ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 114.15

Источник: Сборник рец. 2010, №235

Пудинг творожно-яблочный с соусом молочным

Количество порций Сад (100порц. Х .130/26г)

Наименование продукта	Вес на одну порцию		Вес на общее количество порций	
	Брутто кг.	Нетто кг.	Брутто кг.	Нетто кг.
Творог	0.099	0.097	9.898	9.75
Мука	0.011	0.011	1.079	1.079
Сахар	0.012	0.012	1.235	1.235
Яйцо	0.006	0.006	0.65	0.65
Яблоки	0.037	0.026	3.705	2.6
Масло сливочное	0.004	0.004	0.429	0.429
Сметана	0.003	0.003	0.325	0.325
Сухари	0.003	0.003	0.325	0.325
Молоко	0.019	0.019	1.95	1.95
*Вода	0.006	0.006	0.65	0.65
Выход				0.013

В 100граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.		
Белки	Жиры	Углеводы
12.9	18.1	21.4

Минеральные вещества мг.			
Ca	Mg	P	Fe
141.75	24.53	200.53	1.11

Витамины мг.				
A	B1	B2	PP	C
0.13	0.07	0.28	0.46	3.12

Энергетическая ценность (ккал)
298

Технология:

В протертый творог добавляют яичные желтки растертые с сахаром, охлажденную заваренную манную крупу, размягченное сливочное масло, соль, подготовленные яблоки (яблоки припустить в небольшом количестве воды с сахаром). Массу тщательно перемешивают, яичные белки взбивают до густой пены и вводят в подготовленную массу перед запеканием. Полученную массу выкладывают на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень, смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу.

Блюдо 25-30 минут запекают в жарочном шкафу при температуре 200-220°С. На поверхности готового пудинга появляется мягкая нежная корочка. Блюдо охлаждают 5-10 минут, нарезают на квадратные кусочки, при подаче (1 кусок на порцию) поливают молочным сладким соусом.

Соус молочный сладкий: пассерованную на масле муку разводят горячим молоком с добавлением воды и варят 7-10 минут при слабом кипении. Затем кладут сахар, соль, процеживают и доводят до кипения.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 0.07

Источник: Сборник рец. 2010, №6

Масло сливочное

Количество порций Сад (100порц. X .007г)

Наименование продукта	Вес на одну порцию		Вес на общее количество порций	
	Брутто кг.	Нетто кг.	Брутто кг.	Нетто кг.
Масло сливочное	0.007	0.007	0.7	0.7
Выход				0.0007

В 100граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.		
Белки	Жиры	Углеводы
0.6	82.4	0.9

Минеральные вещества мг.			
Ca	Mg	P	Fe
22	3	19	0.14

Витамины мг.				
A	B1	B2	PP	C
0.43	0	0	0.14	0

Энергетическая ценность (ккал)
743

Технология:

Масло нарезают на куски прямоугольной либо другой, правильной формой. До отпуска хранят в холодильнике.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 199.01

Источник: Сборник рец.2010, №392

Чай с молоком

Количество порций Сад (100порц. X .200г)

Наименование продукта	Вес на одну порцию		Вес на общее количество порций	
	Брутто кг.	Нетто кг.	Брутто кг.	Нетто кг.
Сахар	0.015	0.015	1.5	1.5
Чай	0.0005	0.0005	0.05	0.05
Молоко	0.05	0.05	5	5
Выход				0.02

В 100граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.		
Белки	Жиры	Углеводы
0.7	0.8	8.7

Минеральные вещества мг.			
Ca	Mg	P	Fe
31.38	4.6	24.81	0.25

Витамины мг.				
A	B1	B2	PP	C
0	0	0.03	0.04	0.27

Энергетическая ценность (ккал)
43

Технология:

