***ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ***

***блюд и кулинарных изделий***

***для питания детей***

***школьного возраста***

**( 7-11 лет )**

Данные технологические карты составлены в соответствии с «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 23 июля 2008 года № 45 СанПиН 2.4.5.2409 – 08.

При составлении технологических карт использовался Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 544 с.

***Холодные блюда***

***Бутерброды и салаты***

Для приготовления холодных блюд в питании школьников используются свежие, квашеные и соленые овощи и гастрономические товары. Не допускаются к реализации продукты, перечисленные в приложении 7 СанПиН 2.4.5.2409-08.

При обработке овощей должны быть соблюдены следующие требования: овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток. При обработке белокочанной капусты необходимо обязательно удалить наружные листы.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Овощи урожая прошлого года (капусту, репчатый лук, корнеплоды и др.) в период после 1 марта допускается использовать только после термической обработки (п.6.29 СанПиН 2.4.5.249-08).

При кулинарной обработке овощей, для сохранения витаминов, следует соблюдать следующие правила: кожуру овощей чистят тонким слоем, очищают их непосредственно перед приготовлением, свежую зелень добавляют в готовые блюда во время раздачи.

Зелень, предназначенную для приготовления холодных закусок без последующей термической обработки, следует тщательно промывать проточной водой и выдержать в 3% растворе уксусной кислоты или 10% растворе поваренной соли в течение 10-минут с последующим ополаскиванием проточной водой и просушиванием.

Изготовление салатов и их заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Незаправленные салаты допускается хранить не более 2 часов при температуре плюс 4±2 °C. Салаты заправляют непосредственно перед раздачей. В качестве заправки салатов следует использовать растительное масло. Хранение заправленных салатов может осуществляться не более 30 минут при температуре 4±2 °C. Использование сметаны и майонеза для заправки салатов не допускается.

При перемешивании ингредиентов, входящих в состав салата, необходимо пользоваться кухонным инвентарем, не касаясь продукта руками.

Потребительскую упаковку консервированных продуктов перед вскрытием промывают проточной водой и протирают ветошью.

Холодные закуски, салаты должны иметь температуру подачи не ниже +15°C.

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_1\_**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)

Номер рецептуры: 14

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. –с 86.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | | | | | |
| 1 порция | | | | | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Масло сливочное | 5 | 5 | 10 | 10 | 15 | 15 | 20 | 20 |
| ВЫХОД: | 5 | | 10 | | 15 | | 20 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 5 | 0,00 | 4,10 | 0,05 | 37,50 | 0,50 | 0,00 | 1,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 29,50 |
| 10 | 0,00 | 8,20 | 0,10 | 75,00 | 1,00 | 0,00 | 2,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 59,00 |
| 15 | 0,00 | 12,30 | 0,15 | 112,50 | 1,50 | 0,00 | 3,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 88,50 |
| 20 | 0,00 | 16,40 | 0,20 | 150,00 | 2,00 | 0,00 | 4,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 118,00 |

***Технология приготовления:***

Масло сливочное нарезают кусочками прямоугольной или другой формы.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* ровные кусочки масла с гладкими краями

*Консистенция:* мягкая, не расплывшаяся

*Цвет:* соответствует виду масла, светло-желтый

*Вкус:* сладко-сливочный, без горечи

*Запах:* свежего масла

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_2\_\_\_\_**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): СЫР (ПОРЦИЯМИ)

Номер рецептуры: 15

Наименование сборника рецептур: Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. –с 86.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | | | | | |
| 1 порция | | | | | | | |
| Брутто г | Нетто, г | Брутто г | Нетто, г | Брутто г | Нетто, г | Брутто г | Нетто, г |
| Сыр неострых сортов (твердый, полутвердый, мягкий) | 5,3 | 5 | 10,6 | 10 | 15,9 | 15 | 21,2 | 20 |
| ВЫХОД: | 5 | | 10 | | 15 | | 20 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 5 | 1,16 | 1,48 | 0,00 | 18,20 | 44,00 | 1,75 | 25,00 | 0,05 | 0,00 | 0,04 | 13,00 |
| 10 | 2,32 | 2,95 | 0,00 | 36,40 | 88,00 | 3,50 | 50,00 | 0,10 | 0,00 | 0,07 | 26,00 |
| 15 | 3,48 | 4,43 | 0,00 | 54,60 | 132,0 | 5,25 | 75,00 | 0,15 | 0,01 | 0,11 | 39,00 |
| 20 | 4,64 | 5,90 | 0,00 | 72,80 | 176,0 | 7,00 | 100,0 | 0,20 | 0,01 | 0,14 | 52,00 |

***Технология приготовления:***

Сыр зачищают от корок, нарезают на порционные куски прямоугольной или иной формы.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* сыр прямоугольной или треугольной формы

*Консистенция:* мягкая

*Цвет:* соответствует виду сыра, светло-желтый

*Вкус:* соответствует виду сыра, без горечи

*Запах:* свойственный свежему сыру

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

# Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ

Номер рецептуры: 20

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Огурцы свежие | 71,3 | 57 | 118,8 | 95 |
| Масло растительное | 3,6 | 3,6 | 6 | 6 |
| ВЫХОД: | 60 | | 100 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 60 | 0,46 | 3,65 | 1,43 | 40,38 | 13,11 | 7,98 | 24,01 | 0,34 | 0,02 | 5,70 | 0,00 |
| 100 | 0,76 | 6,09 | 2,38 | 67,3 | 21,85 | 13,30 | 40,02 | 0,57 | 0,03 | 9,50 | 0,00 |

**Технология приготовления:**

Свежие огурцы очищают от кожицы, нарезают кружочками, ломтиками или мелко шинкуют.

Изготовление салата и его заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Не заправленный салат допускается хранить не более 2-х часов при температуре плюс 4±2°С. Хранение заправленного салата может осуществляться не более 30 минут при температуре плюс 4±2°С.

Температура подачи не ниже +15 °С.

При отпуске заправляют солью и растительным маслом.

**Требования к качеству:**

*Внешний вид:* нарезанные огурцы уложены горкой, заправлены растительным маслом

*Консистенция:* форма нарезки сохраняется, консистенция хрустящая

*Цвет:* соответствует сорту огурцов

*Вкус:* свойственный свежим огурцам, в меру соленый

*Запах:* огурцов и растительного масла

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

# Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ

# С ЛУКОМ

Номер рецептуры: 23

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Помидоры свежие | 50,8 | 43,2 | 84,7 | 72 |
| Лук репчатый | 17,3 | 14,5 | 28,8 | 24,2 |
| масса бланшированного репчатого лука | - | 13,8 | - | 23 |
| или лук зеленый | 17,3 | 13,8 | 28,8 | 23 |
| Масло растительное | 3,6 | 3,6 | 6 | 6 |
| ВЫХОД: | 60 | | 100 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 60 | 0,68 | 3,71 | 2,83 | 47,46 | 10,55 | 10,67 | 19,73 | 0,50 | 0,04 | 12,25 | 0,00 |
| 100 | 1,13 | 6,19 | 4,72 | 79,1 | 17,58 | 17,79 | 32,88 | 0,84 | 0,06 | 20,42 | 0,00 |

***Технология приготовления:***

Помидоры промывают проточной водой, удаляют плодоножку, нарезают тонкими ломтиками. Лук очищают, срезают донце и шейку, мелко шинкуют, ошпаривают кипятком. Подготовленный зеленый лук мелко шинкуют. Помидоры и лук перемешивают, заправляют растительным маслом, солью, раскладывают на порции.

Изготовление салата и его заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Не заправленный салат допускается хранить не более 2-х часов при температуре плюс 4±2°С. Хранение заправленного салата может осуществляться не более 30 минут при температуре плюс 4±2°С.

