

Источник рецептуры: Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для
школьного питания, ООО Фирма "Партнер", часть 1, Уфа, 2016 г.

81

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 440,34

Наименование блюда (изделия): Киш с рыбой и рисом

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри ката	Масса готового продукта	Масса на порций
Филе минтая	86,315 (г)	82	0,082	
Соль йодированная	0,8 (г)	0,8	0,0008	
Яйцо куриное пищевое столовое 1 категории	0,37 (шт54)	19,99998	0,37037	
Молоко питьевое пастеризованное, фасованное	10 (г)	10	0,01	
Масло подсолнечное	4 (г)	4	0,004	
Соль йодированная	0,8 (г)	0,8	0,0008	
Сыр полутвердый "Голландский" с массовой долей жира 45%	5 (г)	5	0,005	
Крупа рисовая	35,7 (г)	35,7	0,0357	
*Вода	75	75	0,075	
Масло сливочное "Крестьянское" с м.д.ж. 72,5%	5 (г)	5	0,005	
Лук репчатый	11,905 (г)	10	0,01	
Выход готового блюда	-	200		

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Филе минтая размораживают, нарезают на порционные куски, солят, припускают. Крупу рисовую отваривают. Лук нарезают, пассеруют. Все соединяют, выкладывают на смазанный растительным маслом разогретый противень, сверху заливают омлетной смесью из яиц, молока, соли и посыпают тертым сыром, запекают до готовности.
Перед употреблением яйца промывают сначала теплой водой с 1-2 %-м содержанием кальцинированной соды, затем 0,5 %-м раствором хлорамина, после чего ополаскивают чистой водой не менее 5 минут.

Температура при подаче должна быть не ниже 65 °С. Срок реализации - 2 часа с момента приготовления.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – куски филе рыбы, сохранившие форму.
Цвет – филе рыбы – от белого до серого.
Консистенция – мягкая, сочная.
Вкус и запах – свойственный продуктам, входящим в блюдо, в меру соленый.

Информация о пищевой ценности

Калорийность (Ккал)	317,29	Витамин D (мкг)	0,72	Цинк (мг)	
Белки (г)	19,97	Витамин К (мкг)		Омега 6 (г)	
Жиры (г)	13,71	Витамин Е (мг)		Омега 3 (г)	
Углеводы (г)	28,2	Витамин В2 (мг)		Йод (мкг)	128
Витамин С (мг)	1,58	Кальций (мг)	118,84	Пищевые волокна (г)	
РЭ (мкг)		Фосфор (мг)	335,13	Витамин А (мкг)	96,8
Магний (мг)		Са (мг)		Фенилаланин (мг)	0,91
Витамин В1 (мг)	0,14	Магний (мг)	71,25	Йод (мкг)	
Витамин В2 (мг)	0,23	Калий (мг)	447	Холестерин (мг)	
Фосфор (мг)		Калий (мг)		Селен (мкг)	25,49
Витамин С (мг)		Натрий (мг)		цинк (мг)	
Витамин В6 (мг)		Хлориды (мг)		Фтор (мкг)	608
Витамин Е (мг)	2,36	Витамин А (мкг)		Белки жив.происхожд (г)	
Витамин В1 (мг)		Селен (мкг)		Витамин Д (мкг)	
Fe (мг)		Железо (мг)	1,69	В-каротин (мкг)	

Зав. производством

Технолог



Источник рецептуры: Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для
школьного питания, ООО Фирма "Партнер", часть 1, Уфа, 2016 г.

81

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 440,35

Наименование блюда (изделия): Киш с рыбой и рисом

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри ката	Масса готового продукта	Масса на ____ порций
Филе минтая	94,947 (г)	90,2	0,0902	
Соль йодированная	0,88 (г)	0,88	0,00088	
Яйцо куриное пищевое столовое 1 категории	0,407 (шт54)	21,999978	0,407407	
Молоко питьевое пастеризованное, фасованное	11 (г)	11	0,011	
Масло подсолнечное	4,4 (г)	4,4	0,0044	
Соль йодированная	0,88 (г)	0,88	0,00088	
Сыр полутвердый "Голландский" с массовой долей жира 45%	5,5 (г)	5,5	0,0055	
Крупа рисовая	39,27 (г)	39,27	0,03927	
*Вода	82,5	82,5	0,0825	
Масло сливочное "Крестьянское" с м.д.ж. 72,5%	5,5 (г)	5,5	0,0055	
Лук репчатый	13,096 (г)	11	0,011	
Выход готового блюда	-	220		

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Филе минтая размораживают, нарезают на порционные куски, солят, припускают. Крупу рисовую отваривают. Лук нарезают, пассеруют. Все соединяют, выкладывают на смазанный растительным маслом разогретый противень, сверху заливают омлетной смесью из яиц, молока, соли и посыпают тертым сыром, запекают до готовности.
Перед употреблением яйца промывают сначала теплой водой с 1-2 %-м содержанием кальцинированной соды, затем 0,5 %-м раствором хлорамина, после чего ополаскивают чистой водой не менее 5 минут.

