

Умвертсдаго

Директор и.о.и.и.и.



Решетникова А.А.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 8

На: салат из белокачанной капусты с яблоками

№ рецептуры по сборнику: № 42, сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Капуста белокачанная	76,9	61,5	128,1	102,5
Масса стертой капусты		39,0		65,0
Яблоки	23,6	16,5	39,3	27,5
Сахар-песок	1,8	1,8	3,0	3,0
Соль йодированная	0,3	0,3	0,4	0,4
Масло растительное	3,0	3,0	5,0	5,0
Выход		60		100

Технология приготовления

Овощи и фрукты хорошо промывают и очищают (см. стр.9).

Подготовленную капусту шинкуют соломкой, посыпают солью и перетирают до выделения сока и мягкой консистенции, после чего ее отжимают. Яблоки без кожицы с удаленным семенным гнездом нарезают соломкой. Капусту и яблоки соединяют, добавляют сахар, соль, масло растительное, перемешивают и оставляют на 30 минут. После этого салат укладывают горкой и отпускают. Температура подачи 14°C.

Требования к качеству

Внешний вид: овощи имеют привлекательный вид, сохраняют форму нарезки, уложены горкой, заправлены

Консистенция: овощей – хрустящая, сочная

Цвет: свойственный входящим в блюдо продуктам

Вкус и запах: свойственный входящим в блюдо продуктам, с ароматом растительного масла

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/пищевые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	1,1	2,7	5,7	55	60
12 лет и старше	1,8	4,6	9,6	91	100

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	28,35	9,85	0,64	0,02	0,02	11,73
12 лет и старше	47,25	16,42	1,07	0,03	0,04	19,55

Утверждаю
Директор школы
[подпись]
Решетникова А.А.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 6

На: салат из белокочанной капусты

№ рецептуры по сборнику: № 43, сб. шк. 2004 г., стр. 561 сб. 1996 г

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Капуста белокочанная	84,3	67,5	140,6	112,5
Масса стертой капусты		42,6		71,0
Лук зеленый	7,5	6,0	12,5	10,0
или морковь до 1.01	7,5	6,0	12,5	10,0
или с 1.01	8,0	6,0	13,3	10,0
Сахар-песок	3,0	3,0	5,0	5,0
Соль йодированная	0,3	0,3	0,4	0,4
Масло растительное	3,0	3,0	5,0	5,0
Выход		60		100

Технология приготовления

Овощи хорошо промывают и очищают (см. стр.9). Подготовленную капусту шинкуют соломкой, посыпают солью и перетирают до выделения сока, после чего ее отжимают. Затем добавляют шинкованный зеленый лук или нарезанную соломкой морковь, сахар, масло растительное и перемешивают. Температура подачи 14°C.

Требования к качеству

Внешний вид: овощи имеют привлекательный вид, сохраняют форму нарезки, уложены горкой, заправлены

Консистенция: овощей – хрустящая, не жесткая, сочная

Цвет: свойственный входящим в блюдо продуктам

Вкус и запах: свойственный входящим в блюдо продуктам, с ароматом растительного масла

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/пищевые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	1,3	2,7	6,2	57	60
12 лет и старше	2,1	4,5	10,3	94	100

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	35,30	12,32	0,45	0,02	0,03	12,99
12 лет и старше	58,83	20,53	0,75	0,03	0,05	2165

Утверждено

Директор школы
О.М.

Решетникова А.А.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 27

На: салат из свеклы с яблоками

№ рецептуры по сборнику: № 51, сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Свекла (отв. неочищ до 1.01)	38,4	38,4	64,0	64,0
или (отв. неочищ. с 1.01)	40,8	40,8	68,0	68,0
Масса отварной очищ. свеклы		30,0		50,0
Яблоки	20,5	18,0	42,9	30,0
Заправка:				
Масло растительное	3,0	3,0	5,0	5,0
Кислота лимонная	0,2	0,2	0,5	0,5
Вода кипяченая	8,9	8,9	14,9	14,9
Сахар-песок	0,6	0,6	1,0	1,0
Соль йодированная	0,3	0,3	0,4	0,4
Заправка для салатов		12,0		20,0
Выход		60		100

Технология приготовления

Овощи хорошо промывают и очищают (см. стр.9).

