирают с сахаром, соединяют с протертым творогом, манной крупой, замоченной в молоке, солью, растопленным сливочным маслом, хорошо перемешивают. Противень смазывают маслом, выкладывают на него массу и поверхность разравнивают, наносят рисунок, запекают в жарочном шкафу при температуре 200-220 0 С.. На поверхности готовой запеканки появляется мягкая нежная корочка. Блюдо охлаждают 5-10 минут, нарезают на порции и отпускают со сладким соусом, молочным, сметанным.

Утверждаю

Директор МКОУ «Ключевская сош им.А.П.Бирюкова»\_\_\_\_\_\_\_Ворошнина С.В.

**Технологическая карта№**

Наименование изделия: Творожная запеканка 2 сп

Номер рецептуры: 130

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сборника рецептур: Кисляковская В.Г. Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порция  |
| Брутто, г  | Нетто, г  |
| Творог  | 90  | 90  |
| Крупа манная  | 9  | 9  |
| Яйцо  | 1/3  | 12  |
| Масло сливочное  | 2,4  | 2,4  |
| Сахар-песок  | 6,6  | 6,6  |
| Молоко  | 22  | 22  |
| Выход:  | 120  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Химический состав данного блюда Пищевые вещества  | Минер. вещества, мг  | Витамины, мг  |
| Белки, г  | Жиры, г  | Углеводы, г  | Энерг. ценность, ккал  | Са  | Fe  | В1  | В2  | С  |
| 15,070  | 10,294  | 16,820  | 215,995  | 183,500  | 0,797  | 0,066  | 0,336  | 0,747  |

Технология приготовления: Яйца протирают с сахаром, соединяют с протертым творогом, манной крупой, замоченной в молоке, солью, растопленным сливочным маслом, хорошо перемешивают. Противень смазывают маслом, выкладывают на него массу и поверхность разравнивают, наносят рисунок, запекают в жарочном шкафу при температуре 200-220 0 С.. На поверхности готовой запеканки появляется мягкая нежная корочка. Блюдо охлаждают 5-10 минут, нарезают на порции и отпускают со сладким соусом, молочным, сметанным.

Утверждаю

Директор МКОУ «Ключевская сош им.А.П.Бирюкова»\_\_\_\_\_\_\_Ворошнина С.В.

|  |
| --- |
| **ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № \_\_\_\_\_**  |
| Наименование кулинарного изделия (блюда):  | **СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ**  |
| **Наименование сырья**  | **Расход сырья и полуфабрикатов**  |
| **1 порц.**  | **100 порц.**  |
| **брутто, г**  | **нетто, г**  | **брутто, кг**  | **нетто, кг**  |
| ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ  | 24,3  | 24,3  | 2,43  | 2,43  |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 210  | 210  | 21  | 21  |
| КАРТОФЕЛЬ  | 80,1  | 57,6  | 8,01  | 5,76  |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ  | 14,4  | 12  | 1,44  | 1,2  |
| МОРКОВЬ КРАСНАЯ  | 15  | 12  | 1,5  | 1,2  |
| ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ  | 60  | 45  | 6  | 4,5  |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ  | 6  | 6  | 0,6  | 0,6  |
| **Выход: 250**  |
| ***Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:***  |
| Белки, г  | 14,5  | С, мг  | 5,7  | Са, мг  | 47,6  |
| Жиры, г  | 10,7  | А, мкг рет. экв.  | 221,7  | Р, мг  | 162,4  |
| Углеводы, г  | 21,1  | E, мг  | 2,8  | Mg, мг  | 47,2  |
| Энергетическая ценность, ккал  | 243,7  | Д, мкг  | 0,1  | Fе, мг  | 3,2  |
| В1, мг  | 0,3  | Zn, мг  | 2,6  |
| В2, мг  | 0,1  | I, мкг  | 8,3  |
| B12, мкг  | 1,2  |
| B6, мкг  | 0,4  |
| РР, мг  | 2,8  |
| Фолиевая кислота, мкг  | 15,2  |
| ***Технология приготовления:***  |
| Очищенный картофель нарезают крупными кубиками, очищенные морковь и корень петрушки - мелкими кубиками, лук репчатый мелко рубят. Измельченные морковь, корень петрушки, лук репчатый припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла сливочного в течение 10-15мин. Бобовые перебирают, моют, кладут в холодную воду (2-3 л на 1кг бобовых): фасоль и чечевицу на 5-8 час, горох лущеный на 304 часа, затем варят в той же воде без соли при закрытой крышке до размягчения. Подготовленные бобовые закладывают в бульон, доводят до кипения, добавляют картофель, припущенные лук, морковь, корень петрушки и варят до готовности. Температура подачи 60-65 градусов Срок реализации не двух часов с момента приготовления  |
| ***Источник рецептуры:***  |
| Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста в организованный коллективах (к ГОСТ 30390-95/ГОСТ Р 50763-95), Москва, 2006г, рецептура№115  |

Утверждаю

Директор МКОУ «Ключевская сош им.А.П.Бирюкова»\_\_\_\_\_\_\_Ворошнина С.В.

**Технологическая карта №**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **БЕФСТРОГАНОВ**

Номер рецептуры: № 172

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

**1. Область применения**

Настоящая технологическая карта распространяется на бефстроганов, реализуемый в общеобразовательных учреждениях.