Температура при подаче должна быть не ниже 65 °С. Срок реализации - 2 часа с момента приготовления.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – куски филе рыбы, сохранившие форму.
Цвет – филе рыбы – от белого до серого.
Консистенция – мягкая, сочная.
Вкус и запах – свойственный продуктам, входящим в блюдо, в меру соленый.

Информация о пищевой ценности

Белки (г)	21,97	Витамин D (мкг)	0,79	Цинк (мг)	
Жиры (г)	15,08	Витамин К (мкг)		Омега 6 (г)	
Калорийность (Ккал)	349,01	Витамин Е (мг)		Омега 3 (г)	
Углеводы (г)	31,02	Витамин В2 (мг)		Йод (мкг)	141
Витамин С (мг)	1,73	Кальций (мг)	130,73	Пищевые волокна (г)	
РЭ (мкг)		Фосфор (мг)	368,64	Витамин А (мкг)	106,48
Магний (мг)		Са (мг)		Фенилаланин (мг)	1
Витамин В1 (мг)	0,16	Магний (мг)	78,38	Йод (мкг)	
Витамин В2 (мг)	0,26	Калий (мг)	491	Холестерин (мг)	
Фосфор (мг)		Калий (мг)		Селен (мкг)	28,04
Витамин С (мг)		Натрий (мг)		цинк (мг)	
Витамин В6 (мг)		Хлориды (мг)		Фтор (мкг)	669
Витамин Е (мг)	2,59	Витамин А (мкг)		Белки жив.происхожд (г)	
Витамин В1 (мг)		Селен (мкг)		Витамин Д (мкг)	
Fe (мг)		Железо (мг)	1,86	В-каротин (мкг)	

Зав. производством

Технолог



Источник рецептуры Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для детского питания, ООО "Фирма Партнер", часть 2, Уфа, 2015

283

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 283,19

Наименование блюда (изделия): Чай витаминный с плодами шиповника

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри ката	Масса готового продукта	Масса на порций
Чай	0,4 (г)	0,4	0,0004	
Сахар-песок	10 (г)	10	0,01	
*Вода	190	190	0,19	
Шиповник сушеный	5 (г)	5	0,005	
Выход готового блюда	-	200		

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Емкость для заварки ополаскивают горячей водой, насыпают сухой чай на определенное количество порций, заливают кипятком примерно на 1/3 объема емкости, настаивают 5-10 мин. Плоды шиповника промывают проточной водой, заливают кипятком и варят 10-15 минут, и настаивают 5-7 минут, затем процеживают, соединяют с заваркой, добавляют сахар. Доливают кипятком до требуемого объема. Температура при подаче должна быть не ниже 75 °С. Срок реализации - 2 часа с момента приготовления.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – жидкость золотисто-коричневого цвета.
Цвет – золотисто-коричневый.
Консистенция – жидкая.
Вкус и запах – чуть терпкий, сладкий, свойственный чаю.

Информация о пищевой ценности

Калорийность (Ккал)	54,1	Витамин D (мкг)		Цинк (мг)	
Белки (г)	0,17	Витамин К (мкг)		Омега 6 (г)	
Жиры (г)	0,07	Витамин Е (мг)		Омега 3 (г)	
Углеводы (г)	12,4	Витамин В2 (мг)		Йод (мкг)	
Витамин С (мг)	50	Кальций (мг)	3,3	Пищевые волокна (г)	
РЭ (мкг)		Фосфор (мг)	0,85	Витамин А (мкг)	40,85
Магний (мг)		Са (мг)		Фенилаланин (мг)	
Витамин В1 (мг)		Магний (мг)	0,85	Йод (мкг)	
Витамин В2 (мг)	0,02	Калий (мг)	3	Холестерин (мг)	
Фосфор (мг)		Калий (мг)		Селен (мкг)	
Витамин С (мг)		Натрий (мг)		цинк (мг)	
Витамин В6 (мг)		Хлориды (мг)		Фтор (мкг)	
Витамин Е (мг)	0,19	Витамин А (мкг)		Белки жив.происхожд (г)	
Витамин В1 (мг)		Селен (мкг)		Витамин Д (мкг)	
Fe (мг)		Железо (мг)	0,18	В-каротин (мкг)	

Зав. производством Неф

Технолог АИ

" " 20 г

Источник рецептуры Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для
детского питания, ООО "Фирма Партнер", часть 2, Уфа, 2015

292

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 293,11

Наименование блюда (изделия): Напиток из плодов шиповника

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри ката	Масса готового продукта	Масса на порций
Шиповник сушеный	10 (г)	10	0,01	
Сахар-песок	10 (г)	10	0,01	
*Вода	200	200	0,2	
Выход готового блюда	-	200		

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Подготовленные сухофрукты сортируют по видам, заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар и варят до готовности. Груши сушеные в зависимости от вида варят 1-2 ч, яблоки - 20-30 мин, урюк, курагу - 10-20 мин, изюм - 5-10 мин. Компот из плодов или ягод сушеных готовят накануне, для того чтобы он настоялся. Температура при подаче должна быть не выше 14 °С.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – сухофрукты не переварены, уложены в стакан и залиты отваром.
Цвет – от светло до темно-коричневого в зависимости от набора сухофруктов.
Консистенция – жидкая, с наличием хорошо проваренных фруктов.
Вкус и запах – сладкий или кисло-сладкий, с ароматом использованных плодов и ягод.