Температура подачи не ниже +15 °С.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* помидоры и лук перемешаны, уложены горкой. Овощи имеют привлекательный вид

*Консистенция:* форма нарезки сохраняется, консистенция помидоров – упругая, сочная

*Цвет:* соответствует сорту помидоров

*Вкус:* свойственный свежим помидорам, в меру соленый

*Запах:* свежих помидоров и лука в сочетании с растительным маслом

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ

Номер рецептуры: 45

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Капуста белокочанная свежая | 59,4 | 47,4 | 99 | 79 |
| Масса прогретой капусты | - | 42,6 | - | 71 |
| Лук зеленый | 7,8 | 6 | 13 | 10 |
| или морковь до 1 января | 7,8 | 6 | 13 | 10 |
| С 1 января | 8 | 6 | 13,3 | 10 |
| Лимонная кислота | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 0,3 |
| Сахар | 3 | 3 | 5 | 5 |
| Масло растительное | 3 | 3 | 5 | 5 |
| Соль | 1 | 1 | 1 | 1 |
| ВЫХОД: | 60 | | 100 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| С луком | | | | | | | | | | | |
| 60 | 0,85 | 3,05 | 5,19 | 51,54 | 26,80 | 7,90 | 14,83 | 0,32 | 0,01 | 20,97 | 0,00 |
| 100 | 1,41 | 5,08 | 8,65 | 85,90 | 44,67 | 13,16 | 24,71 | 0,54 | 0,02 | 34,95 | 0,00 |
| С морковью | | | | | | | | | | | |
| 60 | 0,85 | 3,05 | 5,41 | 52,44 | 22,42 | 9,10 | 16,57 | 0,31 | 0,02 | 19,47 | 0,00 |
| 100 | 1,41 | 5,08 | 9,02 | 87,40 | 37,37 | 15,16 | 27,61 | 0,51 | 0,03 | 32,45 | 0,00 |

***Технология приготовления:***

Капусту шинкуют тонкой соломкой, добавляют соль (1,5 г на 100 г), лимонную кислоту и нагревают при непрерывном помешивании . Не следует перегревать капусту, так как она будет слишком мягкой. Прогретую капусту охлаждают, смешивают с шинкованным зеленым луком и морковью, нарезанной соломкой. Салат заправляют сахарным сиропом (1:0,5), растительным маслом.

Изготовление салата и его заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Не заправленный салат допускается хранить не более 2-х часов при температуре плюс 4±2°С. Хранение заправленного салата может осуществляться не более 30 минут при температуре плюс 4±2°С.

Температура подачи не ниже +15 °С.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* овощи сохраняют форму нарезки. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом

*Консистенция:* хрустящая, не жесткая, сочная

*Цвет:* свойственный входящим в блюдо продуктам

*Вкус:* свойственный входящим в блюдо продуктам

*Запах:* свежей белокочанной капусты, моркови с ароматом растительного масла

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

# Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ

# С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ

Номер рецептуры: 53

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Свекла до 1 января | 44,3 | 35,4 | 73,8 | 59,0 |
| с 1 января | 47,2 | 35,4 | 78,7 | 59,0 |
| Зеленый горошек консервированный | 31,4 | 20,4 | 52,4 | 34,0 |
| Лук репчатый | 3,6 | 3 | 6 | 5 |
| Масло растительное | 2,4 | 2,4 | 4 | 4 |
| Соль | 1 | 1 | 1 | 1 |
| ВЫХОД: | 60 | | 100 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| Выход 60 г | | | | | | | | | | |
| 1,00 | 2,51 | 4,91 | 46,26 | 16,76 | 11,14 | 25,18 | 0,79 | 0,03 | 5,88 | 0,00 |
| Выход 100 г | | | | | | | | | | |
| 1,66 | 4,18 | 8,19 | 77,10 | 27,93 | 18,57 | 41,96 | 1,31 | 0,05 | 9,80 | 0,00 |

***Технология приготовления:***

Подготовленную свеклу отваривают, затем очищают и нарезают мелкой соломкой. Добавляют нарезанный бланшированный репчатый лук, прокипяченный зеленый горошек. При отпуске заправляют растительным маслом..

Изготовление салата и его заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Незаправленный салат допускается хранить не более 2-х часов при температуре плюс 4±2°С. Хранение заправленного салата может осуществляться не более 30 минут при температуре плюс 4±2°С.

Температура подачи не ниже +15 °С.

При отпуске заправляют солью и растительным маслом.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* нарезанная свекла уложена горкой, заправлена растительным маслом

*Консистенция:* форма нарезки сохраняется, консистенция мягкая, сочная

*Цвет:* темно-малиновый

*Вкус:* свойственный свекле, луку и зеленому горошку, в меру соленый

*Запах:* свеклы и растительного масла

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_**Наименование кулинарного изделия (блюда): ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ

Номер рецептуры: 67

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Картофель молодой до 1 сентября | 20,4 | 151 | 34 | 251 |
| \*\*\*с 1 сентября по 31 октября | 20,6 | 151 | 34,4 | 251 |
| \*\*\*с 1 ноября до 31 декабря | 22,1 | 151 | 36,8 | 251 |
| \*\*\*с 1 января по 28-29 февраля | 23,9 | 151 | 39,8 | 251 |
| \*\*\*с 1 марта | 25,8 | 151 | 43 | 251 |
| Свекла до 1 января | 15,3 | 121 | 25,5 | 201 |
| \*\*\*с 1 января | 16,3 | 121 | 27,2 | 201 |
| Морковь до 1 января | 11,3 | 91 | 18,9 | 151 |
| \*\*\*с 1 января | 12,1 | 91 | 20,1 | 151 |
| Огурцы соленые2 | 15 | 12 | 25 | 20 |
| Лук зеленый | 11,3 | 9 | 18,8 | 15 |
| или лук репчатый | 10,7 | 93 | 17,9 | 153 |
| Масло растительное | 3,6 | 3,6 | 6 | 6 |
| ВЫХОД: | 60 | | 100 | |

1 Масса отварных очищенных овощей

2 С использованием огурцов консервированных без уксуса

3 Масса бланшированного репчатого лука

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| С луком зеленым | | | | | | | | | | | |
| 60 | 0,81 | 3,70 | 4,61 | 54,96 | 20,13 | 12,81 | 24,10 | 0,53 | 0,03 | 7,95 | 0,00 |
| 100 | 1,35 | 6,16 | 7,69 | 91,60 | 33,55 | 21,35 | 40,17 | 0,88 | 0,05 | 13,25 | 0,00 |
| С луком репчатым | | | | | | | | | | | |
| 60 | 0,82 | 3,71 | 5,06 | 56,88 | 13,92 | 12,45 | 26,98 | 0,51 | 0,04 | 6,15 | 0,00 |
| 100 | 1,36 | 6,18 | 8,44 | 94,80 | 23,20 | 20,75 | 44,97 | 0,85 | 0,06 | 10,25 | 0,00 |

***Технология приготовления:***

Отварные очищенные картофель, свеклу, морковь, очищенные соленые огурцы нарезают мелкими ломтиками. Зеленый лук нарезают длиной до 1 см; если используют репчатый лук, то его мелко шинкуют и бланшируют кипящей водой, откидывают на дуршлаг.

Подготовленные овощи соединяют, добавляют растительное масло, перемешивают.

В винегрет можно добавлять от 5 до 10 г. припущенного зеленого горошка за счет соответственного уменьшения соленых огурцов.

Температура подачи не ниже +15 °С.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* овощи нарезаны мелкими ломтиками, равномерно перемешаны и заправлены растительным маслом.

*Консистенция:* мягкая, сочная

*Цвет:* продуктов, входящих в состав блюда

*Вкус:* продуктов, входящих в состав блюда *Запах:* продуктов, входящих в состав блюд

***Блюда из картофеля, овощей, круп и макаронных изделий***

*\* блюда из овощей и картофеля*

Для приготовления блюд овощи подвергают различным приемам тепловой обработки – варке, припусканию, тушению, запеканию.

Пищевая ценность овощных блюд обусловлена высоким содержанием в них витаминов, углеводов и минеральных солей, легко усвояемых и необходимых организму человека.

Однако содержащиеся в овощах минеральные соли, углеводы и витамин С легко растворимы в воде, поэтому очищенные овощи действующий СанПиН запрещает оставлять на длительный срок в холодной воде. Особенно это относится к картофелю, активность витамина С в котором при хранении в воде снижается на 40%. Для лучшей сохранности витамина С овощи при варке следует опускать в кипящую воду и варить в закрытой посуде при слабом кипении.

Картофель и морковь варят очищенными, свеклу – в кожуре. При варке картофель и овощи кладут в кипящую подсоленную воду (0,6-0,7 л воды на 1 кг). Уровень воды должен быть на 1-1,5 см выше уровня овощей. Соль используют из расчета 10 г на 1 л воды. Свеклу, морковь и горох лущеный варят без соли, так как она ухудшает их вкусовые качества и замедляет процесс варки.

Овощи, имеющие зеленую окраску (зеленый горошек, капусту) варят в большом количестве воды (3-4 л на 1 кг) в открытой посуде при бурном кипении во избежание изменения их цвета.