**2. Требования к сырью**

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

**3. Рецептура**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
|  | 1 порция | 100 порций |
|  | брутто, гр. | нетто, гр. | брутто, кг. | нетто, кг. |
| Говядина | 107 | 79 | 10,7 | 7,9 |
| Лук репчатый | 29 | 24 | 2,9 | 2,4 |
| Масло растительное  | 7 | 7 | 0,7 | 0,7 |
| Масса пассированного лука |  | 12 |  | 1,2 |
| Мука пшеничная  | 4 | 4 | 0,4 | 0,4 |
| Сметана  | 23 | 23 | 2,3 | 2,3 |
| Масса жаренного мяса |  | 50 |  | 5,0 |
| Масса соуса и лука |  | 50 |  | 5,0 |
| Выход  | 100,0 | 10,0 |

**4.Химический состав, витамины и микроэлементы**

|  |
| --- |
|  В 100 граммах данного блюда содержится |
| Пищевые вещества г. | Минеральные вещества мг. |  |
| Белки | Жиры  | Углеводы | Са | Mg | P | Fe |
| 11,95 | 14,99 | 3,75 | 23,41 | 16,73 | 138,81 | 1,77 |
| Витамины |  |
| А,мг. | В1,мг. | В2,мг. | В5,мг. | В 6,мг. | В9,мкг. | В12,мкг. | С,мг. | D,мкг. | Е,мг | Н,мкг. | РР,мг |
| 0,05 | 0,05 | 0,13 | - | 0,27 | 8,40 | 1,22 | 2,35 | 0,02 | 2,08 | 2,46 | 1,72 |

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 196,82

**5. Технологический процесс**

Подготовленное мясо нарезанное широкими кусками отбивают до толщины 5-8 мм и нарезают брусочками длиной 3-4 см массой 5-7 гр. Затем кладут ровным слоем на сковороду с маслом разогретым до 150-180 градусов, посыпают солью и жарят непрерывно помешивая 3-4 мин. Из пассированной без жира муки и сметаны готовят соус, кладут в него пассированный лук, заливают им мясо и доводят до кипения.

**6. Требования к оформлению, реализации и хранению**

Отпускают с соусом и гарниром.

Температура подачи +650С. Срок реализации – готовить непосредственно перед употреблением.

Срок годности согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 – 2 часа с момента приготовления. Подогрев остывших ниже температуры раздачи готовых горячих блюд не допускается.

**6.1. Органолептические показатели качества:**

Внешний вид — консистенция мяса - сочная мягкая, соуса однородная.

Цвет — мясо светло-коричневый; соуса кремовый.

Вкус и запах — вкус и запах соответствуют отварному мясу и соусу, характерный для рецептурных компонентов, без посторонних привкусов и запахов.

Утверждаю

Директор МКОУ «Ключевская сош им.А.П.Бирюкова»\_\_\_\_\_\_\_Ворошнина С.В.

**Технологическая карта №**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Каша рисовая молочная**

Номер рецептуры: стр.62

Наименование сборника рецептур: К.С.Ладодо, Л.В. Дружинина. Продукты и блюда в детском питании.

|  |  |
| --- | --- |
|   Наименование  сырья | Расход сырья и полуфабрикатов |
| 1 порция | 100 порций |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, кг | Нетто, кг |
| Крупа рисовая | 30 | 30 | 3 | 3 |
| Молоко | 150 | 150 | 15 | 15 |
| Сахар | 5 | 5 | 0,5 | 0,5 |
| Масло сливочное | 5 | 5 | 0,5 | 0,5 |
| Выход |   | 200 |   |   |

|  |
| --- |
|  Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию |
| Белки (г) | 10,668 | Ca | 200 | A | 0,03 |
| Жиры (г) | 12,456 | Fe | 1,26 | E | 0,03 |
| Углеводы (г) | 54 | Р | 106,59 | C | 8,2 |
| Эн.ценность (ккал): | 240,4 | Mg |  22,36 | B1 | 0,12 |

Технология приготовления:

Рис перебрать, промыть, всыпать в кипящую воду, варить до полуготовности, добавить подогретое молоко, соль, сахар, и варить на слабом огне до готовности, перед снятием с огня добавить сливочное масло.

Утверждаю

Директор МКОУ «Ключевская сош им.А.П.Бирюкова»\_\_\_\_\_\_\_Ворошнина С.В.

**Технологическая карта №**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Чай с сахаром**

Номер рецептуры: стр. 76

Наименование сборника рецептур: К.С.Ладодо, Л.В. Дружинина. Продукты и блюда в детском питании

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|   | 1 порция | 100 порций |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, кг | Нетто, кг |
| Чай | 0,3 | 0,3 | 0,003 | 0,003 |
| Сахар | 15 | 15 | 1,5 | 1,5 |
| Вода | 180 | 180 | 18 | 18 |
| Выход |   | 180 |   |   |
|   |   |   |   |   |

|  |
| --- |
|  **Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию** |
| Белки (г) | 0,16 | Ca | 12 | A |  |
| Жиры (г) | 0 | Fe | 0,8 | E |  |
| Углеводы (г) | 14,9 | Р | 0,02 | C |  |
| Эн.ценность (ккал): | 56,87 | Mg |   | B1 |  |

Технология приготовления:

Чай заварить крутым кипятком в небольшом количестве воды, дать настояться в течение 5-6 минут, процедить, добавить кипяток и сахар.