Информация о пищевой ценности

Белки (г)	0,34	Витамин D (мкг)		Цинк (мг)	
Жиры (г)	0,14	Витамин K (мкг)		Омега 6 (г)	
Калорийность (Ккал)	68,3	Витамин E (мг)		Омега 3 (г)	
Углеводы (г)	14,81	Витамин B2 (мг)		Йод (мкг)	
Витамин C (мг)	100	Кальций (мг)	6,3	Пищевые волокна (г)	
РЭ (мкг)		Фосфор (мг)	1,7	Витамин A (мкг)	81,7
Магний (мг)		Ca (мг)		Фенилаланин (мг)	
Витамин B1 (мг)	0,01	Магний (мг)	1,7	Йод (мкг)	
Витамин B2 (мг)	0,03	Калий (мг)	5	Холестерин (мг)	
Фосфор (мг)		Калий (мг)		Селен (мкг)	
Витамин C (мг)		Натрий (мг)		цинк (мг)	
Витамин B6 (мг)		Хлориды (мг)		Фтор (мкг)	
Витамин E (мг)	0,38	Витамин A (мкг)		Белки жив.происхожд (г)	
Витамин B1 (мг)		Селен (мкг)		Витамин D (мкг)	
Fe (мг)		Железо (мг)	0,33	В-каротин (мкг)	

Зав. производством Жу

Технолог А

Источник рецептуры

Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для
школьного питания, ООО Фирма "Партнер", часть 1, Уфа, 2016 г.

81

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 440,36

Наименование блюда (изделия): Мясо птицы, запеченное в яйце

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри ката	Масса готового продукта	Масса на порций
Полуфабрикат натуральный из мяса птицы б/к	67,629 (г)	65,6	0,0656	
Соль йодированная	0,64 (г)	0,64	0,00064	
Яйцо куриное пищевое столовое 1 категории	0,37 (шт54)	20,000034	0,370371	
Молоко питьевое пастеризованное, фасованное	10,667 (г)	10,667	0,010667	
Масло подсолнечное	2,64 (г)	2,64	0,00264	
Соль йодированная	0,64 (г)	0,64	0,00064	
Выход готового блюда	-	80		

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Мясо птицы размораживают, нарезают на куски, солят, припускают. Затем выкладывают на смазанный растительным маслом разогретый противень, сверху заливают омлетной смесью из яиц, молока, соли и запекают до готовности.

Перед употреблением яйца промывают сначала теплой водой с 1-2 %-м содержанием кальцинированной соды, затем 0,5 %-м раствором хлорамина, после чего ополаскивают чистой водой не менее 5 минут.

Температура при подаче должна быть не ниже 65 °С. Срок реализации - 2 часа с момента приготовления.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – мясо птицы, сохранившие форму.

Цвет – от белого до серого.

Консистенция – мягкая, сочная.

Вкус и запах – свойственный продуктам, входящим в блюдо, в меру соленый.

Информация о пищевой ценности

Калорийность (Ккал)	232,75	Витамин D (мкг)	0,45	Цинк (мг)	
Белки (г)	17,15	Витамин К (мкг)		Омега 6 (г)	
Жиры (г)	17,94	Витамин Е (мг)		Омега 3 (г)	
Углеводы (г)	0,9	Витамин В2 (мг)	0,1	Йод (мкг)	7
Витамин С (мг)	1,45	Кальций (мг)	37,69	Пищевые волокна (г)	
РЭ (мкг)		Фосфор (мг)	153,01	Витамин А (мкг)	80,59
Магний (мг)		Са (мг)		Фенилаланин (мг)	0,58
Витамин В1 (мг)	0,08	Магний (мг)	16,64	Йод (мкг)	
Витамин В2 (мг)	0,1	Калий (мг)	198	Холестерин (мг)	
Фосфор (мг)		Калий (мг)		Селен (мкг)	6,25
Витамин С (мг)		Натрий (мг)		цинк (мг)	
Витамин В6 (мг)		Хлориды (мг)		Фтор (мкг)	98
Витамин Е (мг)	1,48	Витамин А (мкг)		Белки жив.происхожд (г)	
Витамин В1 (мг)		Селен (мкг)		Витамин Д (мкг)	
Fe (мг)		Железо (мг)	1,4	В-каротин (мкг)	

Зав. производством

Технолог

" " 20__ г.

Источник рецептуры

Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для
школьного питания, ООО Фирма "Партнер", часть 1, Уфа, 2016 г.