Чайник ополаскивают горячей водой, насыпают чай на определенное количество порций, заливают кипятком примерно на 1/3 объема чайника, настаивают 5-10 мин. доливают кипятком и процеживают в подготовленный прокипяченый сироп.Для приготовления сиропа в кипящую воду вводят по норме сахар, дают закипеть. В готовый чай добавляют горячее кипяченое молоко и разливают в стаканы. Температура подачи +75°С, температура приема блюда +55°С.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 299.15

Хлеб пшеничный

Количество порций Сад (100порц. X .030г) Сад (100порц. X .030г)

Наименование продукта	Вес на одну порцию		Вес на общее количество порций	
	Брутто кг.	Нетто кг.	Брутто кг.	Нетто кг.
Хлеб пшеничный	0.06	0.06	6	6
Выход				0.006

В 100граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.		
Белки	Жиры	Углеводы
7.6	0.6	52.3

Минеральные вещества мг.			
Ca	Mg	P	Fe
20	14	65	0.9

Витамины мг.				
A	B1	B2	PP	C
0	0.1	0.07	0.9	0

Энергетическая ценность (ккал)
233

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 195.02

Источник: Сборник рец.2010,№401

Кефир

Количество порций Сад (100порц. X .150г)

Наименование продукта	Вес на одну порцию		Вес на общее количество порций	
	Брутто кг.	Нетто кг.	Брутто кг.	Нетто кг.
Кефир	0.155	0.15	15.525	15
Выход				0.015

В 100граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.		
Белки	Жиры	Углеводы
2.8	3.2	4.1

Минеральные вещества мг.			
Ca	Mg	P	Fe
120	114	95	0.1

Витамины мг.				
A	B1	B2	PP	C
0.03	0.03	0.17	0.14	0.7

Энергетическая ценность (ккал)
59

Технология:

Кисломолочные продукты наливают непосредственно в стакан. При этом потери при реализации составляют: бифидока, кефира - 3,5%, ацидофилина - 7,5 %, ряженки - 3,0%, простокваши- 5%.
Кисломолочные напитки можно отпускать с сахаром по 5/10/15 гр.
Простоквашу, ряженку или другие кисломолочные продукты, поступающие в банках (емкостью 0,2 л), отпускают в этой же посуде.
Температура подачи блюда 15 -18С, температура приема пищи 15-18С.
В холодный период времени допускается выдерживать перед раздачей кисломолочные продукты в горячем цехе при комнатной температуре в течение часа.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 15.02

Источник: Спр. блюд для уч-ся г.Москвы, р.№21

Салат "Здоровье"

Количество порций Сад (100порц. X .050г)

Наименование продукта	Вес на одну порцию		Вес на общее количество порций	
	Брутто кг.	Нетто кг.	Брутто кг.	Нетто кг.
Морковь	0.023	0.017	2.333	1.75
Свекла	0.027	0.02	2.667	2
Масло растительное	0.002	0.002	0.167	0.167
Зеленый горошек	0.017	0.011	1.678	1.083
Соль	0.002	0.002	0.167	0.167
Выход				0.005

В 100граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.		
Белки	Жиры	Углеводы
1.6	3.4	6.8

Минеральные вещества мг.			
Ca	Mg	P	Fe
40.44	24.98	44.28	0.74

Витамины мг.				
A	B1	B2	PP	C
3.2	0.04	0.06	0.58	5.5

Энергетическая ценность (ккал)
62

Технология:

Свеклу, морковь предварительно промывают, тщательно удалив загрязнения, повторно промывают в проточной питьевой воде в течение 5 минут и отваривают до готовности, затем очищают. Зеленый горошек консервированный выкладывают в подготовленную посуду и кипятят в собственном соку в течение 5-8 минут, затем охлаждают до температуры 8-10 град. С.
Вареные морковь, свеклу нарезают соломкой, добавляют отварной зеленый горошек. Перед подачей заправляют растительным маслом, солью и перемешивают. Температура отпуска салата 10-14 град. С. Срок реализации 1 час с момента приготовления.
Требования к качеству: овощи не переваренные, форма нарезки сохраняется, вкус и цвет - соответствующие данному продукту.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 68.02