|  |
| --- |
| **ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № \_\_\_\_\_**  |
| Наименование кулинарного изделия (блюда):  | **РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ**  |
| **Наименование сырья**  | **Расход сырья и полуфабрикатов**  |
| **1 порц.**  | **100 порц.**  |
| **брутто, г**  | **нетто, г**  | **брутто, кг**  | **нетто, кг**  |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 225  | 225  | 22,5  | 22,5  |
| КАРТОФЕЛЬ  | 120  | 86,4  | 12  | 8,64  |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ  | 7,2  | 6  | 0,72  | 0,6  |
| МОРКОВЬ КРАСНАЯ  | 15  | 12  | 1,5  | 1,2  |
| ГОВЯДИНА  | 60  | 45  | 6  | 4,5  |
| КРУПА ПЕРЛОВАЯ  | 9  | 8,9  | 0,9  | 0,89  |
| ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ  | 20,1  | 20,1  | 2,01  | 2,01  |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ  | 6  | 6  | 0,6  | 0,6  |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ  | 6  | 6  | 0,6  | 0,6  |
| **Выход: 250**  |
| ***Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:***  |
| Белки, г  | 10,8  | С, мг  | 7,7  | Са, мг  | 39,8  |
| Жиры, г  | 11,2  | А, мкг рет. экв.  | 226,2  | Р, мг  | 156,0  |
| Углеводы, г  | 20,0  | E, мг  | 0,9  | Mg, мг  | 38,8  |
| Энергетическая ценность, ккал  | 230,9  | Д, мкг  | 0,1  | Fе, мг  | 2,3  |
| В1, мг  | 0,1  | Zn, мг  | 2,0  |
| В2, мг  | 0,2  | I, мкг  | 8,3  |
| B12, мкг  | 1,2  |
| B6, мкг  | 0,5  |
| РР, мг  | 2,9  |
| Фолиевая кислота, мкг  | 14,4  |
| ***Технология приготовления:***  |
| Морковь, лук мелко нарезают и припускают в небольшом количестве воды (бульона) с добавлением масла сливочного в течение 10-15мин. Крупу перебирают, промывают несколько раз, меняя воду, варят до полуготовности, отвар сливают а крупу промывают. Картофель очищенный нарезают брусочками или дольками. огурцы соленые очищают от кожицы, нарезают соломкой и припускают в небольшом количестве воды в течение 15мин. В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, закладывают картофель, через 15-20мин после закипания добавляют припущенные морковь, лук и припущенные огурцы соленые. За 5-7 мин до окончания варки добавляют соль йодированную, перемешивают. Готовый рассольник заправляют сметаной и вновь доводят до кипения. Температура подачи от 60 до 65 градусов. Срок реализации не более трех часов с момента приготовления  |
| ***Источник рецептуры:***  |
| Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста в организованный коллективах (к ГОСТ 30390-95/ГОСТ Р 50763-95), Москва, 2006г, рецептура№104  |

Утверждаю

Директор МКОУ «Ключевская сош им.А.П.Бирюкова»\_\_\_\_\_\_\_Ворошнина С.В.

Утверждаю

Директор МКОУ «Ключевская сош им.А.П.Бирюкова»\_\_\_\_\_\_\_Ворошнина С.В.

**Технологическая карта №**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СОУСЕ.**

Номер рецептуры: № 261

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

**1. Область применения**

Настоящая технологическая карта распространяется на печень тушенную в соусе, вырабатываемая МКП «Комбинат питания здоровое детство» и реализуемая в общеобразовательных учреждениях.

**2. Требования к сырью**

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

**3. Рецептура**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
|  | 1 порция | 100 порций |
|  | брутто, гр. | нетто, гр. | брутто, кг. | нетто, кг. |
| Печень говяжья | 86 | 71 | 8,6 | 7,1 |
| или свиная  | 81 | 71 | 8,1 | 7,1 |
| Мука пшеничная  | 3 | 3 | 0,3 | 0,3 |
| Масса п/ф |  | 74 |  | 7,4 |
| Масло растительное  | 5 | 5 | 0,5 | 0,5 |
| Масса жареной печени |  | 50 |  | 5,0 |
| Соус сметанный  |  | 50 |  | 5,0 |
| Выход  | 100,0 | 10,0 |

**4.Химический состав, витамины и микроэлементы**

|  |
| --- |
|  В 100 граммах данного блюда содержится |
| Пищевые вещества г. | Минеральные вещества мг. |  |
| Белки | Жиры  | Углеводы | Са | Mg | P | Fe |
| 11,43 | 15,75 | 2,51 | 32,87 | 13,51 | 224,73 | 5,50 |
| Витамины |  |
| А,мг. | В1,мг. | В2,мг. | В5,мг. | В 6,мг. | В9,мкг. | В12,мкг. | С,мг. | D,мкг. | Е,мг | Н,мкг. | РР,мг |
| 2,40 | 0,19 | 1,34 | - | 0,44 | 146,84 | 35,97 | 19,98 | 0,06 | 1,90 | 59,81 | 4,11 |

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 197,0

**5. Технологический процесс**

Печень очищают от пленок и желчных протоков, промывают, нарезают на тонкие порционные кусочки, посыпают солью, панируют в муке и обжаривают до полуготовности (5-10 минут) Затем заливают соусом, приготовленным из подсушенной муки, сметаны, соли, тушить до готовности (15-20мин).

**6. Требования к оформлению, реализации и хранению**

 Подают с гарниром и соусом.Срок реализации – в течение 2 часов с момента приготовления. Срок годности согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 – 2 часа с момента приготовления.

**6.1. Органолептические показатели качества:**

Внешний вид — консистенция печени мягкая, соуса однородная, слегка вязкая, без комков заварившейся муки.

Цвет — светло-коричневый.

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

Утверждаю

Директор МКОУ «Ключевская сош им.А.П.Бирюкова»\_\_\_\_\_\_\_Ворошнина С.В.

**Технологическая карта №**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование продукта  **Соус сметанный** | Норма расхода продуктов на 1 порцию |
| Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Сметана 15% | 100 | 100 |
| Масло сливочное  | 5 | 5 |
| Мука Пшеничная 1 сорта | 5 | 5 |
| Соль обогащенная с пониженным содержанием натрия | 0,25 | 0,25 |
| **Выход:** | **-** | **100** |

В 100 граммах данного блюда содержится:

|  |
| --- |
| Пищевые вещества, г |
| Белки | Жиры | Углеводы |
| 3,16 | 19,19 | 7,09 |

|  |
| --- |
| Минеральные вещества, мг |
| Ca | Mg | P | Fe |
| 89,8 | 11,2 | 67,7 | 0,31 |

|  |
| --- |
| Энергетическая ценность (ккал) |
| 215,9 |

|  |
| --- |
| Витамины, мг |
| A | B1 | B2 | PP | C | E |
| 0,12 | 0,04 | 0,11 | 0,21 | 0,4 | 0,44 |

**Технология приготовления:**

муку пшеничную просеивают, слегка подсушивают на сковороде (без масла), охлаждают, перетирают с маслом сливочным, добавляют к сметане, доведенной до кипения, размешивают, заправляют солью поваренной йодированной, варят, при постоянном помешивании, в течение 3-5 мин, процеживают, и вновь, помешивая, доводят до кипения.

