

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №**

Наименование блюда

**Борщ с мелкошинкованными овощами с курицей и сметаной**

Рецептура № 1.78

колонка

По картотеке блюд лечебного и рационального питания, 1995г часть 1, Екатеринбург

**Рецептура**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1 до 3 лет		с 3 до 7 лет	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Курица потрошенная 1 категории	30	26	45	39
или Филе куриное	17	16	25	24
или Филе из грудки индейки	17	16	25	24
<b>Масса отварной мякоти без кожи</b>		<b>10</b>		<b>15</b>
Свекла	30	24	38	30
Капуста белокочанная свежая	18	14	21	17
Картофель	19	14	23	17
Морковь	10	8	12,5	10
Лук репчатый	7	6	8	7
Масло сливочное	3	3	4	4
Томатное пюре	4	4	5	5
Бульон	120	120	144	144
Сметана	5	5	5	5
Зелень сушеная	0,1	0,1	0,1	0,1
<b>Выход готового блюда</b>	<b>150/10/5</b>		<b>180/15/5</b>	

**Технология приготовления**

В холодную воду закладывают подготовленные тушки кур или филе куриное (или индейки), доводят до кипения, удаляют пену и жир, добавляют пищевую йодированную соль 0,3 мг на порцию, варят при слабом кипении до готовности в течение 1-1,5 часа. Готовый бульон используют для варки супа, отварную курицу разделяют на мякоть без кожи и нарезают кусочками, заливают бульоном и подвергают кипячению в бульоне в течение 5-7 мин (до подачи хранят в бульоне не более 1 часа при температуре + 75°С). Подготовленную капусту белокочанную свежую шинкуют соломкой. Свеклу свежую промытую неочищенную варят до готовности, охлаждают, очищают от кожицы и нарезают мелкой соломкой (или натирают на крупной терке). Обработанные: картофель нарезают мелкими брусочкам, морковь, лук репчатый шинкуют тонкой соломкой и припускают в масле с добавлением небольшого количества воды 5-10 мин, затем добавляют томатное пюре и продолжают припускание еще 5-7 мин. В кипящий бульон закладывают нашинкованную капусту, доводят до кипения, затем добавляют картофель и варят 10-15 мин. Затем кладут свеклу вареную, припущенные с томатным пюре овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют сушеную зелень и соль. Готовый борщ заправляют сметаной и вновь доводят до кипения. Отпускают борщ с отварной курицей. Температура подачи 60-65°С. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления. Общее время приготовления 80 минут.

### Органолептические показатели

**Внешний вид:** Овощи сохранили мелкую нарезку. На поверхности блестки жира, кусочки курицы и сметана

**Цвет:** Малиново-красный

**Вкус:** Кисло-сладкий, умеренно соленый. Куриного бульона в сочетании с овощами

**Запах:** Куриного бульона и отварных овощей

**Консистенция:** Свеклы, овощей, курицы - мягкая; капусты - слегка упругая; соблюдается соотношение жидкой и плотной частей.

### Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
3,1	4,5	7,2	82	150/10/5
4,2	4,9	8,8	96	180/15/5

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №**

Наименование блюда

**Борщ "Сибирский" с мясом со сметаной**

Рецептура № 111

колонка

По сборнику рецептов **блюдо и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004г****Рецептура**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1 до 3 лет		с 3 до 7 лет	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Говядина 1 категории	22	16	22	16
или Мясо-говядина жилованное, замороженное в блоках	19	16	19	16
или Гуляш-полуфабрикат промышленного производства	16	16	16	16
<b>Масса отварного мяса</b>		<b>10</b>		<b>10</b>
Свекла	30	24	38	30
Капуста свежая белокочанная	15	12	19	15
Картофель	8	6	9	7
Фасоль	6	6	7	7
Морковь	11,3	9	12,5	10
Лук репчатый	7	6	8	7
Томатное пюре	1,5	1,5	2	2
Масло сливочное	3	3	4	4
Сахар	0,2	0,2	0,3	0,3
Бульон	120	120	144	144
Сметана	5	5	5	5
Зелень сушеная	0,1	0,1	0,1	0,1
<b>Выход готового блюда</b>		<b>150/10/5</b>		<b>180/10/5</b>