81

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 440,32

Наименование блюда (изделия): Мясо птицы, запеченное в яйце

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри ката	Масса готового продукта	Масса на ____ порций
Полуфабрикат натуральный из мяса птицы б/к	50,722 (г)	49,2	0,0492	
Соль йодированная	0,48 (г)	0,48	0,00048	
Яйцо куриное пищевое столовое 1 категории	0,278 (шт54)	15,000012	0,277778	
Молоко питьевое пастеризованное, фасованное	8 (г)	8	0,008	
Масло подсолнечное	1,98 (г)	1,98	0,00198	
Соль йодированная	0,48 (г)	0,48	0,00048	
Выход готового блюда	-	60		

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Мясо птицы размораживают, нарезают на куски, солят, припускают. Затем выкладывают на смазанный растительным маслом разогретый противень, сверху заливают омлетной смесью из яиц, молока, соли и запекают до готовности.

Перед употреблением яйца промывают сначала теплой водой с 1-2 %-м содержанием кальцинированной соды, затем 0,5 %-м раствором хлорамина, после чего ополаскивают чистой водой не менее 5 минут.

Температура при подаче должна быть не ниже 65 °С. Срок реализации - 2 часа с момента приготовления.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – мясо птицы, сохранившие форму.

Цвет – от белого до серого.

Консистенция – мягкая, сочная.

Вкус и запах – свойственный продуктам, входящим в блюдо, в меру соленый.

Информация о пищевой ценности

Белки (г)	12,86	Витамин D (мкг)	0,33	Цинк (мг)	
Жиры (г)	13,45	Витамин К (мкг)		Омега 6 (г)	
Калорийность (Ккал)	174,56	Витамин Е (мг)		Омега 3 (г)	
Углеводы (г)	0,68	Витамин В2 (мг)	0,07	Йод (мкг)	5
Витамин С (мг)	1,09	Кальций (мг)	28,27	Пищевые волокна (г)	
РЭ (мкг)		Фосфор (мг)	114,76	Витамин А (мкг)	60,44
Магний (мг)		Са (мг)		Фенилаланин (мг)	0,44
Витамин В1 (мг)	0,06	Магний (мг)	12,48	Йод (мкг)	
Витамин В2 (мг)	0,08	Калий (мг)	149	Холестерин (мг)	
Фосфор (мг)		Калий (мг)		Селен (мкг)	4,69
Витамин С (мг)		Натрий (мг)		цинк (мг)	
Витамин В6 (мг)		Хлориды (мг)		Фтор (мкг)	74
Витамин Е (мг)	1,11	Витамин А (мкг)		Белки жив.происхожд (г)	
Витамин В1 (мг)		Селен (мкг)		Витамин Д (мкг)	
Fe (мг)		Железо (мг)	1,05	В-каротин (мкг)	

Зав. производством

Технолог

" " 20 г

Источник рецептуры: Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для
школьного питания, ООО Фирма "Партнер", часть 1, Уфа, 2016 г.

53

Технологическая карта № 53,39

Наименование блюда (изделия): Щи из свежей капусты со сметаной

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри- ката	Масса готового продукта	Масса на — порций
Капуста белокочанная	0 (г)	40	0,04	
- с 01.01 (20%)	50	-	0,04	
Картофель	0 (г)	24	0,024	
- с 01.01 (35%)	36,923	-	0,024	
- с 01.03 (40%)	40	-	0,024	
- с 01.05 (40%)	40	-	0,024	
- с 01.08 (20%)	30	-	0,024	
- с 01.09 (25%)	32	-	0,024	
- с 01.11 (30%)	34,286	-	0,024	
Морковь	0 (г)	8	0,008	
- с 01.01 (25%)	10,667	-	0,008	
- с 01.08 (20%)	10	-	0,008	
Лук репчатый	0 (г)	8	0,008	
- с 01.01 (16%)	9,524	-	0,008	
Масло подсолнечное	3,2 (г)	3,2	0,0032	
Соль йодированная	1 (г)	1	0,001	
Сметана с массовой долей жира 15 %	5 (г)	5	0,005	
*Вода	160	160	0,16	
Выход готового блюда	-	205(200/5)		

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Овощи хорошо промывают и очищают. Капусту нарезают соломкой, картофель – брусочками. В кипящий бульон или воду закладывают капусту, доводят до кипения, затем кладут картофель, добавляют пассерованные морковь, лук и варят до готовности. При приготовлении щей из ранней капусты ее закладывают после картофеля. Щи отпускают со сметаной, прошедшей термическую обработку.

Температура при подаче должна быть не ниже 75 °С.

Срок реализации - 2 часа с момента приготовления.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – в жидкой части щей – капуста, нарезанная соломкой, морковь, лук, картофель – кубиками.

Цвет – желтый, жира на поверхности – оранжевый, овощей – натуральный.

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

Вкус и запах – свойственный продуктам, входящим в блюдо, в меру соленый.