Источник: Сборник рец.2010, №80

Суп картофельный с рисом

Количество порций Сад (100порц. X .250г)

Наименование продукта	Вес на одну порцию		Вес на общее количество порций	
	Брутто кг.	Нетто кг.	Брутто кг.	Нетто кг.
Картофель	0.107	0.075	10.714	7.5
Крупа рисовая	0.01	0.01	1	1
Лук репчатый	0.012	0.01	1.2	1
Морковь	0.013	0.01	1.333	1
Выход				0.025

В 100граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.		
Белки	Жиры	Углеводы
1	0.1	8.6

Минеральные вещества мг.			
Ca	Mg	P	Fe
7.24	9.82	25.8	0.4

Витамины мг.				
A	B1	B2	PP	C
0.36	0.04	0.02	0.5	6.6

Энергетическая ценность (ккал)
40

Технология:

Картофель, морковь перебирают, промывают, очищают от кожицы и промывают очищенные овощи в проточной воде. Картофель нарезают брусочками или кубиками. Морковь - брусочками, соломкой, ломтиками или кружочками. Лук - кубиками, соломкой, затем морковь и лук пассируют. Крупу перебирают и несколько раз промывают теплой, а затем горячей водой.

В кипящий бульон закладывают крупу, варят 5 минут, затем вводят картофель и пассированные овощи, варят еще 15-20 минут, добавляют соль.

Температура подачи первого блюда 65 С, температура приема пищи 50-55 С. Срок реализации - 2-3 часа с момента приготовления.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 168.12

Источник: Сборник рец 1982,№ 598

Бефстроганов

Количество порций Сад (100порц. X .040/40г)

Наименование продукта	Вес на одну порцию		Вес на общее количество порций	
	Брутто кг.	Нетто кг.	Брутто кг.	Нетто кг.
Говядина	0.069	0.063	6.907	6.32
Лук репчатый	0.023	0.019	2.302	1.92
Масло растительное	0.002	0.002	0.25	0.25
Мука	0.003	0.003	0.32	0.32
Сметана	0.008	0.008	0.8	0.8
Томатная паста	0.003	0.003	0.323	0.32
Соль	0.001	0.001	0.072	0.072
Выход				0.004

В 100граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.		
Белки	Жиры	Углеводы
32.2	31.9	12.4

Минеральные вещества мг.			
Ca	Mg	P	Fe
55.77	46.97	364.82	4.85

Витамины мг.				
A	B1	B2	PP	C
0.2	0.15	0.27	4.8	8.4

Энергетическая ценность (ккал)
460

Технология:

Нарезанное широкими кусками мясо отбивают до толщины 5-8 мм и нарезают брусочками длинной 30-40 мм массой по 5-7 грамм. Полученные кусочки кладут тонким ровным слоем на сковороду с жиром, разогретым до температуры 150-180 град. С, посыпают солью и жарят, непрерывно помешивая в течение 3-4 минут. Из пассированной без жира муки, сметаны, томат-пасты согласно рецептуре приготавливают соус. Время варки 10-15 минут. В соус кладут пассированный лук, заливают им обжаренное мясо и доводят до кипения. Тушат еще 5-10 минут. Томат-пасту можно исключить. Отпускают бефстроганов вместе с соусом.

Требования к качеству: мясо нарезано ровными кусочками, мягкое. Соус густой с ароматом пассированного лука.

Температура подачи блюда 65 С, температура приема пищи 50-55 С. Срок реализации – 2-3 часа с момента приготовления.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 229.14

Источник: Сборник рец. 1982, №446

Макароны отварные с овощами

Количество порций Сад (100порц. Х .130г)

Наименование продукта	Вес на одну порцию		Вес на общее количество порций	
	Брутто кг.	Нетто кг.	Брутто кг.	Нетто кг.
Макаронные изделия	0.033	0.033	3.337	3.337
Масло сливочное	0.004	0.004	0.433	0.433
Соль	0.002	0.002	0.173	0.173
Морковь	0.035	0.026	3.467	2.6
Лук репчатый	0.021	0.017	2.08	1.733
Выход				0.013