**Технология приготовления**

В холодную воду закладывают промытые куски мяса, массой не более 1,5 кг и толщиной не более 8 см, доводят до кипения, удаляют пену и жир, добавляют пищевую йодированную соль 0,3 мг на порцию, варят при слабом кипении до готовности в течение 2-2,5 часа. За 30-40 мин до окончания варки в бульон кладут соль. Готовый бульон используют для варки супа, отварное мясо нарезают кубиками, заливают бульоном и подвергают кипячению в бульоне в течение 5-7 мин (до подачи хранят в бульоне не более 1 часа при температуре + 75°С). Свеклу свежую промытую неочищенную варят в воде до готовности, охлаждают, очищают от кожицы и нарезают тонкой соломкой. Фасоль отваривают отдельно до готовности. Обработанные морковь, лук репчатый шинкуют и припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла 5-10 мин, затем добавляют томатное пюре и продолжают припускание 5-7 мин. В кипящий бульон закладывают нашинкованную капусту, доводят до кипения, затем добавляют нарезанный брусочками картофель, варят 10-15 мин, затем кладут припущенные с томатным пюре овощи, вареную свеклу и варят борщ до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют фасоль вареную, соль, сахар, сушеную зелень и доводят борщ до готовности. В готовый борщ добавляют сметану и вновь доводят до кипения. Отпускают борщ с отварным мясом. Температура подачи 60-65°С. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления. Общее время приготовления 80 минут.

### Органолептические показатели

**Внешний вид:** Овощи сохранившие нарезку; на поверхности блестки жира, кусочки мяса, сметана и зелень

**Цвет:** Малиново-красный

**Вкус:** Мясного бульона и овощей входящий в состав борща в сочетании с отварной фасолью, кисло-сладкий

**Запах:** Мясных экстрактивных веществ и отварных овощей с ароматом свежей зелени

**Консистенция:** Овощи, фасоли, мяса - мягкие; капуста - слегка упругая; соблюдается соотношение жидкой и плотной частей

### Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
3,5	3,4	7,2	73	150/10/5
4,5	3,8	8,6	87	180/10/5

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №**

Наименование блюда

**Рассольник "Домашний" с курицей со сметаной**

Рецептура № 131

колонка

По сборнику рецептов

блюдо и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004г

**Рецептура**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1 до 3 лет		с 3 до 7 лет	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Курица потрошенная 1категории	30	26	45	39
или Филе куриное	17	16	25	24
или Филе из грудки индейки	17	16	25	24
<b>Масса отварной мякоти без кожи</b>		<b>10</b>		<b>15</b>
Капуста свежая белокочанная	15	12	19	15
Картофель	61	46	73	55
Морковь	6,3	5	7,5	6
Лук репчатый	7	6	8	7
Огурцы солёные	15	8	18	10
Масло сливочное	3	3	4	4
Бульон	108	108	130	130
Сметана	5	5	5	5
Зелень сушеная	0,1	0,1	0,1	0,1
<b>Выход готового блюда</b>		<b>150/10/5</b>		<b>180/15/5</b>

**Технология приготовления**

В холодную воду закладывают подготовленные тушки кур, или филе куриное (или индейки: доводят до кипения, удаляют пену и жир, варят при слабом кипении до готовности в течение 1-1,5 часа.

1. Готовый бульон используют для варки супа, отварную курицу разделяют на мякоть без кожи и нарезают кусочками, заливают бульоном и подвергают кипячению в бульоне в течение 5-7 мин (до подачи хранят в бульоне не более 1 часа при температуре 75°С). Обработанные морковь и лук репчатый мелко нарезают и припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла сливочного в течение 5-10 мин. Огурцы соленые режут тонкой соломкой и припускают в небольшом количестве воды в течение 15 мин. Под(отовленные капусту свежую шинкуют, картофель очищенный нарезают брусочками. В кипящий бульон кладут капусту шинкованную, доводят до кипения, закладывают нарезанный картофель, а через 5-10 мин припущенные овощи и припущенные соленые огурцы. За 5-7 мин до готовности добавляют соль йодированную 0,3 мг на порцию и сушеную зелень. Готовый рассольник заправляют сметаной и вновь доводят до кипения. Отпускают рассольник с отварной курицей. Температура подачи 60- 65°С. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления.