Для припускания и тушения овощи нарезают дольками, соломкой или кубиками. Для приготовления тушеных блюд, таких как овощное рагу, картофель тушеный, морковь тушеная и др. предварительно обжаренные или припущенные овощи тушат с добавлением соуса. При этом рекомендуется добавить жидкость (воду – в количестве 10-15% от массы овощей) с учетом тепловых потерь при тушении.

Свежую зелень добавляют в готовые блюда во время раздачи. Зелень, предназначенные для приготовления блюд без последующей термической обработки, следует тщательно промывать проточной водой и выдержать в 3% растворе уксусной кислоты или 10% растворе поваренной соли в течение 10-минут с последующим ополаскиванием проточной водой и просушиванием (п. 8.19 СанПиН 2.4.5.2409 – 08).

*\*блюда из круп*

Из круп приготавливаются каши (их разнообразие представлено в разделе «Гарниры»), а также изделия из каш.

Каши можно варить из любого вида крупы. Варят из на молоке, на воде, на смеси молока и вода, при отсутствии цельного молока – на сгущенном, согласно норм взаимозаменяемости в таком случае каждый литр цельного молока заменяется 0,38 (1 банкой) сгущенного.

Перед варкой каши крупу просеивают, перебирают и промывают. Пшено, рисовую, перловую крупу сначала промывают теплой, а затем горячей водой, ячневую – только теплой. При этом следует учитывать, что при промывании в крупе остается значительное количество воды, которое колеблется в пределах 10-30% от массы сухой крупы. Это нужно иметь в виде при дозировании жидкости. Гречневую крупу, манную и друге дробленные крупы, а также «Геркулес», не промывают. Крупы промывают проточной водой (п. 8.15 СанПиНа 2.4.5.2409-08).

При изготовлении блюд из круп чаще всего используют сваренную вязкую кашу. В готовой вязкой каше зерна крупы должны быть полностью набухшими и хорошо разваренными. Такая каша держится на тарелке, не расплываясь.

При варке вязкой каши следует учитывать, что различные виды круп неодинаково быстро набухают и развариваются. Например, рисовая, перловая, овсяная, пшеничная, кукурузная крупы и пшено в молоке с добавлением воды развариваются медленнее, чем в воде. Поэтому сначала эти крупы варят 20-30 мин в кипящей воде (пшено – не более 10 минут), после чего лишнюю воду сливают, добавляют горячее молоко и варят кашу до готовности.

Значительно лучше и быстрее развариваются «Геркулес», манная и дробленные крупы: овсяная, рисовая, ячневая и пшеничная (№№ 4, 5, 7, «Артек»). Ячневую крупу или «Геркулес» засыпают в кипящее молоко и варят до готовности.

Манная крупа в воде или молоке с водой при 90-95 оС почти полностью набухает, поэтому ее следует всыпать в горячую жидкость при непрерывном помешивании и варить 20 мин.

Из таких каш готовят крупеники, запеканки и пудинги (запеченные)

*\*блюда из макаронных изделий*

Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды и 50 г соли) без последующей промывки (согласно п. 8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Макароны варят 20-30 мин, лапшу – 20-25 мин. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывая воду, в результате чего их масса увеличивается примерно в 3 раза, в зависимости от сорта.

Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с растопленным сливочным маслом, чтобы они не склеивались и не образовывали косков. Блюда из макаронных изделий подают в горячем виде. Согласно требований п. 8.24 СанПиН 2.4.5.2409-08 вторые блюда и гарниры при раздаче должны иметь температуру не ниже +65°C.

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

Количество масла сливочного и сметаны можно изменять: масла 10-20 г, сметаны 20 или 40 г на порцию, при этом соответственно изменяется выход блюда.

При использовании в рецептурах блюд яиц следует помнить, что перед использованием проводят обработку в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха, используя для этих целей промаркированные ванны и (или) емкости, возможно использование перфорированных емкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке (п.8.14. СанПиН 2.4.5.2409-08):

I – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;

II – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;

III – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду;

не допускается хранить яйцо в кассетницах поставщика в производственных цехах пищеблока.

Запеченные блюда из макаронных изделий готовят в жарочном шкафу - 20-30 минут при температуре 220-280 °С, слоем не более 3-4 см (п.8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Горячие блюда при раздаче должны иметь температуру не ниже +65°C (п. 8.24 СанПиН 2.4.5.2409 – 08).

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

# Наименование кулинарного изделия (блюда): КАША ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ И САХАРОМ, МОЛОЧНАЯ

Номер рецептуры: 168

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Крупа манная | 33,3 | 33,3 | 44,4 | 44,4 |
| Вода или молоко | 123 | 123 | 164 | 164 |
| \*\*\*или рисовая | 33,3 | 33,3 | 44,4 | 44,4 |
| Вода или молоко | 123 | 123 | 164 | 164 |
| \*\*\*или гречневая | 37,5 | 37,5 | 50 | 50 |
| Вода или молоко | 120 | 120 | 160 | 160 |
| Сахар | 5 | 5 | 5 | 5 |
| Масло сливочное | 5 | 5 | 5 | 5 |
| Соль | 1,5 | 1,5 | 1,5 | 1,5 |
| ВЫХОД: | 160 | | 210 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| Манная | | | | | | | | | | | |
| 160 | 3,40 | 3,96 | 27,83 | 161,00 | 8,60 | 5,90 | 29,40 | 0,36 | 0,03 | 0,00 | 20,00 |
| 210 | 4,52 | 4,07 | 35,46 | 197,00 | 10,70 | 7,90 | 38,60 | 0,47 | 0,04 | 0,00 | 20,00 |
| Рисовая | | | | | | | | | | | |
| 160 | 2,32 | 3,96 | 28,97 | 161,00 | 4,70 | 16,40 | 50,60 | 0,36 | 0,02 | 0,00 | 20,00 |
| 210 | 3,09 | 4,07 | 36,98 | 197,00 | 5,90 | 21,80 | 67,00 | 0,47 | 0,03 | 0,00 | 20,00 |
| Гречневая | | | | | | | | | | | |
| 160 | 4,67 | 4,86 | 25,83 | 166,00 | 9,40 | 73,50 | 111,1 | 2,49 | 0,11 | 0,00 | 20,00 |
| 210 | 6,21 | 5,28 | 32,79 | 203,00 | 12,20 | 98,10 | 147,7 | 3,32 | 0,15 | 0,00 | 20,00 |

***Технология приготовления:***

Вязкие каши готовят на воде, молоке или молоке с добавлением воды. Из 1 кг. Крупы получается от 4 до 5 кг каши. Подготовленные крупы всыпают в кипящую жидкость, добавляют соль, сахар и варят периодически помешивая до тех пор, пока каша не загустеет. В конце приготовления добавляют сахар, прокипяченное сливочное масло.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* зерна крупы набухшие, разваренные

*Консистенция:* однородная, вязкая, зерна – мягкие, без комков

*Цвет:*  свойственный данному виду крупы

*Вкус:* свойственный входящим в блюдо продуктам, не допускается вкус подгорелой каши

*Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам

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

Наименование кулинарного изделия (блюда): МАКАРОНЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ

Номер рецептуры: № 309

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|  | 1 порция | | 100 порций | |
|  | брутто, гр. | нетто, гр. | брутто, кг. | нетто, кг. |
| Макаронные изделия | 35,0 | 35,0 | 3,50 | 3,50 |
| Масло сливочное | 3,5 | 3,5 | 0,35 | 0,35 |
| Соль | 3,0 | 3,0 | 0,3 | 0,3 |
| Выход | 100,0 | | 10,0 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| В 100 граммах данного блюда содержится | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Пищевые вещества г. | | | | | | | | | Минеральные вещества мг. | | | | | | | | | | |  |
| Белки | | | Жиры | | | Углеводы | | | Са | | Mg | | | P | | Fe | | | |
| 8,77 | | | 9,35 | | | 57,93 | | | 1,55 | | 13,70 | | | 73,37 | | 1,55 | | | |
| 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 |
| - | | 0,16 | 0,03 | | - | 0,16 | | 16,86 | - | | - | | - | 5,31 | | 1,68 | | 1,01 |

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 336,51

Технологический процесс

Макаронные изделия закладывают в кипящую подсоленную воду и варят в большом количестве воды (6-7 л на 1 кг). Макароны варят 20-30 минут. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывая воду, в результате чего масса увеличивается в 3 раза. Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с 1/3 -1/2 частью растопленного сливочного масла, чтобы они не склеивались и не образовывали комков, остальной частью растопленного сливочного масла заправляют непосредственно перед отпуском.