В 100граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.		
Белки	Жиры	Углеводы
3.1	3	22

Минеральные вещества мг.			
Ca	Mg	P	Fe
24.59	13.97	41.69	0.6

Витамины мг.				
A	B1	B2	PP	C
1.82	0.07	0.04	0.53	2.33

Энергетическая ценность (ккал)
122

Технология:

На 1 кг макаронных изделий расходуется 5-6 л воды, 30-40 гр. соли. Макаронные изделия закладывают в кипящую подсоленную воду и варят при кипении. В процессе варки макаронные изделия размешивают веселкой. Отварные изделия становятся мягкими. Время варки зависит от вида, сорта и количества изделий. Макароны варят 30-40 минут, лапшу 25-30 минут, вермишель 10-15 минут.

Готовые макаронные изделия откидывают на дуршлаг или сито вместе с отваром. Когда вода стечет, макароны перекладывают в посуду, заправляют растопленным сливочным маслом и перемешивают.

Овощи нарезают соломкой и пассеруют. Затем отварные макароны добовляют к готовым овощам и перемешивают.

Температура подачи блюда +65°С. Срок реализации 1-2 часа с момента приготовления.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 211.02

Источник: Сборник рец. 2010, №376

Компот из кураги

Количество порций Сад (100порц. X .150г)

Наименование продукта	Вес на одну порцию		Вес на общее количество порций	
	Брутто кг.	Нетто кг.	Брутто кг.	Нетто кг.
Сахар	0.008	0.008	0.825	0.825
Курага	0.016	0.015	1.588	1.5
*Вода	0.152	0.152	15.225	15.225
Выход				0.015

В 100граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.		
Белки	Жиры	Углеводы
0.5	0	11

Минеральные вещества мг.			
Ca	Mg	P	Fe
16.11	10.5	14.6	0.33

Витамины мг.				
A	B1	B2	PP	C
0.35	0.01	0.02	0.3	0.4

Энергетическая ценность (ккал)
44

Технология:

Сушеные плоды и ягоды перебирают, удаляя посторонние примеси, промывают. Подготовленные плоды или ягоды заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар и варят до готовности. Груши сушеные, в зависимости от величины и вида, варят 1-2 часа, яблоки - 20-30 мин, чернослив, урюк и курагу - 10-20 минут, изюм - 5-10 минут.

Требования к качеству

Внешний вид: плоды и ягоды не переварены, жидкая часть компота - прозрачная.

Консистенция: ягоды и фрукты сочные, хорошо проваренные.

Цвет: свойственный данному виду сухофруктов.

Вкус: сладкий или кисло-сладкий.

Запах: аромат использованных плодов, ягод.

Температура подачи блюда 35 С, температура приема пищи 25-30 С.

Срок реализации - 1-2часа с момента приготовления.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 299.17

Хлеб ржаной

Количество порций Сад (100порц. X .037г)

Наименование продукта	Вес на одну порцию		Вес на общее количество порций	
	Брутто кг.	Нетто кг.	Брутто кг.	Нетто кг.
Хлеб ржаной	0.037	0.037	3.75	3.7
Выход				0.0037

В 100граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.		
Белки	Жиры	Углеводы
4.7	0.7	49.8

Минеральные вещества мг.			
Ca	Mg	P	Fe
21	19	87	2

Витамины мг.				
A	B1	B2	PP	C
0	0.08	0.05	0.62	0

Энергетическая ценность (ккал)
214

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 100.06

Источник: Сб. рецеп., 1982, №428

Биточки пшеные с морковью и соусом

Количество порций Сад (100порц. X .080/20г)