**Органолептические показатели**

**Внешний вид:** Огурцы нарезаны соломкой, картофель - дольками или брусочками. На поверхности блестки жира, кусочки курицы, сметана и зелень

**Цвет:** Бульона - с кремоватым оттенком; жира - жёлтый

**Вкус:** Куриного бульона, в меру солёный, с умеренной кислотностью

**Запах:** Куриного бульона, огуречного рассола; приятный овощной

**Консистенция:** Овощей, птицы - мягкая; огурцов - слегка хрустящая; соблюдается соотношение жидкой и плотной частей.

**Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)**

<b>Белки, г</b>	<b>Жиры, г</b>	<b>Углеводы, г</b>	<b>Энергетическая ценность, ккал</b>	<b>Выход, г</b>
3,0	2,8	7,1	66	150/10/5
4,7	3,8	8,7	88	180/15/5

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №**Наименование блюда **Суп гороховый на мясном бульоне с гренками**

Рецептура № 139

колонка

По сборнику рецептов

блюдо и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004г

**Рецептура**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1 до 3 лет		с 3 до 7 лет	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Картофель	45	34	53	40
Горох	12	12	15	15
Лук репчатый	7	6	10	8
Морковь	9	7	12,5	10
Масло сливочное	3	3	4	4
Бульон	108	108	130	130
<b>Гренки из пшеничного хлеба №170-2013, Пермь</b>		<b>10</b>		<b>20</b>
Хлеб пшеничный	19	16	38	32
Зелень сушеная	0,1	0,1	0,1	0,1
<b>Выход готового блюда</b>		<b>150/10</b>		<b>180/20</b>

**Технология приготовления**

Очищенный картофель нарезают крупными кубиками, очищенную морковь - мелкими кубиками, лук репчатый мелко рубят. Измельченные морковь, лук репчатый припускают в масле сливочном с добавлением небольшого количества воды и пищевой йодированной соли в течение 10-15 мин. Горох промывают и предварительно замачивают, затем кладут в бульон, доводят до кипения, добавляют картофель, припущенные морковь, лук и варят до готовности. За 5 мин до готовности кладут соль и зелень сушеную. Суп отпускают с гренками. **Для гренок** хлеб нарезают кубиком (10\*10 мм), слегка подсаливают, подсушивают до хрустящего состояния в жарочном шкафу. Общее время приготовления 80 минут. Температура подачи 60-65°C. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления.

**Органолептические показатели**

**Внешний вид:** Картофель, нарезан кубиками; горох - в виде целых, неразваренных зёрен. На поверхности блески жира и зелень. Гренки поданы отдельно

**Цвет:** Светло-жёлтый

**Вкус:** Мясного бульона в сочетании с горохом, насыщенный, умеренно солёный

**Запах:** Мясных экстрактивных веществ с ароматом гороха и зелени

**Консистенция:** Гороха, овощей - мягкая. Соблюдено соотношение плотной и жидкой частей

**Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)**

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
2,9	2,2	10,4	73	150/10
4,4	3,1	22,9	137	180/20





**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №**

Наименование блюда

**Суп из овощей со сметаной**

Рецептура № 135

колонка

По сборнику рецептов

блюдо и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004г

**Рецептура**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1 до 3 лет		с 3 до 7 лет	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Картофель	40	30	48	36
Морковь	7,5	6	8,8	7
Лук репчатый	7	6	8	7
Горошек зеленый консервированный	8	5	9	6
Овощи свежемороженые (капуста цветная или брокколи)	19	18	23	22
или Капуста свежая белокочанная	23	18	28	22
Масло сливочное	3	3	4	4
Вода питьевая	114	114	137	137
Сметана	5	5	5	5
Зелень сушеная	0,1	0,1	0,1	0,1
<b>Выход готового блюда</b>		<b>150/5</b>		<b>180/5</b>

**Технология приготовления**

Очищенный картофель нарезают брусочками или дольками. Обработанные, нарезанные соломкой морковь и лук репчатый припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла сливочного в течение 10-15 мин. В кипящую воду кладут овощи свежемороженые (без предварительного размораживания), доводят до кипения, затем добавляют картофель и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют припущенные овощи, горошек консервированный (консервные банки ошпаривают, протирают, вскрывают), пищевую йодированную соль из расчета 0,3 мг на порцию и сушеную зелень. Готовый суп заправляют сметаной и вновь доводят до кипения. Общее время приготовления 60 минут. Температура подачи 60-65°C. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления.

