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.