Подают соус сметанный к блюдам из овощей, мяса, рыбы или используют для приготовления запеченных рыбы, мяса, овощей и др.

**Температура подачи:** 65±5°С.

**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления.

Утверждаю

Директор МКОУ «Ключевская сош им.А.П.Бирюкова»\_\_\_\_\_\_\_Ворошнина С.В.

**Технологическая карта №**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Каша молочная «Дружба»**

Номер рецептуры: стр.63

Наименование сборника рецептур: К.С.Ладодо, Л.В. Дружинина. Продукты и блюда в детском питании.

|  |  |
| --- | --- |
|   Наименование  сырья | Расход сырья и полуфабрикатов |
| 1 порция | 100 порций |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, кг | Нетто, кг |
| Крупа рисовая | 15 | 15 | 1,5 | 1,5 |
| Крупа пшено | 15 | 15 | 1,5 | 1,5 |
| Молоко | 150 | 150 | 15 | 15 |
| Сахар | 5 | 5 | 0,5 | 0,5 |
| Масло сливочное | 5 | 5 | 0,5 | 0,5 |
| Выход |   | 200 |   |   |

|  |
| --- |
|  Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию |
| Белки (г) | 8,437 | Ca | 200 | A | 0,02 |
| Жиры (г) | 10,96 | Fe | 1,26 | E | 0,06 |
| Углеводы (г) | 42,084 | Р | 0,04 | C | 27 |
| Эн.ценность (ккал): | 220,5 | Mg |  26,84 | B1 | 0,38 |

Технология приготовления:

Рис и пшено перебрать, промыть, всыпать в кипящую воду, варить до полуготовности, добавить подогретое молоко, соль, сахар, и варить на слабом огне до готовности, перед снятием с огня добавить сливочное масло.

Утверждаю

Директор МКОУ «Ключевская сош им.А.П.Бирюкова»\_\_\_\_\_\_\_Ворошнина С.В.

|  |
| --- |
| **ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № \_\_\_\_\_**  |
| Наименование кулинарного изделия (блюда):  | **УХА РОСТОВСКАЯ**  |
| **Наименование сырья**  | **Расход сырья и полуфабрикатов**  |
| **1 порц.**  | **100 порц.**  |
| **брутто, г**  | **нетто, г**  | **брутто, кг**  | **нетто, кг**  |
| РЫБА (ФИЛЕ С КОЖЕЙ)  | 40,8  | 37,5  | 4,08  | 3,75  |
| КАРТОФЕЛЬ  | 99  | 71,4  | 9,9  | 7,14  |
| ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)  | 8,1  | 6  | 0,81  | 0,6  |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ  | 10,8  | 9  | 1,08  | 0,9  |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ  | 3  | 3  | 0,3  | 0,3  |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 390  | 390  | 39  | 39  |
| ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ  | 4,2  | 3,3  | 0,42  | 0,33  |
| **Выход: 250**  |
| ***Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:***  |
| Белки, г  | 7,8  | С, мг  | 7,7  | Са, мг  | 42,3  |
| Жиры, г  | 3,0  | А, мкг рет. экв.  | 27,0  | Р, мг  | 116,3  |
| Углеводы, г  | 11,8  | E, мг  | 0,2  | Mg, мг  | 28,7  |
| Энергетическая ценность, ккал  | 104,8  | Д, мкг  | 0  | Fе, мг  | 1,0  |
| В1, мг  | 0,1  | Zn, мг  | 0,4  |
| В2, мг  | 0  | I, мкг  | 3,9  |
| B12, мкг  | 0  |
| B6, мкг  | 0,9  |
| РР, мг  | 1,4  |
| Фолиевая кислота, мкг  | 8,5  |
| ***Технология приготовления:***  |
| Филе судака (при необходимости филе минтая или филе трески с кожей) промывают, нарезают на порционные куски, на коже делают 1-2 надреза, чтобы кожа не деформировалась при варке. В кипящую воду закладывают картофель, нарезанный дольками, корень петрушки, лук репчатый, нарезанные соломкой, и варят при медленном кипении. За 10-15мин до окончания варки кладут подготовленное филе судака с кожей и соль. За 1-2мин до окончания варки в уху кладут масло сливочное , нашинкованный лук зеленый. На каждую порцию ухи кладут порцию филе отварного. Подготовленные порции отварного рыбного филе закладывают в небольшое количество бульона рыбного, повторно кипятят в течение 5-7 минут и хранят до отпуска на мармите не более одного часа. Температура подачи от 60 до 65 градусов. Срок реализации не более двух часов с момента приготовления.  |
| ***Источник рецептуры:***  |
| Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста в организованный коллективах (к ГОСТ 30390-95/ГОСТ Р 50763-95), Москва, 2006г, рецептура№119  |

Утверждаю

Директор МКОУ «Ключевская сош им.А.П.Бирюкова»\_\_\_\_\_\_\_Ворошнина С.В.

**Технологическая карта №**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ**

Номер рецептуры: № 105

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

**1. Область применения**

Настоящая технологическая карта распространяется на фрикадельки мясные, вырабатываемые МКП «Комбинат питания здоровое детство» и реализуемые в общеобразовательных учреждениях.