Отварную свеклу в кожуре и яблоки, вымытые, ошпаренные и очищенные от кожуры с удаленным семенным гнездом, шинкуют на крупной терке и перемешивают. При отпуске поливают заправкой для салатов. (см. ТК №12).

Температура подачи 14°C.

Требования к качеству

Внешний вид: овощи сохраняют форму нарезки, салат уложен горкой, заправлен

Консистенция: овощей – мягкая, сочная

Цвет: свойственный свекле и яблокам

Вкус и запах: свойственный входящим в блюдо продуктам

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/пищевые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	0,6	3,0	5,0	51	60
12 лет и старше	1,0	5,0	8,3	85	100

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	16,21	9,10	0,87	0,01	0,02	2,52
12 лет и старше	27,02	15,15	1,45	0,02	0,03	4,19

Инвертидо

Директор школы

Земетникова А.А.



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 25

На: салат из свеклы с растительным маслом

№ рецептуры по сборнику: № 64, справ. М. 2003 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Свекла (отв. неочищ. до 1.01)	70,4	70,4	117,4	117,4
или (отв. неочищ. с 1.01)	74,4	74,4	124,7	124,7
Масса отварной свеклы		55,0		91,7
Масло растительное	5,0	5,0	8,3	8,3
Соль йодированная	0,3	0,3	0,4	0,4
Выход		60		100

Технология приготовления

Свеклу тщательно промывают (см. стр.9), отваривают в кожуре до готовности. Отварную свеклу очищают, нарезают соломкой, укладывают горкой. При отпуске посыпают солью и поливают растительным маслом. Температура подачи 14°C.

Требования к качеству

Внешний вид: овощи сохраняют форму нарезки, салат уложен горкой, заправлен

Консистенция: овощей – мягкая, сочная

Цвет: свойственный входящим в блюдо продуктам

Вкус и запах: свойственный входящим в блюдо продуктам в сочетании с растительным маслом (заправкой)

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/пищевые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	1,0	4,8	5,0	69	60
12 лет и старше	1,7	8,0	8,3	116	100

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	24,65	14,02	0,90	0,01	0,02	1,41
12 лет и старше	42,41	23,44	1,51	0,02	0,04	2,35



Технологическая карта №56

На: рассольник ленинградский

№ рецептуры по сборнику : №132, сб.шк.2004г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию					
	От 7 до 11 лет		От 7 до 11 лет		От 11 лет и старше	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель молодой до 1.09	75,0	60,0	93,7	75,0	112,5	90,0
Или с 1.09 – 31.10	80,0	60,0	100,0	75,0	120,0	90,0
Или с 1.11 – 31.12	85,6	60,0	107,1	75,0	128,6	90,0
Или с 1.01 – 29.02	92,3	60,0	115,4	75,0	138,5	90,0
Или с 1.03	100	60,0	125,0	75,0	150,0	90,0
Крупа перловая (пшен., рис., овс.)	4,0	4,0	5,0	5,0	6,0	6,0
Морковь до 1.01	10,0	10,0	12,5	10,0	15,0	12,0
Или с 1.01	10,6	10,0	13,3	10,0	16,0	12,0
Лук репчатый	4,8	4,0	6,0	5,0	7,2	6,0
Масло растит. Или слив.	3,2	3,2	4,0	4,0	4,8	4,8
Огурцы соленые	15,04	12,0	18,8	15,0	22,5	18,0
Соль йодированная	0,1	0,1	0,2	0,2	0,3	0,3
Вода или бульон	152	152	190,0	190,0	228,0	228,0
Сметана прокипяченная	8	8	10,0	10,0	12,0	12,0
Выход	200		250		300	

*-вес брутто находится путем контрольной проработки, учитывается количество жидкой части в банке.

Технология приготовления.

Овощи хорошо промывают и очищают (см. стр.9). Крупу перебирают, промывают несколько раз, меняя воду. Перловую (или рисовую) крупу после промывания закладывают в кипящую воду, варят до полуготовности, отвар сливают, а крупу промывают, так как отвар из нее имеет темный цвет и слизистую консистенцию.