Требования к оформлению, реализации и хранению

Подают макароны на гарнир. 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 не допускается.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид — вермишель не разварена, консистенция не слипшаяся.

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.

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

Наименование кулинарного изделия: Каша рассыпчатая с маслом и сахаром**.**Номер рецептуры: № 171

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Наименование продуктов, полуфабрикатов* | *Масса* | |
| *брутто, г* | *нетто, г* |
| Крупа гречневая из ядрицы быстроразвариваюшейся | 63 | 63 |
| или рисовая | 54 | 54 |
| или перловая | 50 | 50 |
| или пшенная, пшеничная | 60 | 60 |
| *Масса каши* | - | 150 |
| Масло сливочное | 10 | 10 |
| или сахар | 10 | 10 |
| Соль | 2 | 2 |
| или молоко | 160 | 150 |
| *Выход: с маслом и сахаром с маслом или сахаром с молоком* |  | 150 |

Химический состав, витамины, и микроэлементов на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Белки (г) | 4,82 |
| Жиры (г) | 8,71 |
| Углеводы (г) | 30,66 |
| Энергетическая ценность (ккал) | 220,35 |
|  | |
| Са (мг) | 16 |
| Mg (мг) | 65 |
| F е(мг) | 2,2 |
| С (мг) | 0 |

Технология приготовления

Подготовленную крупу всыпают в подсоленную кипящую жид­кость. Всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загусте­ния, помешивая. Когда каша сделается густой, перемешивание пре­кращают, закрывают котел крышкой и дают каше упреть около 2,5 ч. За это время она приобретает своеобразный, приятный запах и цвет. При отпуске горячую рассыпчатую кашу кладут на тарелку и поливают растопленным маслом или посыпают сахаром.

Требования к качеству

*Внешний вид:* зерна крупы полностью набухшие, мягкие, сохра­няют форму и упругость. Зерна крупы разделяют­ся. Каша полита маслом, или посыпана сахаром, или отпущена с молоком.

*Консистенция:* однородная, крупинки плотные, рассыпчатая.

*Цвет:*  свойственный данному виду крупы.

*Вкус:* свойственный данному виду крупы (без привкусов прогорклости и затхлости) и др. компонентов в соответствии с рецептурой.

*Запах:*  свойственный данному виду крупы.

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

Наименование кулинарного изделия (блюда): КАША РАССЫПЧАТАЯ

Номер рецептуры: № 302

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|  | 1 порция | | 100 порций | |
|  | брутто, гр. | нетто, гр. | брутто, кг. | нетто, кг. |
| Гречка | 45,9 | 45,9 | 4,59 | 4,59 |
| Пшено | 39 | 39 | 3,9 | 3,9 |
| Рис | 36 | 36 | 3,6 | 3,6 |
| Перловка | 33,3 | 33,3 | 3,3 | 3,3 |
| Масло сливочное | 3,5 | 3,5 | 0,35 | 0,35 |
| Соль | 1 | 1 | 0,1 | 0,1 |
| Выход | 100,0 | | 10,0 | |

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

**Гречка**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| В 100 граммах данного блюда содержится | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Пищевые вещества г. | | | | | | | | | Минеральные вещества мг. | | | | | | | | |  | | |
| Белки | | | Жиры | | | Углеводы | | | Са | | Mg | | | P | | Fe | |
| 5,75 | | | 4,06 | | | 25,76 | | | 9,8 | | 0,95 | | | 14,77 | | 0,80 | |
| 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 | |
| 0,77 | - | 0,07 | | - | - | | - | - | | - | | 0,15 | 1,71 | | - | | 0,03 | |

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 162,5

**Рис**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| В 100 граммах данного блюда содержится | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Пищевые вещества г. | | | | | | | | | Минеральные вещества мг. | | | | | | | | |  | | |
| Белки | | | Жиры | | | Углеводы | | | Са | | Mg | | | P | | Fe | |
| 2,4 | | | 2,88 | | | 25,02 | | | 3,54 | | 16,97 | | | 51,94 | | 0,74 | |
| 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 | |
| 0,09 | 0,39 | 0,08 | | - | 0,39 | | 27,69 | - | | - | | 0,01 | 1,0 | | 9,49 | | 3,01 | |

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 135,7

**Пшено**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| В 100 граммах данного блюда содержится | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Пищевые вещества г. | | | | | | | | | Минеральные вещества мг. | | | | | | | | |  | | |
| Белки | | | Жиры | | | Углеводы | | | Са | | Mg | | | P | | Fe | |
| 4,4 | | | 3,82 | | | 25,26 | | | 11,09 | | 31,56 | | | 89,62 | | 1,03 | |
| 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 | |
| - | 0,11 | 0,015 | | - | - | | - | - | | - | | 0,01 | 1,0 | | 9,49 | | 3,01 | |

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 153

**Перловка**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| В 100 граммах данного блюда содержится | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Пищевые вещества г. | | | | | | | | | Минеральные вещества мг. | | | | | | | | |  | | |
| Белки | | | Жиры | | | Углеводы | | | Са | | Mg | | | P | | Fe | |
| 2,97 | | | 2,9 | | | 21,14 | | | 12,85 | | 12,66 | | | 103,27 | | 0,58 | |
| 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 | |
| - | 0,0027 | 0,018 | | - | - | | - | - | | - | | - | - | | - | | - | |

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 122,4

**Технологический процесс**

Перед варкой каши крупу просеивают, перебирают. Подготовленную крупу всыпают в подсоленную кипящую воду, варят до загустения, помешивая.

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

При отпуске горячую кашу кладут на тарелку и поливают растопленным маслом. 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 не допускается.

**6.1. Органолептические показатели качества:**

Внешний вид — крупа полностью разварена, консистенция рассыпчатая.

Цвет — характерный для рецептурных компонентов.

Вкус и запах — запах свойственный отварной крупе и сливочного масла, вкус характерный для рецептурных компонентов, без посторонних привкусов и запахов.

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

Наименование кулинарного изделия (блюда): КАПУСТА ТУШЕННАЯ

Номер рецептуры: № 321

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|  | 1 порция | | 100 порций | |
|  | брутто, гр. | нетто, гр. | брутто, кг. | нетто, кг. |
| Капуста свежая | 143,3 | 114,6 | 14,33 | 114,6 |
| или квашенная | 142,9 | 100,0 | 14,29 | 100,0 |
| Масло сливочное | 3,5 | 3,5 | 0,35 | 3,5 |
| Морковь | 2,5 | 2,0 | 0,25 | 2,0 |
| Лук репчатый | 4,8 | 4,0 | 0,48 | 0,4 |
| Томатное пюре | 6,0 | 6,0 | 0,6 | 0,6 |
| Раствор лимонной кислоты 3% | 3,0 | 3,0 | 0,3 | 0,3 |
| Мука пшеничная | 1,2 | 1,2 | 0,12 | 0,12 |
| Перец черный горошек | 0,2 | 0,2 | 0,02 | 0,02 |
| Лавровый лист | 0,1 | 0,1 | 0,01 | 0,01 |
| Соль | 1 | 1 | 0,1 | 0,1 |
| Выход | 100,0 | | 10,0 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| В 100 граммах **блюда со свежей капустой.** Энерг. ценность (ккал): 46,31 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Пищевые вещества г. | | | | | | | | | Минеральные вещества мг. | | | | | | | | |  | |
| Белки | | | Жиры | | | Углеводы | | | Са | | Mg | | | P | | Fe | |
| 1,88 | | | 1,93 | | | 5,90 | | | 46,63 | | 15,35 | | | 31,15 | | 0,59 | |
| 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 |
| 0,17 | 0,03 | 0,03 | | - | 0,09 | | 9,48 | - | | 40,32 | | 0 | 0,15 | | 0,13 | | 0,65 |
| В 100 граммах **блюда с квашенной капустой.** Энерг. ценность (ккал): 40,77 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Пищевые вещества г. | | | | | | | | | Минеральные вещества мг. | | | | | | | | |  | |
| Белки | | | Жиры | | | Углеводы | | | Са | | Mg | | | P | | Fe | |
| 1,88 | | | 1,94 | | | 4,39 | | | 46,62 | | 15,35 | | | 31,15 | | 0,59 | |
| 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 |
| 0,16 | 0,02 | 0,02 | | - | 0 | | 0,61 | - | | 27,0 | | 0 | 0,08 | | 0,04 | | 0,38 |

**Технологический процесс**

Капусту нарезают соломкой, кладут в котел слоем до 30 см, добавляют воду, лимонную кислоту, сливочное масло, пассированное томатное пюре и тушат до готовности, периодически помешивая. Затем добавляют пассированные нарезанные соломкой морковь, лук и тушат до готовности. За 5 минут до конца тушения добавляют мучную пассировку, сахар, перец, лавровый лист, соль и доводят до кипения.