**2. Требования к сырью**

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

**3. Рецептура**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
|  | 1 порция | 100 порций |
|  | брутто, гр. | нетто, гр. | брутто, кг. | Нетто, кг. |
| Говядина  | 154,9 | 114,0 | 15,49 | 11,4 |
| или свинина  | 133,8 | 114,0 | 13,38 | 11,4 |
| Вода | 10,0 | 10,0 | 1,0 | 1,0 |
| Лук репчатый  | 11,9 | 10,0 | 1,19 | 1,0 |
| Яйцо  | 2 шт. | 80  | 200 шт. | 8,0 |
| Соль  | 4,0 | 4,0 | 0,4 | 0,4 |
| Масса полуфабрикат  |  | 134,0 |  | 13,4 |
| Выход  | 100,0 | 10,0 |

**4.Химический состав, витамины и микроэлементы**

|  |
| --- |
| В 100 граммах **блюда с говядиной**. Энерг. ценность (ккал): 126,86 |
| Пищевые вещества г. | Минеральные вещества мг. |  |
| Белки | Жиры  | Углеводы | Са | Mg | P | Fe |
| 10,10 | 9,04 | 1,35 | 58,49 | 10,89 | 156,36 | 2,13 |
| Витамины |  |
| А,мг. | В1,мг. | В2,мг. | В5,мг. | В 6,мг. | В9,мкг. | В12,мкг. | С,мг. | D,мкг. | Е,мг | Н,мкг. | РР,мг |
| 0,23 | 0,05 | 0,31 | - | 0,08 | 6,37 | 0,39 | 0,98 | 1,72 | 1,58 | 15,93 | 0,17 |
| В 100 граммах **блюда со свининой**. Энерг. ценность (ккал): 126,86  |
| Пищевые вещества г. | Минеральные вещества мг. |  |
| Белки | Жиры  | Углеводы | Са | Mg | P | Fe |
| 10,10 | 9,04 | 1,35 | 58,49 | 10,89 | 156,36 | 2,13 |
| Витамины |  |
| А,мг. | В1,мг. | В2,мг. | В5,мг. | В 6,мг. | В9,мкг. | В12,мкг. | С,мг. | D,мкг. | Е,мг | Н,мкг. | РР,мг |
| 0,23 | 0,05 | 0,31 | - | 0,08 | 6,37 | 0,39 | 0,98 | 1,72 | 1,58 | 15,93 | 0,17 |

**5. Технологический процесс**

Мясо промывают, зачищают от сухожилий, пропускают 2-3 раза через мясорубку, смешивают с сырым мелко нарезанным луком, сырыми яйцами, водой, солью и хорошо вымешивают. Котлетную массу разделывают в виде шариков (по 8-10 гр.) и припускают в бульоне или воде до готовности.

**6. Требования к оформлению, реализации и хранению**

Отпускают при температуре 65 градусов, они могут находиться на мармите или плите в бульоне не более 1 часа. Хранение свыше 1 часа не допускается, согласно СанПиН 2.4.5.2409-08.

**6.1. Органолептические показатели качества:**

Внешний вид — изделия одинакового размера в форме шариков, не развалившиеся, сочные.

Цвет — цвет соответствует рецептурным компонентам, серовато-коричневый.

Вкус и запах — приятный аромат свежеприготовленных фрикаделек мясных, вкус характерный для рецептурного компонента, без посторонних привкусов и запахов.

Утверждаю

Директор МКОУ «Ключевская сош им.А.П.Бирюкова»\_\_\_\_\_\_\_Ворошнина С.В.

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Кефир**

**Наименование сырья**

**Расход сырья и полуфабрикатов**

 1 порц 100 порц

 Брутто, г Нетто, г Брутто, кг Нетто, кг

Кефир 200 200 20 20

Выход готового блюда - 200

**Технология приготовления с указанием процессов приготовления и технологических режимов**

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

Калорийность 56

Белки 3

Жиры 3

Углеводы 4

ВитаминА 20 Кальций 120 Магний 14 ВитаминС 1 Фосфор 95

**Свойства блюда:**

**Свойство Значение**

Основной продукт Кисломолочка

Утверждаю:

*Приложение 5 к СанПиН 2.4.5.2409-08*

Утверждаю

Директор МКОУ «Ключевская сош им.А.П.Бирюкова»\_\_\_\_\_\_\_Ворошнина С.В.

**Технологическая карта №**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Каша ячневая молочная**

Номер рецептуры: № 31

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур 1983 г., раздел «Каши»

|  |  |
| --- | --- |
|   Наименование  сырья | Расход сырья и полуфабрикатов |
| 1 порция | 100 порций |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, кг | Нетто, кг |
| Крупа ячневая | 30 | 30 | 3 | 3 |
| Молоко | 150 | 150 | 15 | 15 |
| Сахар | 5 | 5 | 0,5 | 0,5 |
| Масло сливочное | 5 | 5 | 0,5 | 0,5 |
| Выход |   | 200 |   |   |

|  |
| --- |
|  **Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию** |
| Белки (г) | 4,2 | Ca | 200 | A |  |
| Жиры (г) | 5,8 | Fe | 0,8 | E |  |
| Углеводы (г) | 30,6 | Р |  | C | 0,01 |
| Эн.ценность (ккал): | 238,2 | Mg |   | B1 |  |

Технология приготовления:

Крупу ячневую перебрать, засыпать в кипящую воду, довести до кипения, воду слить, добавить немного кипятку и варить до полуготовности. Затем добавить горячее молоко, соль, сахар, и варить на слабом огне до готовности. Перед снятием с огня добавить сливочное масло.