Информация о пищевой ценности

Калорийность (Ккал)	74,96	Витамин D (мкг)		Цинк (мг)	
Белки (г)	1,64	Витамин К (мкг)		Омега 6 (г)	
Жиры (г)	4,15	Витамин Е (мг)		Омега 3 (г)	
Углеводы (г)	7,57	Витамин В2 (мг)		Йод (мкг)	3
Витамин С (мг)	24,02	Кальций (мг)	33,58	Пищевые волокна (г)	
РЭ (мкг)		Фосфор (мг)	38,47	Витамин А (мкг)	167,27
Магний (мг)		Са (мг)		Фенилаланин (мг)	0,05
Витамин В1 (мг)	0,05	Магний (мг)	16,71	Йод (мкг)	
Витамин В2 (мг)	0,05	Калий (мг)	292	Холестерин (мг)	
Фосфор (мг)		Калий (мг)		Селен (мкг)	0,25
Витамин С (мг)		Натрий (мг)		цинк (мг)	
Витамин В6 (мг)		Хлориды (мг)		Фтор (мкг)	19
Витамин Е (мг)	1,54	Витамин А (мкг)		Белки жив.происхожд (г)	
Витамин В1 (мг)		Селен (мкг)		Витамин Д (мкг)	
Fe (мг)		Железо (мг)	0,61	В-каротин (мкг)	

Зав. производством

Технолог

" " 20 г

Источник рецептуры

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 667,45

Наименование блюда (изделия): Пюре детское фруктовое

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри ката	Масса готового продукта	Масса на порций
Пюре "Гипопо" 90г в ассортименте	1 (шт90)	90	1	
Выход готового блюда	-	90		

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Продукт отпускается в индивидуальных упаковках. Вся необходимая информация о продукте указана на упаковке.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Срок реализации – в соответствии с указаниями на упаковке.

Цвет – свойственный входящим в состав продуктам.

Вкус и запах – свойственный входящим в состав продуктам, без постороннего вкуса и запаха.

Информация о пищевой ценности

Белки (г)		Витамин D (мкг)		Цинк (мг)	
Жиры (г)		Витамин К (мкг)		Омега 6 (г)	
Калорийность (Ккал)	36	Витамин Е (мг)		Омега 3 (г)	
Углеводы (г)	9	Витамин В2 (мг)		Йод (мкг)	
Витамин С (мг)		Кальций (мг)		Пищевые волокна (г)	
РЭ (мкг)		Фосфор (мг)		Витамин А (мкг)	
Магний (мг)		Са (мг)		Фенилаланин (мг)	
Витамин В1 (мг)		Магний (мг)		Йод (мкг)	
Витамин В2 (мг)		Калий (мг)		Холестерин (мг)	
Фосфор (мг)		Калий (мг)		Селен (мкг)	
Витамин С (мг)		Натрий (мг)		цинк (мг)	
Витамин В6 (мг)		Хлориды (мг)		Фтор (мкг)	
Витамин Е (мг)		Витамин А (мкг)		Белки жив.происхожд (г)	
Витамин В1 (мг)		Селен (мкг)		Витамин Д (мкг)	
Fe (мг)		Железо (мг)		В-каротин (мкг)	

Зав. производством Нез

Технолог АВ

Источник рецептуры Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для
детского питания, ООО "Фирма Партнер", часть 2, Уфа, 2015

214

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 211,61

Наименование блюда (изделия): Макаронные изделия с тертым сыром

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри- ката	Масса готового продукта	Масса на — порций
Макаронные изделия	53,3 (г)	53,3		
Выход готового полуфабриката				
Соль йодированная	1 (г)	1	0,001	
Сыр полутвердый "Голландский" с массовой долей жира 45%	12,3 (г)	11,3	0,0113	
Масло сливочное "Крестьянское" с м.д.ж. 72,5%	7 (г)	7	0,007	
*Вода	322	322	0,322	
Выход готового блюда	-	170		

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды). Сваренные макаронные изделия откидывают на дуршлаг и перемешивают с растопленным сливочным маслом, посыпают тертым сыром непосредственно перед отпуском. Температура при подаче должна быть не ниже 65°C. Срок реализации - 2 часа с момента приготовления.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид — отварные макаронные изделия легко отделяются друг от друга и сохраняют свою форму.

Цвет — от белого до светло-кремового.

Консистенция — мягкая, но упругая.

Вкус и запах — свойственный продуктам, входящим в блюдо, в меру соленый.

Информация о пищевой ценности

Калорийность (Ккал)	270,02	Витамин D (мкг)	0,19	Цинк (мг)	
Белки (г)	9,42	Витамин К (мкг)		Омега 6 (г)	
Жиры (г)	8,99	Витамин Е (мг)		Омега 3 (г)	
Углеводы (г)	37,67	Витамин В2 (мг)		Йод (мкг)	1
Витамин С (мг)	0,08	Кальций (мг)	128,49	Пищевые волокна (г)	
РЭ (мкг)		Фосфор (мг)	116,27	Витамин А (мкг)	58,39
Магний (мг)		Са (мг)		Фенилаланин (мг)	0,43
Витамин В1 (мг)	0,09	Магний (мг)	14,96	Йод (мкг)	
Витамин В2 (мг)	0,07	Калий (мг)	79	Холестерин (мг)	
Фосфор (мг)		Калий (мг)		Селен (мкг)	1,71
Витамин С (мг)		Натрий (мг)		цинк (мг)	
Витамин В6 (мг)		Хлориды (мг)		Фтор (мкг)	12
Витамин Е (мг)	0,91	Витамин А (мкг)		Белки жив.происхожд (г)	
Витамин В1 (мг)		Селен (мкг)		Витамин Д (мкг)	
Fe (мг)		Железо (мг)	0,97	В-каротин (мкг)	