**Требования к оформлению, реализации и хранению**

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 не допускается.

**Органолептические показатели качества:**

Внешний вид — консистенция капусты мягкая.

Цвет — характерный для рецептурных компонентов.

Вкус и запах — запах свойственный капусте тушенной, вкус характерный для рецептурных компонентов, без посторонних привкусов и запахов.

**Технологическая карта ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ**

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Номер рецептуры: № 312

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 пюре картофельное, предназначено для школьной столовой

**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. |
| Картофель | 114,0 | 85,5 | 11,40 | 8,55 |
| Молоко | 15,8 | 15,0 | 1,58 | 1,50 |
| Масло сливочное | 3,5 | 3,5 | 0,35 | 0,35 |
| Соль | 1 | 1 | 0,1 | 0,1 |
| 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 | |  | | |
| 2,34 | | | 16,71 | | | 3,79 | | | 113,59 | | 11,10 | | | 73,32 | | 0,25 | |  | | |
| 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 | |  | |
| 0,18 | 0,03 | 0,17 | | - | 0,03 | | 3,89 | 0,31 | | 1,01 | | 0,07 | 0,44 | | 2,49 | | 0,08 | |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 174,02

**5. Технологический процесс**

Картофель предварительно промывают, тщательно перебирают и очищают. Повторно промывают в проточной питьевой воде в течение 5 минут. Срок хранения очищенного полуфабриката в воде не более 2-3 часов при температуре воды не выше +120С. Очищенный, промытый картофель заливают горячей кипяченой водой (уровень воды должен быть на 1-1,5 см свыше уровня картофеля), солят после закипания и варят до готовности, воду сливают, картофель подсушивают. Вареный горячий картофель протирают. Температура протираемого картофеля должна быть не ниже 800С, иначе картофельное пюре будет тягучим, что резко ухудшает вкус и внешний вид. В горячую картофельную массу, непрерывно помешивая, добавляют в 2-3 приема горячее кипяченое молоко, прокипяченное сливочное масло. Смесь взбивают до получения пышной однородной массы.

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

Подают картофель на гарнир. 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 не допускается.

**6.1. Органолептические показатели качества:**

Внешний вид — картофель полностью  разварен, консистенция пышная однородная.

Цвет — характерный для рецептурных компонентов.

Вкус и запах —  запах свойственный отварному картофелю и сливочного масла, вкус характерный для рецептурных компонентов, без посторонних привкусов и запахов.

# Каша рисовая рассыпчатая с изюмом №172 Наименование блюда: Каша рисовая с изюмом Технологическая карта (кулинарный рецепт) №172 Источник (сборник): Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников, 2004 г. Вид обработки: Варка

|  |
| --- |
| Вес блюда:  грамм |

*Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Продукт (полуфабрикат) | Брутто, г | Нетто, г |
| [Рис](https://api.pbprog.ru:40135/databases/foodstuffsschp/9/19.php) | 28 | 28 |
| [Масло сливочное](https://api.pbprog.ru:40135/databases/foodstuffsschp/7/9.php) | 8 | 8 |
| [Изюм](https://api.pbprog.ru:40135/databases/foodstuffsschp/2/75.php) | 12.8 | 12.4 |
| *или* [Курага](https://api.pbprog.ru:40135/databases/foodstuffsschp/2/315.php) | 12.78 | 12.22 |
| ~ *Каша рассыпчатая* | - | 95.2 |
| [Масло сливочное](https://api.pbprog.ru:40135/databases/foodstuffsschp/7/9.php) | 5.2 | 5.2 |

*Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):*

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с СанПиН | Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда |
| Белки, г | 2.2 |
| Жиры, г | 11.04 |
| Углеводы, г | 27.88 |
| Калорийность, ккал | 220 |
| B1, мг | 0.02 |
| B2, мг | 0.02 |
| Ca, мг | 3.72 |
| Fe, мг | 0.3 |

*Рекомендуемый выход блюда для кормления школьников за 1 прием пищи (грамм):*

|  |  |
| --- | --- |
| Тип довольствующихся | Выход блюда, грамм |
| Школьники от 7 до 11 лет | 180 |

*Технологическая карта приготовления блюда в школе:*

|  |
| --- |
| Технология приготовления |
| Крупы перебирают, моют и готовят откидным способом, затем добавляют сливочное масло, подготовленные, промытые горячей водой изюм или нарезанную курагу, перемешивают. Затем посуду с рисом закрывают крышкой и доводят до готовности на пару 20-25 мин. |

***Блюда из творога и яиц.***

Для приготовления блюд из яиц используются свежие куриные яйца.

Не допускаются к использованию в питании яйца водоплавающих птиц, а также яйца с загрязненной скорлупой, с насечкой, «тек», «бой», яйца из хозяйств, неблагополучных по сальмонеллезам (прил. 7 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Яйца используют в виде омлетов или в вареном виде (п. 8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Обработку яиц перед использованием в любые блюда проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха, используя для этих целей промаркированные ванны и (или) емкости, возможно использование перфорированных емкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

I – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;

II – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;

III – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду;

не допускается хранить яйцо в кассетницах поставщика в производственных цехах пищеблока.

Омлеты готовят в жарочном шкафу в течение 8-10 минут при температуре 180-200 °С, слоем не более 2,5-3 см; хранение яичной массы осуществляется не более 30 минут при температуре 4±2 °С. Яйцо варят 10 минут после закипания воды (п.8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Из творога приготавливают горячие блюда. В питании детей школьного возраста рекомендуется творог не более 9% жирности (прил. 8 СанПиН 2.4.5.2409-08); творог и творожные изделия промышленного выпуска в мелкоштучной упаковке, кроме сырков творожных (прил. 9 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Не допускается использование творога из непастеризованного молока, фляжного творога (прил. 7 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Для приготовления горячих блюд творог протирают через сито или протирочную машину. При протирании образуются потери 1-2%.

Вторые горячие блюда готовят отварными (ленивые вареники), с также запеченными (сырники, пудинги, запеканки).

Запеканки и пудинги из творога готовят в жарочном шкафу - 20-30 минут при температуре 220-280 °С, слоем не более 3-4 см (п.8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08).

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

# Наименование кулинарного изделия (блюда): ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ

Номер рецептуры: 209

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
| 1 порция | |
| Брутто, г | Нетто, г |
| Яйцо куриное | 1 шт. | 40 |
| ВЫХОД: | - | 1 шт. (40 г) |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жирыг | Угле-воды, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 5,10 | 4,60 | 0,30 | 63,00 | 22,00 | 4,80 | 76,8 | 1,00 | 0,03 | 0,00 | 0,10 |

***Технология приготовления:***

Перед использованием яйцо подвергаются специальной обработке в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха, используя для этих целей промаркированные ванны и (или) емкости, возможно использование перфорированных емкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

I – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;

II – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;

III – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Затем обработанные яйца погружают в кипящую подсоленную воду (на 3 л воды 40-50 г соли на 10 яиц) и варят после закипания в течение 10 минут.

Сваренное яйцо подают остывшим в скорлупе, не очищая.

***Требования к качеству:***

Яйцо, сваренное вкрутую, имеет плотный белок и желток. Желток нежный, рассыпчатый, возможно наличие незатвердевшей капли в центре. Белок нежный, вязкий.