Утверждаю

Директор МКОУ «Ключевская сош им.А.П.Бирюкова»\_\_\_\_\_\_\_Ворошнина С.В.

|  |
| --- |
| **ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № \_\_\_\_\_**  |
| Наименование кулинарного изделия (блюда):  | **СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ**  |
| **Наименование сырья**  | **Расход сырья и полуфабрикатов**  |
| **1 порц.**  | **100 порц.**  |
| **брутто, г**  | **нетто, г**  | **брутто, кг**  | **нетто, кг**  |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ  | 52,5  | 42  | 5,25  | 4,2  |
| КАРТОФЕЛЬ  | 60  | 43,2  | 6  | 4,32  |
| МОРКОВЬ КРАСНАЯ  | 7,5  | 6  | 0,75  | 0,6  |
| ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)  | 8,1  | 6  | 0,81  | 0,6  |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ  | 14,4  | 12  | 1,44  | 1,2  |
| ФАСОЛЬ  | 9  | 9  | 0,9  | 0,9  |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ  | 6  | 6  | 0,6  | 0,6  |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 225  | 225  | 22,5  | 22,5  |
| ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ  | 60  | 45  | 6  | 4,5  |
| **Выход: 250**  |
| ***Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:***  |
| Белки, г  | 11,6  | С, мг  | 13,1  | Са, мг  | 56,7  |
| Жиры, г  | 10,5  | А, мкг рет. экв.  | 126,3  | Р, мг  | 155,2  |
| Углеводы, г  | 13,8  | E, мг  | 0,4  | Mg, мг  | 38,1  |
| Энергетическая ценность, ккал  | 202,5  | Д, мкг  | 0,1  | Fе, мг  | 2,6  |
| В1, мг  | 0,1  | Zn, мг  | 2,0  |
| В2, мг  | 0,1  | I, мкг  | 7,4  |
| B12, мкг  | 1,2  |
| B6, мкг  | 0,4  |
| РР, мг  | 2,8  |
| Фолиевая кислота, мкг  | 14,5  |
| ***Технология приготовления:***  |
| Подготовленную капусту белокочанную нарезают шашками, картофель - кубиками, морковь, корень петрушки, лук - мелкими кубиками. Измельченные морковь, корень петрушки, лук припускают в небольшом количестве бульона с добавлением масла сливочного в течение 10-15мин. В кипящий бульон закладывают капусту белокочанную, доводят до кипения, добавляют припущенные морковь, корень петрушки, лук и варят суп на медленном огне до готовности. За 5-10мин до окончания варки кладут предварительно сваренную фасоль, соль. Температура подачи 60-65 градусов. Срок реализации не более 2-х часов с момента приготовления.  |
| ***Источник рецептуры:***  |
| Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста в организованный коллективах (к ГОСТ 30390-95/ГОСТ Р 50763-95), Москва, 2006г, рецептура№110  |

Утверждаю

Директор МКОУ «Ключевская сош им.А.П.Бирюкова»\_\_\_\_\_\_\_Ворошнина С.В.

**Технологическая карта №**

Наименование сборника рецептур: Л.А.Мостовая

Наименование изделия: Мясо отварное

Номер рецептуры: 79

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сборника рецептур: Л.А.Мостовая Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порция  |
| Брутто, г  | Нетто, г  |
| Мясо  | 100  | 70  |
| Лук репчатый  | 3  | 2  |
| Морковь  | 3  | 2  |
| Выход:  | 44  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Химический состав данного блюда Пищевые вещества  | Минер. вещества, мг  | Витамины, мг  |
| Белки, г  | Жиры, г  | Углеводы, г  | Энерг. ценность, ккал  | Са  | Fe  | В1  | В2  | С  |
| 10,195  | 9,637  | 0,302  | 128,645  | 7,460  | 1,920  | 0,044  | 0,106  | 0,300  |

Технология приготовления: Мясо нарезают на куски 2 кг и варят в небольшом количестве воды (на 1 кг – 1,5 л). Отварное мясо нарезают на порционные куски, складывают на противень, добавляют немного бульона и ставят на 3-5 минут в жарочный шкаф. Подают с овощными гарнирами или рассыпчатыми кашами, соусами.

Утверждаю

Директор МКОУ «Ключевская сош им.А.П.Бирюкова»\_\_\_\_\_\_\_Ворошнина С.В.

**Технологическая карта №**

Наименование сборника рецептур: Л.А.Мостовая

**Рагу из овощей**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование продукта | Норма расхода продуктов на 1 порцию массой нетто 100 г |
| Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Картофель свежий продовольственный | 28,6 | 20 |
| Морковь столовая свежая | 22,8 | 18,2 |
| Капуста  | 10,2 | 10,2 |
| Лук репчатый свежий | 23,8 | 20 |
| Вода питьевая | 30 | 30 |
| Томат-паста | 2,4 | 2,4 |
| Масло сливочное | 0,9 | 0,9 |
| Мука Пшеничная  | 1,5 | 1,5 |
| Морковь столовая свежая | 3 | 2,4 |
| Лук репчатый свежий | 1,4 | 1,2 |
| Сахар-песок | 0,75 | 0,75 |
| Масло растительное | 4 | 4 |
| Чеснок | 0,4 | 0,3 |
| Соль обогащенная с пониженным содержанием натрия | 0,25 | 0,25 |
| **Выход:** | **-** | **100** |

 В 100 граммах данного блюда содержится:

|  |
| --- |
| Пищевые вещества, г |
| Белки | Жиры | Углеводы |
| 1,78 | 4,61 | 7,48 |

|  |
| --- |
| Минеральные вещества, мг |
| Ca | Mg | P | Fe |
| 22,6 | 19,85 | 46,53 | 0,71 |

|  |
| --- |
| Витамины, мг |
| A | B1 | B2 | PP | C | E |
| 0 | 0,05 | 0,05 | 0,61 | 5,96 | 1,98 |

|  |
| --- |
| Энергетическая ценность (ккал) |
| 85,38 |

 **Технология приготовления:** овощи промывают под проточной водой. Картофель свежий очищенный (полуфабрикат сульфитированный) помещают в кипящую воду, доводят до кипения и кипятят в течении 5-7 минут, отвар сливают. Подготовленные картофель, морковь, очищенные нарезают кубиками или дольками, лук репчатый очищенный шинкуют. Подготовленные овощи припускают по отдельности в небольшом количестве воды с добавлением масла сливочного.