Зав. производством

Технолог

Источник рецептуры Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для
школьного питания, ООО Фирма "Партнер", часть 2, Уфа, 2016 г.

263

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 136,81

Наименование блюда (изделия): Ватрушка французская

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри ката	Масса готового продукта	Масса на порций
Мука пшеничная в/с	28,56 (г)	28,56	0,02856	
Сахар-песок	9,12 (г)	9,12	0,00912	
Масло сливочное "Крестьянское" с м.д.ж. 72,5%	8 (г)	8	0,008	
Творог с массовой долей жира 5% фасованный	40,404 (г)	40	0,04	
Яйцо куриное пищевое столовое 1 категории	0,077 (шт54)	4,131	0,0765	
Выход готового блюда	-	80		

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Сахар, муку, масло сливочное соединяют и растирают – делают посыпку. На противень высыпают 2/3 объема посыпки. сверху ровным слоем выливают начинку, равномерно распределяют по всей поверхности. Затем посыпают остальной посыпкой. Для начинки в творог добавляют яйца и все хорошо перемешивают. Выпекают при 180 °С в течение 20 мин.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – ватрушка французская с посыпкой.

Цвет – золотисто-желтый.

Консистенция – пористость мелкая, равномерная.

Вкус и запах – свойственный изделиям с начинкой, без запаха перекисшего теста.

Информация о пищевой ценности

Белки (г)	12,07	Витамин D (мкг)	0,21	Цинк (мг)	
Жиры (г)	8,65	Витамин K (мкг)		Омега 6 (г)	
Калорийность (Ккал)	249,14	Витамин E (мг)		Омега 3 (г)	
Углеводы (г)	30,4	Витамин B2 (мг)		Йод (мкг)	5
Витамин C (мг)	0,2	Кальций (мг)	75,21	Пищевые волокна (г)	
РЭ (мкг)		Фосфор (мг)	122,89	Витамин A (мкг)	59,94
Магний (мг)		Ca (мг)		Фенилаланин (мг)	0,03
Витамин B1 (мг)	0,07	Магний (мг)	14,27	Йод (мкг)	
Витамин B2 (мг)	0,14	Калий (мг)	88	Холестерин (мг)	
Фосфор (мг)		Калий (мг)		Селен (мкг)	15,06
Витамин C (мг)		Натрий (мг)		цинк (мг)	
Витамин B6 (мг)		Хлориды (мг)		Фтор (мкг)	22
Витамин E (мг)	0,57	Витамин A (мкг)		Белки жив.происхожд (г)	
Витамин B1 (мг)		Селен (мкг)		Витамин D (мкг)	
Fe (мг)		Железо (мг)	0,65	В-каротин (мкг)	

Зав. производством

Технолог

Источник рецептуры: Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для
школьного питания, ООО Фирма "Партнер", часть 2, Уфа, 2016 г.

263

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 136,8

Наименование блюда (изделия): Ватрушка французская

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри ката	Масса готового продукта	Масса на порций
Мука пшеничная в/с	21,42 (г)	21,42	0,02142	
Сахар-песок	6,84 (г)	6,84	0,00684	
Масло сливочное "Крестьянское" с м.д.ж. 72,5%	6 (г)	6	0,006	
Творог с массовой долей жира 5% фасованный	30,303 (г)	30	0,03	
Яйцо куриное пищевое столовое 1 категории	0,057 (шт54)	3,0996	0,0574	
Выход готового блюда	-	60		

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Сахар, муку, масло сливочное соединяют и растирают – делают посыпку. На противень высыпают 2/3 объема посыпки. сверху ровным слоем выливают начинку, равномерно распределяют по всей поверхности. Затем посыпают остальной посыпкой. Для начинки в творог добавляют яйца и все хорошо перемешивают. Выпекают при 180 °С в течение 20 мин.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – ватрушка французская с посыпкой.

Цвет – золотисто-желтый.

Консистенция – пористость мелкая, равномерная.

Вкус и запах – свойственный изделиям с начинкой, без запаха перекисшего теста.