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

# Наименование кулинарного изделия (блюда): ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ

с маслом сливочным

Номер рецептуры: 210

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Яйца | 1 шт. | 40 | 4 шт. | 156,6 |
| Молоко | 15 | 15 | 55 | 55 |
| Масло сливочное | 2 | 2 | 5 | 5 |
| ВЫХОД: | 53/5 | | 200/5 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 53/5 | 14,27 | 22,16 | 2,65 | 267,93 | 114,20 | 19,50 | 260,50 | 2,94 | 0,10 | 0,25 | 345,00 |
| 200/5 | 18,99 | 28,32 | 3,51 | 345,90 | 151,72 | 25,97 | 346,49 | 3,91 | 0,13 | 0,33 | 452,90 |

***Технология приготовления:***

Перед использованием яйцо подвергаются специальной обработке в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха, используя для этих целей промаркированные ванны и (или) емкости, возможно использование перфорированных емкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

I – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;

II – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;

III – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Подготовленные в соответствии с санитарными правилами яйца разбивают. В яичную смесь добавляют молоко или воду, соль. Смесь тщательно размешивают, выливают на порционную сковороду с растительным маслом слоем не более 2,5-3 см и запекают в течение 8-10 минут при температуре 180-200 °С до образования легкой румяной корочки.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* аккуратно нарезанныепорционные куски в виде ромбов или квадратов

*Консистенция:* однородная, сочная, нежная, пористая

*Цвет:*  цвет корочки от румяного до золотистого, срез – от светло-кремового до кремового

*Вкус:* умеренно соленый, с привкусом молока и сливочного масла

*Запах:* свежих запеченных яиц, сливочного масла

***Блюда из мяса и птицы***

Из мяса и птицы приготавливают разнообразный ассортимент отварных, припущенных, тушенных и запеченных блюд.

В отварном виде приготавливают мякоть грудинки, лопаточную и подлопаточную части, покромку туш 1 категории, можно использовать боковой и наружный куски тазобедренной части. Мясо нарезают кусками не более 2 кг, закладывают в горячую воду (на 1 кг мяса 1-1,5 л воды) и варят при слабом кипении. Куски мяса должны быть полностью покрыты водой. Для улучшения вкуса и аромата в бульон при варке добавляют морковь и репчатый лук. Готовность мяса проверяют поварской иглой – в сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

На гарнир к мясу рекомендуется подавать отварные и припущенные овощи, картофельное пюре, тушеную капусту, а также припущенный рис и другие рассыпчатые каши.

В тушеном виде приготавливают верхний, внутренний, боковой и наружный куски тазобедренной части, мякоть лопаточной части, покромку туш 1 категории, подлопаточную часть.

Часто в питании детей школьного возраста используются блюда из рубленого мяса, получаемого путем измельчения говядины или птицы на мясорубке. При этом готовят натуральные рубленые изделия – без добавления хлеба и с добавлением хлеба (например, котлеты). Для приготовления котлетного мяса используют следующие части туши: мякоть шейной части, пашина и обрезки, получающиеся при разделке туши. Все куски мякоти должны быть зачищены от сухожилий и соединительной ткани. Полученное путем измельчения мясо называется котлетным. В котлетном мясе содержание соединительной и жировой части не должно превышать 10%.

В процессе приготовления рубленых полуфабрикатов необходимо принимать меры, снижающие бактериальную обсемененность сырья и готовых полуфабрикатов: например, измельченное мясо и котлетную массу охлаждают.

Также следует соблюдать приемы тепловой обработки, предусмотренные п. 8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08:

* Вареные колбасы, сосиски с сардельки варят не менее 5 минут после закипания;
* при изготовлении вторых блюд из вареного мяса или птицы, порционированное мясо подвергают вторичной термической обработке – кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят в нем до раздачи не более 1 часа.

Органолептическими признаками готовности изделий из рубленого мяса являются выделение бесцветного сока при проколе поварской иглой и серый цвет на разрезе.

Также в ассортимент блюд из мяса входит запеченное мясо. Запекают его с картофелем, овощами, крупами и макаронными изделиями. Мясо в таком случае предварительно варят или припускают. Подготовленные полуфабрикаты запекают в жарочных шкафах слоем не более 4 см при температуре 250-280 град. С в течение 20-25 мин.

Внешними признаками готовности запеченных блюд является образование поджаристой корочки, чему способствует наличие на поверхности сметаны, тертого сыра, сухарей и т.д.. Длительное хранение запеченных блюд запрещено, так как их внешний вид и вкусовые качества быстро ухудшаются.

Горячие блюда при раздаче должны иметь температуру не ниже +65°C.

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

# Наименование кулинарного изделия (блюда): СОСИСКИ (САРДЕЛЬКИ, КОЛБАСА) ОТВАРНЫЕ

Номер рецептуры: №

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Сосиски или сардельки | 81,6 | 80 | 102 | 100 |
| ВЫХОД: | 80 | | 100 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 80 | 8,32 | 16,00 | 16,96 | 179,20 | 19,20 | 16,00 | 127,20 | 1,44 | 0,03 | 0,00 | 0,00 |
| 100 | 10,40 | 20,00 | 21,20 | 224,00 | 24,00 | 20,00 | 159,00 | 1,80 | 0,04 | 0,00 | 0,00 |

***Технология приготовления:***

Искусственную оболочку с сосисок предварительно снимают, затем кладут в кипящую подсоленную воду, доводят до кипения и варят при слабом кипении 3-5 минут. При отпуске гарнируют и поливают соусом или жиром.

Гарниры – каши рассыпчатые, каши вязкие, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром, капуста тушеная.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* свежепрогретые целые колбасные изделия

*Консистенция:* колбасные изделия упругие, плотные, сочные

*Цвет:*  светло-розовый

*Вкус:* в меру соленый, мясной

*Запах:* колбасных изделий

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

# Наименование кулинарного изделия (блюда): КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ

Номер рецептуры: 268

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | | | |
| 1 порция | | | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Говядина (котлетное мясо) | 40,7 | 37 | 62 | 57 | 81,4 | 74 |
| Хлеб пшеничный | 9 | 9 | 14 | 14 | 18 | 18 |
| Молоко или вода | 6 | 6 | 19 | 19 | 24 | 24 |
| Сухари | 5 | 5 | 8 | 8 | 10 | 10 |
| Лук | 6 | 5,5 | 6 | 5,5 | 7 | 6,5 |
| *Масса полуфабриката* | *-* | *65* | *-* | *99* | *-* | *130* |
| Соль | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| Масло растительное | 3 | 3 | 5 | 5 | 6 | 6 |
| ВЫХОД: | 50 | | 75 | | 100 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 50 | 7,78 | 5,78 | 7,85 | 114,38 | 21,88 | 16,06 | 83,19 | 0,75 | 0,05 | 0,08 | 14,38 |
| 75 | 12,44 | 9,24 | 12,56 | 183,00 | 35,00 | 25,70 | 133,10 | 1,20 | 0,08 | 0,12 | 23,00 |
| 100 | 15,55 | 11,55 | 15,70 | 228,75 | 43,75 | 32,13 | 166,38 | 1,50 | 0,10 | 0,15 | 28,75 |

***Технология приготовления:***

Мясо измельчают на мясорубке, добавляют черствый хлеб, предварительно замоченный в воде или молоке, соль, репчатый лук, перемешивают, пропускают через мясорубку, вымешивают.

Из полученной котлетной массы разделывают изделия овально-приплюснутой формы с заостренным концом (котлеты) или кругло-приплюснутой формы толщиной 2-2,5 см (биточки), или плоскоовальной формы, толщиной 1 см (шницели).

Изделия панируют в сухарях, обжаривают на разогретых свковородах, смазанных растительным маслом до образования румяной корочки. Затем запекают при температуре 250-280 град. С в течение 20-25 мин.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* форма котлеты - овально-приплюснутая с заостренным концом, шницеля - кругло-приплюснутая, шницеля – плоскоовальная

*Консистенция:* сочная, пышная, однородная

*Цвет:*  корочки - светло-коричневый, на разрезе – светло-серый

*Вкус:* в меру соленый, мясной

*Запах:* свойственный входящим в рецептуру продуктам

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

# Наименование кулинарного изделия (блюда): ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ

Номер рецептуры: 291

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Бройлер-цыпленок | 139,7 | 100,3 | 174,7 | 125,3 |
| *Масса отварной птицы* | *-* | *80* | *-* | *100* |
| Масло растительное | 7 | 7 | 9 | 9 |
| Морковь до 1 января | 10 | 8 | 16 | 13,3 |
| \*\*\*с 1 января | 17,3 | 13 | 21,7 | 16,3 |
| Лук репчатый | 8 | 7 | 11,8 | 9,3 |
| Томатное пюре | 7 | 7 | 8,8 | 8,8 |
| Крупа рисовая | 35 | 35 | 57,5 | 57,5 |
| *Масса готового риса с овощами* | *-* | *100* | *-* | *160* |
| ВЫХОД: | 180 | | 260 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 80/130 | 20,30 | 17,00 | 35,69 | 377,00 | 45,10 | 47,50 | 199,30 | 2,19 | 0,06 | 1,01 | 48,00 |
| 100/160 | 25,38 | 21,25 | 44,61 | 471,25 | 56,38 | 59,38 | 249,13 | 2,74 | 0,08 | 1,26 | 60,00 |