Капусту цветную замороженную, не размораживая, варят в воде. Затем картофель и овощи припущенные соединяют, добавляют соус красный основной и тушат в течение 10-15 мин. После этого к овощам добавляют замороженную тыкву, капусту цветную отварную и продолжают тушить 15-20 мин при слабом кипении. За 5-10 мин до готовности добавляют горошек зеленый консервированный, предварительно прокипяченный в собственном отваре в течение 5 мин, чеснок свежий, растертый с солью, соль и тушат до готовности.

Для приготовления соуса красного основного очищенные морковь, лук репчатый, нарезают мелкой соломкой и припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла сливочного в течение 10-15 минут, затем вводят томат-пасту и при слабом кипении припускают еще 10-15 минут. Муку пшеничную просеивают и подсушивают при температуре 150-160°С, периодически помешивая, в наплитной посуде или на противне в жарочном шкафу слоем не более 4 см до приобретения светло-желтого цвета до температуры 70-80°С и разводят теплой водой в соотношении 1:4, тщательно размешивают и вводят в кипящую воду, затем добавляют припущенные с томат-пастой овощи и при слабом кипении варят в течение 45-60 минут. В конце варки добавляют соль, сахар-песок. Соус процеживают, протирая в него разварившиеся овощи и доводят до кипения.

**Температура подачи:**  65±5°С.

**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления.

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование кулинарного изделия (блюда):  | **БОРЩ С ФАСОЛЬЮ**  |
| **Наименование сырья**  | **Расход сырья и полуфабрикатов**  |
| **1 порц.**  | **100 порц.**  |
| **брутто, г**  | **нетто, г**  | **брутто, кг**  | **нетто, кг**  |
| СВЕКЛА  | 60  | 48  | 6  | 4,8  |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ  | 30  | 24  | 3  | 2,4  |
| ФАСОЛЬ  | 12  | 12  | 1,2  | 1,2  |
| МОРКОВЬ КРАСНАЯ  | 15  | 12  | 1,5  | 1,2  |
| ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)  | 3,9  | 3  | 0,39  | 0,3  |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ  | 15  | 12,6  | 1,5  | 1,26  |
| ТОМАТНОЕ ПЮРЕ  | 9  | 9  | 0,9  | 0,9  |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ  | 6  | 6  | 0,6  | 0,6  |
| САХАР ПЕСОК  | 1,8  | 1,8  | 0,18  | 0,18  |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ  | 6  | 6  | 0,6  | 0,6  |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ  | 240  | 240  | 24  | 24  |
| ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ  | 60  | 45  | 6  | 4,5  |
| **Выход: 250**  |
| ***Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:***  |
| Белки, г  | 12,1  | С, мг  | 9,2  | Са, мг  | 73,0  |
| Жиры, г  | 11,0  | А, мкг рет. экв.  | 239,9  | Р, мг  | 168,9  |
| Углеводы, г  | 14,6  | E, мг  | 0,6  | Mg, мг  | 44,6  |
| Энергетическая ценность, ккал  | 215,5  | Д, мкг  | 0,1  | Fе, мг  | 2,8  |
| В1, мг  | 0,1  | Zn, мг  | 1,9  |
| В2, мг  | 0,1  | I, мкг  | 8,3  |
| B12, мкг  | 1,2  |
| B6, мкг  | 0,2  |
| РР, мг  | 2,4  |
| Фолиевая кислота, мкг  | 15,3  |
| ***Технология приготовления:***  |
| Подготовленную капусту белокочанную свежую нарезают шашками. Свеклу свежую промытую неочищенную варят до готовности, охлаждают, очищают от кожицы и нарезают тонкой соломкой. Морковь, лук репчатый, корень петрушки шинкуют и припускают в масле сливочном с добавлением небольшого количества воды в течение 5-7 минут затем добавляют томат - пюре и припускают еще 5-10мин. В кипящий бульон или воду закладывают нарезанную шашками капусту и варят в течение от 10 до 15мин, затем кладут измельченную свеклу вареную, припущенные томат - пюре, морковь, лук репчатый, корень петрушки и варят до готовности. За 5-10мин до окончания варки добавляют фасоль предварительно сваренную до готовности, сахар - песок, соль поваренную йодированную. Готовый борщ заправляют сметаной и вновь доводят до кипения. температура подачи от 60 до 65 градусов Срок реализации не более 3-х часов с момента приготовления.  |
| ***Источник рецептуры:***  |
| Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста в организованный коллективах (к ГОСТ 30390-95/ГОСТ Р 50763-95), Москва, 2006г, рецептура№90  |

Утверждаю

Директор МКОУ «Ключевская сош им.А.П.Бирюкова»\_\_\_\_\_\_\_Ворошнина С.В.

**Технологическая карта №**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ**

Номер рецептуры: № 46  **КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ.**

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

**1. Область применения**

Настоящая технологическая карта распространяется на салат из свежей капусты с яблоками, вырабатываемый МКП «Комбинат питания здоровое детство» и реализуемый в общеобразовательных учреждениях.