В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный брусочками, подготовленную крупу, доводят до кипения, добавляют пассерованные морковь и лук (см.стр.71), а через 5-10 мин вводят припущенные соленые огурцы, нарезанные соломкой или ломтиками. В готовый суп добавляют сметану, доводят до кипения.

Рассольник можно подавать с отварным мясом, рыбными или мясными фрикадельками. Температура подачи 75С.

Требования к качеству.

Внешний вид: в жидкой части рассольника – огурцы без кожицы и семян, нарезанные ромбиками или соломкой, картофель брусочками, коренья – соломкой.

Консистенция: овощей – мягкая, сочная, огурцов слегка хрустящая, перловая крупа хорошо разварена, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

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

Вкус и запах: входящих в блюдо продуктов, умеренно соленый.

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 11 лет	1,92	4,0	12,6	98,4	200
От 7 до 11 лет	2,4	5,0	15,7	123	250
От 11 лет и старше	2,9	6,0	18,9	148	300

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B1, мг	B2, мг	C, мг
От 7 до 11 лет	18,43	18,54	0,68	0,06	0,04	5,36
От 7 лет до 11 лет	23,04	23,18	0,86	0,08	0,06	6,71
От 11 лет и старше	18,43	27,82	1,04	0,09	0,08	8,05

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 55

На: щи из свежей капусты с картофелем
№ рецептуры по сборнику : №124, сб.шк.2004 г



Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Капуста белокачанная	50,0	40	62,5	50,0
Картофель молодой до 1.09	30,0	24,0	37,5	30,0
или с 1.09 - 31.10	32,0	24,0	40,0	30,0
или с 1.11 - 31.12	34,3	24,0	42,8	30,0
или с 1.01 - 29.02	36,9	24,0	46,1	30,0
или с 1.03	40,0	24,0	50,0	30,0
Морковь до 1.01	10,0	8,0	12,5	10,0
или с 1.01	10,6	8,0	13,3	10,0
Лук репчатый	9,5	8,0	11,9	10,0
Масло слив, или растит.	3,2	3,2	4,0	4,0
Соль йодированная	0,2	0,2	0,2	0,2
Вода или бульон	160,0	160,0	200,0	200,0
Сметана прокипяченная	8,0	8,0	10,0	10,0
Выход со сметаной	200		250	

Технология приготовления

Овощи хорошо промывают и очищают

Капусту нарезают шашками, картофель - дольками.

В кипящий бульон или воду закладывают капусту, доводят до кипения, затем кладут картофель, добавляют пассерованные морковь, лук (см. стр.71) и варят до готовности. При приготовлении щей из ранней капусты её закладывают после картофеля. В готовый суп добавляют сметану, доводят до кипения. Щи можно подавать с фрикадельками. Температура подачи 75°C,

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части щей - капуста, нарезанная квадратиками, морковь, лук- дольками

Консистенция: капуста - упругая, овощи - мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части

Цвет: желтый, жира на поверхности - оранжевый, овощей – натуральный

Вкус и запах: капусты в сочетании с входящими в состав щей овощами, специями, умеренно соленый

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/пищевые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	1,6	4,32	7,04	76,8	200
12 лет и старше	2,0	5,4	8,8	96	250

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B1, мг	B2, мг	C, мг
от 7 до 11 лет	39	15,8	0,58	0,04	0,04	9,60
12 лет и старше	40,62	19,86	0,73	0,06	0,06	12,01



Технологическая карта

Наименование изделия: суп картофельный с крупой и рыбными консервами

Номер рецептуры: 71

Наименование сборника рецептур: Сборник техн.нормативов, рецептурных блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений Пермь 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Консервы рыбные в собственном соку или с добавлением масла	20,8	20,0	26,0	25,0
Картофель	80,0	60,0	100,0	75,0
Морковь	10,0	8,0	12,5	10,0
Лук репчатый	9,6	8,0	12,0	10,0
Крупа перловая, овсяная, пшеничная	8,0	8,0	10,0	10,0
Или крупа рисовая	4,0	4,0	5,0	5,0
Масло растительное или сливочное	2,0	2,0	2,5	2,5
Вода для круп	140	140	175,0	175,0
Выход	200		250	

Химический состав данного блюда на 250гр:

Пищевые вещества.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
6,22	8,21	18,39	170,98	250
4,97	6,56	14,71	136,78	200

Технология приготовления.