***Технология приготовления:***

Птицу или окорочка рубят на куски, обжаривают с двух сторон до образования корочки, посыпают солью, кладут в посуду, добавляют пассерованные, мелко нарезанные морковь и лук, томатное пюре, заливают горячим бульоном или водой и дают закипеть. Затем кладут рисовую крупу и варят до загустения. После этого посуду с пловом ставят на 40-50 минут в жарочный шкаф.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* рис рассыпчатый, мясо птицы сохранило свою форму, не разварилось

*Консистенция:* мягкая

*Цвет:*  мяса – серый, овощей – от светло- до темно-оранжевого

*Вкус:* в меру соленый, свойственный тушеному в соусе мясу

*Запах:* свойственный входящим в рецептуру продуктам

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

# Наименование кулинарного изделия (блюда): ПТИЦА ТУШЕНАЯ

Номер рецептуры: 290

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Цыпленок-бройлер | 139,7 | 100,3 | 174,7 | 125,3 |
| Соус красный основной | - | 80 | - | 100 |
| ВЫХОД: | 80/80 | | 100/100 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| С соусом № 354 - сметанным | | | | | | | | | | | |
| 80/80 | 17,65 | 14,58 | 4,70 | 221,00 | 54,50 | 20,30 | 132,90 | 1,62 | 0,05 | 0,02 | 43,00 |
| 100/100 | 22,06 | 18,23 | 5,88 | 276,25 | 68,13 | 25,38 | 166,13 | 2,03 | 0,06 | 0,03 | 53,75 |
| С соусом красным основным | | | | | | | | | | | |
| 80/80 | 17,92 | 14,58 | 5,62 | 225,00 | 56,10 | 23,90 | 138,20 | 1,77 | 0,06 | 0,54 | 43,00 |
| 100/100 | 22,40 | 18,23 | 7,03 | 281,25 | 70,13 | 29,88 | 172,75 | 2,21 | 0,08 | 0,68 | 53,75 |

**Технология приготовления:**

Подготовленные тушки птицы варят до готовности, охлаждают, нарезают на порционные куски, складывают в глубокую посуду. Добавляют бульон куриный (10% к массе соуса), соединяют с соусом, доводят до кипения и тушат в закрытой посуде 15-20 минут при слабом кипении.

**Требования к качеству:**

*Внешний вид:* мясо сохранило форму, залито соусом, сбоку гарнир

*Консистенция:* мягкая, сочная, нежная

*Цвет:*  сероватый – для мякоти ножки, белый – филе, соуса сметанного – белый, соуса сметанного с томатом – светло-оранжевый

*Вкус:* в меру соленый

*Запах:* свойственный мясу птицы и соусу

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

Наименование кулинарного изделия: ПЛОВ

Номер рецептуры: 265.

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Наименование продуктов, полуфабрикатов* | *Масса* | |
| *брутто, г* | *нетто, г* |
| Говядина (боковой и наружный куски  тазобедренной части) | 107 | 79 |
| или баранина (лопаточная часть, грудинка) | *99* | 71 |
| Крупа рисовая | 34 | 34 |
| Масло растительное | 5 | 5 |
| Лук репчатый | 6 | 5 |
| Морковь | 10 | 8 |
| Томатная паста | - | 4 |
| Соль | 1 | 1 |
| *Масса тушеного мяса* |  | 50 |
| *Масса гарнира* |  | 100 |
| *Выход* |  | 50/100 |
|  |  |  |

Химический состав, витамины, и микроэлементов на 1 порцию

|  |  |
| --- | --- |
| Белки (г) | 19,4 |
| Жиры (г) | 9,5 |
| Углеводы (г) | 34,7 |
| Энергетическая ценность (ккал) | 301 |
|  | |
| Са (мг) | 36 |
| Mg (мг) | 34 |
| F е(мг) | 1,0 |
| С (мг) | 0 |

**Технология приготовления**

Нарезанное кусочками по 20-30 г мясо посыпают солью, обжари­вают, добавляют пассерованные с томатным пюре морковь и лук. Мясо и овощи заливают водой (80 г), доводят до кипения, всыпают перебран­ный промытый рис и варят до полуготовности. После того как рис впи­тает всю жидкость, посуду закрывают крышкой, помещают на проти­вень с водой и ставят в жарочный шкаф на 25-40 мин. Отпускают, рав­номерно распределяя мясо вместе с рисом и овощами. Плов можно го­товить без томатного пюре.

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

# Наименование кулинарного изделия (блюда): ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ

Номер рецептуры: 279

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порция | | | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Говядина на/к | 52 | 38 | 56,1 | 51 |
| Вола | 6 | 6 | 11 | 11 |
| Молоко или вода | 6 | 6 | 16 | 16 |
| Лук репчатый | 21 | 18 | 19 | 16 |
| Масло растительное | 3 | 3 | 3 | 3 |
| Масса припущенного лука | - | 9 | - | 12 |
| Мука пшеничная | 4 | 4 | 4 | 4 |
| *Масса полуфабриката* | *-* | *71* | *-* | *95* |
| Масло растительное | - | 3 | 3 | 3 |
| Вода | 12 | 12 | 16 | 16 |
| *Масса готовых тефтелей* | *-* | *60* | *-* | *80* |
| Соус томатный | - | 50 | - | 80 |
| ВЫХОД: | 60/50 | | 80/80 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 60/60 | 8,87 | 9,83 | 11,71 | 171,00 | 43,90 | 21,60 | 106,7 | 0,96 | 0,06 | 0,85 | 39,00 |
| 80/80 | 11,78 | 12,91 | 14,90 | 223,00 | 57,80 | 28,40 | 141,40 | 1,27 | 0,07 | 1,13 | 51,00 |

***Технология приготовления:***

Котлетную массу дважды пропускают через мясорубку, добавляют измельченный припущенный репчатый лук, рассыпчатый рис,перемешивают и формуют в виде шариков по 2-3 шт на порцию. Тефтели панируют в муке, запекают 6-8 минут до полуготовности, заливают соусом с добавлением воды (12-16 г на порцию) и тушат еще 10-15 минут до готовности.

Отпускают с соусом, в котором тушились тефтели.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* тефтели в виде шариков без трещин, пропитаны соусом

*Консистенция:* сочная, в меру плотная

*Цвет:*  тефтелей - светло-коричневый, соуса – светло-коричневый

*Вкус:* в меру соленый, свойственный тушеному в соусе мясу

*Запах:* свойственный входящим в рецептуру продуктам

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

Наименование кулинарного изделия (блюда): ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ.

Номер рецептуры: № 246

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|  | 1 порция | | 100 порций | |
|  | брутто, гр. | нетто, гр. | брутто, кг. | нетто, кг. |
| Говядина | 77 | 57 | 11, | 8,1 |
| Морковь | 3 | 2 | 0,3 | 0,2 |
| Лук | 2,5 | 2 | 0,25 | 0,2 |
| Масса отварного мяса |  | 50 |  | 5,0 |
| Морковь | 12,5 | 10 | 1,25 | 1,0 |
| Масло растительное | 5 | 10 | 0,5 | 0,1 |
| Лук | 12 | 10 | 1,2 | 1,0 |
| Мука пшеничная | 2 | 2 | 0,2 | 0,2 |
| Томат паста | 4 | 4 | 0,4 | 0,4 |
| Соль | 1 | 1 | 0,1 | 0,1 |
| Выход | 85,0 | | 8,5 | |

**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 | |
| 12,55 | | | 12,99 | | | 4,01 | | | 30,52 | | 24,03 | | | 119,19 | | 2,10 | |
| 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 | |
| 1,49 | 0,07 | 0,11 | | - | 0,04 | | 4,42 | - | | 5,07 | | - | 2,25 | | 0,31 | | 1,23 | |

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 182,25

**Технологический процесс**

Подготовленное мясо промывают, нарезают на куски массой 1-1,5 кг, толщиной 8 см, закладывают в горячую воду, доводят до кипения, снимают пену, добавляют соль (1/2 часть от рецептурной нормы), варят в закрытой посуде при слабом кипении до готовности. Готовое вареное мясо охлаждают и нарезают мелкими кубиками. Очищенные морковь и лук репчатый нарезают соломкой и припускают в небольшом количестве воды (бульона), обжаривают. Затем их смешивают с мясом и томатной пастой. Заливают кипящей водой, варят на слабом огне 15-20 минут, после чего сливают бульон и готовят на нем соус, которым заливают мясо и доводят до кипения.