**2. Требования к сырью**

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

**3. Рецептура**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
|  | 1 порция | 100 порций |
|  | брутто, гр. | нетто, гр. | брутто, кг. | нетто, кг. |
| Капуста свежая  | 56,3 | 45,0 | 5,63 | 4,50 |
| Морковь  | 18,8 | 15,0 | 1,88 | 1,50 |
| Яблоки свежие  | 3,57 | 2,5 | 3,57 | 2,50 |
| Лук репчатый  | 6,0 | 5,0 | 0,6 | 0,5 |
| Чеснок  | 1,2 | 1,0 | 0,12 | 0,10 |
| Сахар  | 5,0 | 5,0 | 0,5 | 0,5 |
| Масло растительное  | 5,0 | 5,0 | 0,5 | 0,5 |
| Соль  | 2,0 | 2,0 | 0,2 | 0,2 |
| Выход  | 100,0 | 10,0 |

**4.Химический состав, витамины и микроэлементы**

|  |
| --- |
|  В 100 граммах данного блюда содержится |
| Пищевые вещества г. | Минеральные вещества мг. |  |
| Белки | Жиры  | Углеводы | Са | Mg | P | Fe |
| 1,54 | 0,11 | 10,91 | 47,54 | 19,09 | 35,38 | 0,73 |
| Витамины |  |
| А,мг. | В1,мг. | В2,мг. | В5,мг. | В 6,мг. | В9,мкг. | В12,мкг. | С,мг. | D,мкг. | Е,мг | Н,мкг. | РР,мг |
| 1,83 | 0,03 | 0,04 | - | 0,09 | 8,54 | - | 29,45 | - | 0,20 | 0,14 | 0,66 |

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 48,12

**5. Технологический процесс**

Подготовленную капусту белокочанную свежую мелко шинкуют, морковь свежую натирают на терке или мелко шинкуют соломкой. У яблок удаляют семенные гнезда, нарезают соломкой. Подготовленные овощи соединяют, добавляют сахар-песок, масло растительное и перемешивают.

**6. Требования к оформлению, реализации и хранению**

Изготовление салатов и их заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Не заправленные салаты допускается хранить не более 3 часов в холодильнике при температуре +4/-2 градусов. Хранение заправленных салатов не допускается, согласно СанПиН 2.4.5.2409-08.Примечание: Лук репчатый допускается из урожая прошлого года до 1марта.

**6.1. Органолептические показатели качества:**

Внешний вид — эстетично оформленный, повышающий аппетит.

Цвет — цвет соответствует рецептурным компонентам.

Вкус и запах — приятный аромат свежеприготовленного салата из свежей капусты с яблоками, вкус характерный для рецептурного компонента, без посторонних привкусов и запахов.

Утверждаю

Директор МКОУ «Ключевская сош им.А.П.Бирюкова»\_\_\_\_\_\_\_Ворошнина С.В.

**Технологическая карта №**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ.**

Номер рецептуры: № 208

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

**1. Область применения**

Настоящая технологическая карта распространяется на лапшевник с творогом, вырабатываемый МКП «Комбинат питания здоровое детство» и реализуемый в общеобразовательных учреждениях.

**2. Требования к сырью**

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества и п

**3. Рецептура**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
|  | 1 порция | 100 порций |
|  | брутто, гр. | нетто, гр. | брутто, кг. | нетто, кг. |
| Макаронные изделия | 37,5 | 37,5 | 3,75 | 3,75 |
| Вода  | 83 | 83 | 8,3 | 8,3 |
| Творог  | 51 | 50 | 5,1 | 5,0 |
| Сахар  | 5 | 5 | 0,5 | 0,5 |
| Масло растительное | 3 | 3 | 0,3 | 0,3 |
| Сметана  | 3 | 3 | 0,3 | 0,3 |
| Яйцо  | 1/4 | 10 | 1/400 | 1,0 |
| Соль  | 3 | 3 | 0,3 | 0,3 |
| Сухари панировочные  | 3 | 3 | 0,3 | 0,3 |
| Масса полуфабриката  |  | 175 |  | 17,5 |
| Масса готового лапшевника |  | 150 |  | 15,0 |
| Масло сливочное  | 5 | 5 | 0,5 | 0,5 |
| Сметана  | 20 | 20 | 2,0 | 2,0 |
| Молоко сгущенное  | 20 | 20 | 2,0 | 2,0 |
| Выход  | 120/20 | 12,0/2,0 |

**4.Химический состав, витамины и микроэлементы**

|  |
| --- |
|  В 120/20 граммах данного блюда содержится |
| Пищевые вещества г. | Минеральные вещества мг. |  |
| Белки | Жиры  | Углеводы | Са | Mg | P | Fe |
| 5,58 | 10,30 | 4,91 | 65,70 | 8,55 | 80,74 | 0,27 |
| Витамины |  |
| А,мг. | В1,мг. | В2,мг. | В5,мг. | В 6,мг. | В9,мкг. | В12,мкг. | С,мг. | D,мкг. | Е,мг | Н,мкг. | РР,мг |
| 0,10 | 0,01 | 0,12 | - | 0,01 | 1,80 | 0,10 | 0,36 | 0,14 | 0,85 | 1,71 | 0,12 |

Энергетическая ценность (ккал) на 120/20 гр. данного блюда: 133,89

**5. Технологический процесс**

Макаронные изделия отваривают не откидывая. Творог протирают, добавляют яйцо (яйца предварительно обрабатываются согласно СанПиН 2.4.5.2409-08), сахар, соль хорошо вымешивают. Смесь соединяют с отварными макаронами, выкладывают на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень слоем не более 3-4 см, поверхность разравнивают, сверху смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу в течение 20-30 минут при t 220-280 С.

**6. Требования к оформлению, реализации и хранению**

Отпускают с маслом или со сметаной или со сгущенным молоком. Температура подачи +650С. Срок реализации – 2 часа с момента приготовления. Срок годности согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 – 2 часа с момента приготовления. Подогрев остывших ниже температуры раздачи готовых горячих блюд

**6.1. Органолептические показатели качества:** Внешний вид — поверхность ровная, без трещин, консистенция однородная. Цвет — характерный для рецептурных компонентов. Вкус и запах — запах свойственный отварной вермишели и сливочного масла, вкус характерный для рецептурных компонентов, без посторонних привкусов и запахов.