Консервные банки промывают, ошпаривают, протирают, вскрывают. Крупу перловую, овсяную, рисовую перебирают, несколько раз, меняя воду. Перловую крупу после промывания закладывают в кипящую воду (в соотношении 1:3), варят до полуготовности, отвар сливают. В кипящую воду кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, затем кладут картофель, нарезанный кубиками и рыбные консервы. За 10 минут до окончания варки добавляют припущенные морковь, лук и варят суп до готовности.

Температура подачи 65С.

Требования к качеству.

Крупа хорошо набухла, но не разварена, коренья, лук и картофель сохранили форму нарезки, мягкие. На поверхности блески жира. Бульон полупрозрачный. Вкус в меру соленый, с ароматом консервированной рыбы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 58

На: борщ с капустой и картофелем

№ рецептуры по сборнику: № 110, сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Свекла (сырая очищ. до 1.01)	50,0	40,0	60,0	48,0
или (сырая очищ. с 1.01)	53,3	40,0	64,0	48,0
Капуста белокочанная	25,0	20,0	30,0	24,0
или квашеная	28,6	20,0	34,3	24,0
Картофель молодой до 1.09	25,0	20,0	30,0	24,0
или с 1.09 – 31.10	26,7	20,0	32,0	24,0
или с 1.11 – 31.12	28,6	20,0	34,3	24,0
или с 1.01 – 29.02	30,8	20,0	36,9	24,0
или с 1.03	33,3	20,0	40,0	24,0
Морковь до 1.01	12,5	10,0	15,0	12,0
или морковь с 1.01	13,3	10,0	16,0	12,0
Лук репчатый	11,9	10,0	14,3	12,0
Томат-паста	3,0	3,0	3,6	3,6
Масло слив. или растит.	4,0	4,0	4,8	4,8
Сахар-песок	3,0	3,0	3,6	3,6
Кислота лимонная	0,12	0,12	0,14	0,14
Соль йодированная	0,2	0,2	0,3	0,3
Вода или бульон	200,0	200,0	240,0	240,0
Сметана прокипяченная	10,0	10,0	12,0	12,0
Выход	250		300	

Технология приготовления

Овощи хорошо промывают и очищают (см. стр.9). Свеклу подготавливают следующим образом:

– свеклу нарезают соломкой или ломтиками, тушат в толстостенной закрытой посуде с добавлением томат-пасты, лимонной кислоты, масла сливочного и небольшого количества бульона или воды (15-20% к массе свеклы);

– или свеклу отваривают целиком, очищенную с добавлением лимонной кислоты или неочищенную. В последнем случае после варки свеклу очищают от кожицы. Вареную свеклу нарезают соломкой или ломтиками, кладут в борщ одновременно с пассерованными овощами и томат-пастой.

В кипящий бульон или воду закладывают нашинкованную свежую капусту, доводят до кипения, затем добавляют нарезанный брусочками картофель, варят 10-15 минут, кладут пассерованные овощи (см. стр.71), тушеную или вареную свеклу и варят борщ до готовности. За 5-10 минут до окончания варки добавляют соль, сахар. При использовании квашеной капусты, ее в тушеном виде вводят в борщ вместе со свеклой. В готовый суп добавляют сметану, доводят до кипения.

Борщ можно подавать с отварным мясом, рыбными или мясными фрикадельками. Также можно отпускать с пампушками (см. ТК № 295). Температура подачи 75°C.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части распределены овощи, сохранившие форму нарезки (свекла, капуста, морковь, лук – соломкой, картофель – брусочками)

Консистенция: свекла и овощи - мягкие, капуста – упругая, соблюдается соотношение жидкой и плотной части

Цвет: малиново-красный, жир на поверхности – оранжевый

Вкус и запах: продуктов, входящих в блюдо, кисло-сладкий, умеренно соленый

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы/пищевые волокна, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	2,0	5,4	12,8	111	250
12 лет и старше	2,4	6,4	15,4	133	300

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	40,71	22,90	1,08	0,05	0,06	7,95
12 лет и старше	48,85	27,47	1,30	0,06	0,07	9,54