**Требования к оформлению, реализации и хранению**

Отпускают гуляш с соусом и гарниром. 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 не допускается.

**Органолептические показатели качества:**

Внешний вид — консистенция мяса мягкая.

Цвет — светло-коричневый.Вкус и запах — запах свойственный набору продуктов, с ароматом мяса, вкус характерный для рецептурных компонентов, без посторонних привкусов и запахов.

***Сладкие блюда***

В состав сладких блюд включены свежие плоды и ягоды, компоты, кисели, пудинги.

Для их приготовления используют сахар, плоды, ягоды, соки, а также яйца, молоко, мучные и крупяные продукты.

Ароматизирующими и вкусовыми веществами сладких блюд используют в детском питании лимонную кислоту, какао.

В качестве желирующих веществ действующим СанПиНом разрешен крахмал картофельный.

Плоды и ягоды перед использованием перебирают, удаляют плодоножки, сорные примеси, тщательно промываю проточной водой.

Компоты приготовляют из свежих, сушеных плодов и ягод как в различном сочетании, так и из одного какого-либо вида. Сушеные плоды и ягоды перебирают, удаляя сорные примеси, тщательно промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз.

Для улучшения вкуса компоты из смеси сухофруктов рекомендуется варить за 10-12 часов до их реализации, так как в результате настаивания в отвар переходят ароматические и вкусовые вещества (органические кислоты, минеральные соли, сахара), а плоды и ягоды пропитываются сахарным сиропом.

При недостаточной кислотности в компоты добавляют лимонную кислоту.

Кисели приготавливают из свежих и сушеных плодов и ягод, молока и других продуктов.

В зависимости от количества введенного крахмала различают густые, средней густоты и жидкие кисели. Жидкие кисели можно использовать в качестве сладких соусов при отпуске сладких блюд, запеканок и крупяных блюд.

Густые и средней густоты кисели используются в качестве самостоятельного блюда.

Воздушные пироги (суфле), пудинги – горячие сладкие блюда.

**Технологическая карта кулинарного блюда №**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): КАКАО С МОЛОКОМ

Номер рецептуры: 382

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
| 1 порция | |
| Брутто, г | Нетто, г |
| Какао-порошок | 4 | 4 |
| Сахар | 20 | 20 |
| Молоко | 100 | 100 |
| Вода | 100 | 100 |
| ВЫХОД: | 200 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки г | Жиры,г | Угле-воды, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 3,52 | 3,72 | 25,49 | 145,2 | 122,0 | 14,00 | 90,00 | 0,56 | 0,04 | 1,30 | 0,01 |

***Технология приготовления:***

Какао-порошок смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка и растирают в однородную массу, затем при непрерывном помешивании вливают горячее молоко, остальной кипяток и доводят до кипения.

Можно приготавливать какао на молоке сгущенном, при этом соотношение свежего молока к сгущенному составляет 1 : 0,38, а закладку сахара уменьшают на 15% (17 г).

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* непрозрачная жидкость светло-шоколадного цвета, налита в стакан

*Консистенция:* жидкая

*Цвет:*  светло-шоколадный

*Вкус:* сладкий, с выраженным привкусом какао и кипяченого молока

*Запах:* аромат какао и кипяченого молока

**Технологическая карта кулинарного блюда №**

Наименование кулинарного изделия (блюда): ЧАЙ С ЛИМОНОМ .

Номер рецептуры: № 377

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|  | 1 порция | | 100 порций | |
|  | брутто, гр. | нетто, гр. | брутто, кг. | нетто, кг. |
| Чай – заварка | 50 | 50 | 5,0 | 5,0 |
| Сахар | 15 | 15 | 1,5 | 1.5 |
| Лимон | 8 | 7 | 0,8 | 0.7 |
| Вода | 150 | 150 | 15,0 | 15,0 |
| Выход | 200/15/7 | | 20,0/1,5/0,7 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| В 100 граммах данного блюда содержится | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Пищевые вещества г. | | | | | | | | | Минеральные вещества мг. | | | | | | | | |  | |
| Белки | | | Жиры | | | Углеводы | | | Са | | Mg | | | P | | Fe | |
| 4,51 | | | 1,14 | | | 7,71 | | | 112,55 | | 99,08 | | | 185,54 | | 18,42 | |
| 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 |
| 0,01 | 0,01 | 0,22 | | - | 0 | | 0,32 | - | | 3,67 | | - | 0,01 | | - | | 1,79 |

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда:57,33

Технологический процесс: Чайник ополаскивают горячей водой, насыпают чай на определенное количество порций, заливают свежеприготовленным кипятком, примерно 1/3 объема чайника. Чай настаивают 5 – 10 минут, доливают кипяток. Добавляют сахар на определенное количество порций, залить кипятком на то же количество порций и настаивать 5 минут. Промытый теплой водой лимон, ошпаривают кипятком в течении 1-2 минут. Нарезают тонкими кружочками и кладут в стакан приготовленного чая с сахаром, непосредственно перед отпуском. Кипятить заваренный чай или длительно хранить его на плите нельзя.

Требования к оформлению, реализации и хранению

Температура подачи чая в горячем виде +75о С. Срок реализации чая 2 – 3 часа с момента приготовления. Срок годности согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 – 2-3 часа с момента приготовления.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид — прозрачного цвета, без осадка, кружочки лимона.

Цвет — темно--коричневый.

Вкус и запах — приятный запах свежеприготовленной чая с лимоном, сахаром, вкус характерный для рецептурного компонента , без посторонних привкусов и запахов.

**Технологическая карта кулинарного блюда №**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): ЧАЙ С САХАРОМ

Номер рецептуры: № 376

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
| 1 порция | |
| Брутто, г | Нетто, г |
| Чай высшего или 1-го сорта | 1 | 1 |
| Сахар | 15 | 15 |
| ВЫХОД: | 200 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки г | Жирыг | Угле-воды, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 0,20 | 0,00 | 14,00 | 28,00 | 6,00 | 0,00 | 0,00 | 0,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |

***Технология приготовления:***

Емкость для заварки ополаскивают кипятком, насыпают сухой чай на определенное количество порций, заливают кипятком примерно на 1-3 объема емкости, настаивают 5-10 минут, накрыв крышкой, после чего процеживают, добавляют сахар и доливают кипятком до требуемого объема.

Кипятить заваренный чай или длительно хранить его на плите нельзя, так как вкус и аромат чая ухудшаются. Не следует смешивать сухой чай с заваренным.

Температура подачи 75°С.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* жидкость золотисто-коричневого цвета, налита в стакан

*Консистенция:* жидкая

*Цвет:*  золотисто-коричневый

*Вкус:* сладкий, чуть терпкий

*Запах:* соответственный чаю

**Технологическая карта кулинарного блюда №**

# Наименование кулинарного изделия (блюда): КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ

Номер рецептуры: 349

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
| 1 порция | |
| Брутто, г | Нетто, г |
| Смесь сухофруктов | 20 | 20 |
| Вода | 200 | 200 |
| Сахар | 20 | 20 |
| Кислота лимонная | 0,2 | 0,2 |
| ВЫХОД: | 200 | |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки г | Жиры,г | Угле-воды, г | Энерг. ценность, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В1 | С | А |
| 0,04 | 0,00 | 24,76 | 94,20 | 6,40 | 0,00 | 3,6 | 0,18 | 0,01 | 1,08 | 0,00 |

***Технология приготовления:***

Подготовленные сухофрукты заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, добавляют лимонную кислоту и варят до готовности.

Компот варят заранее, чтобы он настоялся.

***Требования к качеству*:**

*Внешний вид:* плоды иди ягоды не переваренные, уложенные в стакан или креманку и залиты полученным при варке компота прозрачным отваром

*Консистенция:* отвара – жидкая, с наличием хорошо проваренных фруктов

*Цвет:*  от светло-коричневого до темно-коричневого, в зависимости от набора сухофруктов

*Вкус:* приятный, сладкий или кисло-сладкий, соответствует виду плодов или ягод

*Запах:* аромат использованных плодов и ягод

***ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ***

***блюд и кулинарных изделий***

***для питания детей***

***школьного возраста***

**( 7-11 лет )**