Информация о пищевой ценности

Белки (г)	9,06	Витамин D (мкг)	0,16	Цинк (мг)	
Жиры (г)	6,48	Витамин К (мкг)		Омега 6 (г)	
Калорийность (Ккал)	186,86	Витамин Е (мг)		Омега 3 (г)	
Углеводы (г)	22,8	Витамин В2 (мг)		Йод (мкг)	4
Витамин С (мг)	0,15	Кальций (мг)	56,41	Пищевые волокна (г)	
РЭ (мкг)		Фосфор (мг)	92,17	Витамин А (мкг)	44,96
Магний (мг)		Са (мг)		Фенилаланин (мг)	0,02
Витамин В1 (мг)	0,05	Магний (мг)	10,7	Йод (мкг)	
Витамин В2 (мг)	0,11	Калий (мг)	66	Холестерин (мг)	
Фосфор (мг)		Калий (мг)		Селен (мкг)	11,3
Витамин С (мг)		Натрий (мг)		цинк (мг)	
Витамин В6 (мг)		Хлориды (мг)		Фтор (мкг)	16
Витамин Е (мг)	0,43	Витамин А (мкг)		Белки жив.происхожд (г)	
Витамин В1 (мг)		Селен (мкг)		Витамин Д (мкг)	
Fe (мг)		Железо (мг)	0,49	В-каротин (мкг)	

Зав. производством

Технолог

Источник рецептуры Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для
школьного питания, ООО Фирма "Партнер", часть 2, Уфа, 2016 г.

196

Технологическая карта № 493,45

Наименование блюда (изделия): Каша молочная "Дружба" с маслом

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри ката	Масса готового продукта	Масса на — порций
Крупа рисовая	8,56 (г)	8,56	0,00856	
Крупа пшено шлифованное	10,7 (г)	10,7	0,0107	
Молоко питьевое пастеризованное, фасованное	55,21 (г)	55,21	0,05521	
*Вода	36,81	36,81	0,03681	
Сахар-песок	2,68 (г)	2,68	0,00268	
Соль йодированная	0,5 (г)	0,5	0,0005	
Масло сливочное "Крестьянское" с м.д.ж. 72,5%	3 (г)	3	0,003	
Выход готового блюда	-	110 (107/3)		

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Крупы перебирают, промывают. Рис засыпают в кипящую, подсоленную воду, перемешивают, варят 10-15 мин, заливают горячее кипящее молоко и засыпают пшено, сахар, перемешивают и продолжают варить, периодически помешивая. При отпуске поливают растопленным, доведенным до кипения сливочным маслом. Температура при подаче должна быть не ниже 65 °С. Срок реализации – 2 ч с момента приготовления.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – зерна круп полностью разварившиеся и утратившие форму.

Цвет – кремовый.

Консистенция – жидкая.

Вкус и запах – каши из данного вида крупы, в меру соленый, без признаков затхлости и горечи.

Информация о пищевой ценности

Калорийность (Ккал)	129,35	Витамин D (мкг)	0,07	Цинк (мг)	
Белки (г)	3,48	Витамин К (мкг)		Омега 6 (г)	
Жиры (г)	4,39	Витамин Е (мг)		Омега 3 (г)	
Углеводы (г)	18,83	Витамин В2 (мг)		Йод (мкг)	1
Витамин С (мг)	0,72	Кальций (мг)	72,47	Пищевые волокна (г)	
РЭ (мкг)		Фосфор (мг)	88,36	Витамин А (мкг)	25,97
Магний (мг)		Са (мг)		Фенилаланин (мг)	0,09
Витамин В1 (мг)	0,07	Магний (мг)	21	Йод (мкг)	
Витамин В2 (мг)	0,09	Калий (мг)	113	Холестерин (мг)	
Фосфор (мг)		Калий (мг)		Селен (мкг)	2,16
Витамин С (мг)		Натрий (мг)		цинк (мг)	
Витамин В6 (мг)		Хлориды (мг)		Фтор (мкг)	18
Витамин Е (мг)	0,1	Витамин А (мкг)		Белки жив.происхожд (г)	
Витамин В1 (мг)		Селен (мкг)		Витамин Д (мкг)	
Fe (мг)		Железо (мг)	0,46	В-каротин (мкг)	

Зав. производством Жу

Технолог АА

Источник рецептуры Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для
школьного питания, ООО Фирма "Партнер", часть 2, Уфа, 2016 г.

196

Технологическая карта № 493,47

Наименование блюда (изделия): Каша молочная "Дружба"

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри ката	Масса готового продукта	Масса на порций
Крупа рисовая	10,4 (г)	10,4	0,0104	
Крупа пшено шлифованное	13 (г)	13	0,013	
Молоко питьевое пастеризованное, фасованное	67,1 (г)	67,1	0,0671	
*Вода	44,7	44,7	0,0447	
Сахар-песок	3,3 (г)	3,3	0,0033	
Масло сливочное "Крестьянское" с м.д.ж. 72,5%	3 (г)	3	0,003	
Соль йодированная	0,7 (г)	0,7	0,0007	
Выход готового блюда	-	133 (130/3)		

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Крупы перебирают, промывают. Рис засыпают в кипящую, подсоленную воду, перемешивают, варят 10-15 мин, заливают горячее кипящее молоко и засыпают пшено, сахар, перемешивают и продолжают варить, периодически помешивая. При отпуске поливают растопленным, доведенным до кипения сливочным маслом. Температура при подаче должна быть не ниже 65 °С. Срок реализации - 2 часа с момента приготовления.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – зерна круп полностью разварившиеся и утратившие форму.