Наименование продукта	Вес на одну порцию		Вес на общее количество порций	
	Брутто кг.	Нетто кг.	Брутто кг.	Нетто кг.
Пшено	0.021	0.021	2.112	2.112
Соль	0.0002	0.0002	0.025	0.025
*Вода	0.061	0.061	6.1	6.1
Морковь	0.02	0.015	2.048	1.536
Сухари	0.003	0.003	0.256	0.256
Сахар	0.005	0.005	0.52	0.52
Яйцо	0.002	0.002	0.16	0.16
Масло растительное	0.003	0.003	0.32	0.32
Молоко	0.015	0.015	1.5	1.5
Мука	0.001	0.001	0.08	0.08
Масло сливочное	0.001	0.001	0.08	0.08
Выход				0.008

В 100граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.		
Белки	Жиры	Углеводы
4.5	6.6	29.2

Минеральные вещества мг.			
Ca	Mg	P	Fe
43.16	33.82	97.99	1.06

Витамины мг.				
A	B1	B2	PP	C
1.72	0.14	0.06	0.7	1.15

Энергетическая ценность (ккал)
196

Технология:

Сырую очищенную морковь нарезают соломкой, пассеруют с маслом и протирают. Варят густую вязкую пшенную кашу с выходом из 1 кг крупы 3,5 кг каши. Кладут в нее полученное морковное пюре, охлаждают до 60-70С, добавляют яйца и перемешивают. Затем массу разделывают на биточки, панируют в сухараях и жарят в масле в течение 10 мин. Подают со сметаной или молочным соусом.

Соус молочный сладкий: пассерованную на масле муку разводят горячим молоком с добавлением воды и варят 7-10 минут при слабом кипении. Затем кладут сахар, соль, процеживают и доводят до кипения.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 330.04

Пряники

Количество порций Сад (100порц. X .030г)

Наименование продукта	Вес на одну порцию		Вес на общее количество порций	
	Брутто кг.	Нетто кг.	Брутто кг.	Нетто кг.
Пряники	0.03	0.03	3	3
Выход				0.003

В 100граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.		
Белки	Жиры	Углеводы
4.8	2.8	82.5

Минеральные вещества мг.			
Ca	Mg	P	Fe
9	0	41	0.6

Витамины мг.				
A	B1	B2	PP	C
0	0.07	0.03	0.57	0

Энергетическая ценность (ккал)
350

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 203.05

Источник: Сборник рец. 2010,№392

Чай с джемом

Количество порций Сад (100порц. Х .150/12г)

Наименование продукта	Вес на одну порцию		Вес на общее количество порций	
	Брутто кг.	Нетто кг.	Брутто кг.	Нетто кг.
Чай	0.0004	0.0004	0.041	0.041
Джем	0.012	0.012	1.2	1.2
Выход				0.015

В 100граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.		
Белки	Жиры	Углеводы
0.1	0	5.5

Минеральные вещества мг.			
Ca	Mg	P	Fe
2.31	1.92	3.69	0.31

Витамины мг.				
A	B1	B2	PP	C
0.03	0	0	0.21	0.04

Энергетическая ценность (ккал)
22

Технология:

Чайник ополаскивают горячей водой, насыпают чай на определенное количество порций, заливают кипятком примерно на 1/3 объемачайника, настаивают 5-10 мин. доливают кипятком, в стакан кладут сахар, наливают заварку, доливают кипятком.
Чай заваривают, варенье, джем, мед, повидло подают отдельно на розетке (допускается класть сахар в стакан с заваркой).

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 352.08

Источник: Сборник рец. 2010,№371

Апельсин

Количество порций Сад (100порц. X .060г)

Наименование продукта	Вес на одну порцию		Вес на общее количество порций	
	Брутто кг.	Нетто кг.	Брутто кг.	Нетто кг.
Апельсины	0.06	0.06	6	6
Выход				0.006

В 100граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.		
Белки	Жиры	Углеводы
0.9	0	8.4

Минеральные вещества мг.			
Ca	Mg	P	Fe
34	13	23	0.3

Витамины мг.				
A	B1	B2	PP	C
0.05	0.03	0.03	0.2	60

Энергетическая ценность (ккал)
38