Цвет – кремовый.

Консистенция – жидкая.

Вкус и запах – каши из данного вида крупы, в меру соленый, без признаков затхлости и горечи.

Информация о пищевой ценности

Калорийность (Ккал)	153,08	Витамин D (мкг)	0,07	Цинк (мг)	
Белки (г)	4,22	Витамин К (мкг)		Омега 6 (г)	
Жиры (г)	4,87	Витамин Е (мг)		Омега 3 (г)	
Углеводы (г)	22,91	Витамин В2 (мг)		Йод (мкг)	1
Витамин С (мг)	0,87	Кальций (мг)	88,26	Пищевые волокна (г)	
РЭ (мкг)		Фосфор (мг)	107,18	Витамин А (мкг)	28,65
Магний (мг)		Са (мг)		Фенилаланин (мг)	0,12
Витамин В1 (мг)	0,09	Магний (мг)	25,54	Йод (мкг)	
Витамин В2 (мг)	0,11	Калий (мг)	137	Холестерин (мг)	
Фосфор (мг)		Калий (мг)		Селен (мкг)	2,62
Витамин С (мг)		Натрий (мг)		цинк (мг)	
Витамин В6 (мг)		Хлориды (мг)		Фтор (мкг)	22
Витамин Е (мг)	0,11	Витамин А (мкг)		Белки жив.происхожд (г)	
Витамин В1 (мг)		Селен (мкг)		Витамин Д (мкг)	
Fe (мг)		Железо (мг)	0,56	В-каротин (мкг)	

Зав. производством _____

Технолог _____

Источник рецептуры

Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для
школьного питания, ООО Фирма "Партнер", часть 1, Уфа, 2016 г.

61

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 65,08

Наименование блюда (изделия): Суп картофельный с гречневой крупой

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри ката	Масса готового продукта	Масса на порций
Картофель	0 (г)	40	0,04	
- с 01.01 (35%)	61,538	-	0,04	
- с 01.03 (40%)	66,667	-	0,04	
- с 01.05 (40%)	66,667	-	0,04	
- с 01.08 (20%)	50	-	0,04	
- с 01.09 (25%)	53,333	-	0,04	
- с 01.11 (30%)	57,143	-	0,04	
Крупа гречневая	8 (г)	8	0,008	
Морковь	0 (г)	8	0,008	
- с 01.01 (25%)	10,667	-	0,008	
- с 01.08 (20%)	10	-	0,008	
Лук репчатый	0 (г)	8	0,008	
- с 01.01 (16%)	9,524	-	0,008	
Масло подсолнечное	2 (г)	2	0,002	
Соль йодированная	0,5 (г)	0,5	0,0005	
*Вода	170	170	0,17	
Выход готового блюда	-	200		

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Лук мелко рубят, морковь нарезают мелкими кубиками и пассеруют. Картофель нарезают кубиками.
В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, картофель, пассерованные овощи и варят до готовности. За 5-10 минут до окончания варки кладут соль. Температура при подаче должна быть не ниже 75 °С. Срок реализации - 2 часа с момента приготовления.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – в жидкой части супа – картофель и овощи, нарезанные кубиками, крупа – хорошо разварившаяся, но не потерявшая форму.
Цвет – супа – золотистый, жира на поверхности – светло-оранжевый.
Консистенция – овощи – мягкие, крупа хорошо разварилась, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.
Вкус и запах – свойственный продуктам, входящим в блюдо, в меру соленый.

Информация о пищевой ценности

Калорийность (Ккал)	84,58	Витамин D (мкг)		Цинк (мг)	
Белки (г)	2,18	Витамин К (мкг)		Омега 6 (г)	
Жиры (г)	2,53	Витамин Е (мг)		Омега 3 (г)	
Углеводы (г)	13,2	Витамин В2 (мг)		Йод (мкг)	3
Витамин С (мг)	9,2	Кальций (мг)	12,08	Пищевые волокна (г)	
РЭ (мкг)		Фосфор (мг)	56,12	Витамин А (мкг)	161,36
Магний (мг)		Са (мг)		Фенилаланин (мг)	0,09
Витамин В1 (мг)	0,09	Магний (мг)	29,47	Йод (мкг)	
Витамин В2 (мг)	0,05	Калий (мг)	288	Холестерин (мг)	
Фосфор (мг)		Калий (мг)		Селен (мкг)	0,61
Витамин С (мг)		Натрий (мг)		цинк (мг)	
Витамин В6 (мг)		Хлориды (мг)		Фтор (мкг)	21
Витамин Е (мг)	1,03	Витамин А (мкг)		Белки жив.происхожд (г)	
Витамин В1 (мг)		Селен (мкг)		Витамин Д (мкг)	
Fe (мг)		Железо (мг)	1,03	В-каротин (мкг)	

Зав. производством

Технолог