**Органолептические показатели**

**Внешний вид:** Картофель и овощи нарезаны в соответствии с технологией. На поверхности блестки жира, сметана и зелень

**Цвет:** Бульона светло - серый, прозрачный

**Вкус:** Овощной, умеренно соленый

**Запах:** Насыщенный овощной с ароматом сметаны

**Консистенция:** Картофель, овощи - мягкие; соблюдается соотношение жидкой и плотной частей

**Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)**

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, л
1,2	3,2	7,5	64	150/5
1,7	3,9	9,0	78	180/5



**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №**

Наименование блюда

**Суп картофельный с мелкошинкованными овощами  
с мясом со сметаной**

Рецептура № 1.72

колонка

По картотеке блюд лечебного и рационального питания, 1995г часть 1, Екатеринбург

**Рецептура**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1 до 3 лет		с 3 до 7 лет	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Говядина 1 категории	22	16	22	16
или Мясо-говядина жилованное, замороженное в блоках	19	16	19	16
или Гуляш-полуфабрикат промышленного производства	16	16	16	16
<b>Масса отварного мяса</b>		<b>10</b>		<b>10</b>
Картофель	86	65	106	80
Морковь	8,8	7	12,5	10
Лук репчатый	4,8	4	6	5
Масло сливочное	3	3	4	4
Помидоры свежие парниковые	6,1	6	10,2	10
или Помидоры свежие грунтовые	7	6	12	10
Бульон	114	114	137	137
Сметана	5	5	5	5
Зелень сушеная	0,1	0,1	0,1	0,1
<b>Выход готового блюда</b>	<b>150/10/5</b>		<b>180/10/5</b>	

**Технология приготовления**

В холодную воду закладывают промытые куски мяса, массой не более 1,5 кг и толщиной не более 8 см, доводят до кипения, удаляют пену и жир, варят при слабом кипении до готовности в течение 2-2,5 часа. За 30-40 мин до окончания варки в бульон кладут соль. Готовый бульон используют для варки супа, отварное мясо нарезают кубиками, заливают бульоном и подвергают кипячению в бульоне в течение 5-7 мин (до подачи хранят в бульоне не более часа при температуре + 75 °С). Обработанные морковь и лук мелко нарезают и припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла 5-10 мин, затем добавляю<sup>1</sup> мелко нарезанные помидоры и припускают еще 5-7 мин. В кипящий бульон закладываю<sup>1</sup> очищенный, мелко нарезанный картофель и варят в течении 10-20 мин. Затем добавляют припущенные овощи, соль пищевую йодированную из расчета 0.3 мг на порцию, сушеную зелень и варят до готовности в течении 10-15 мин. Готовый суп заправляют сметаной и вновь доводят до кипения. Отпускают суп с отварным мясом. Время приготовления 60 минут. Температура подачи 60-65 °С.

### Органолептические показатели

**Внешний вид:** Овощи сохранили форму нарезки, на поверхности блестки жира, кусочки мяса, сметана и зелень

**Цвет:** Бульон прозрачный

**Вкус:** Умеренно соленый, мясного бульона в сочетании с картофелем и овощами

**Запах:** Мясных экстрактивных веществ и овощей

**Консистенция:** Овощей - мягкая. Соблюдено соотношение плотной и жидкой частей

### Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
3,5	3,9	11,2	94	150/10/5
4,2	4,4	14,3	114	180/10/5

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №**

Наименование блюда

**Суп картофельный с крупой, с мясом**

Рецептура № 138

колонка

По сборнику рецептур

блюдо и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004г.

**Рецептура**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1 до 3 лет		с 3 до 7 лет	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Говядина 1 категории	22	16	22	16
или Мясо-говядина жилованное, замороженное в блоках	19	16	19	16
или Гуляш-полуфабрикат промышленного производства	16	16	16	16
<b>Масса отварного мяса</b>		<b>10</b>		<b>10</b>
Картофель	60	45	73	55
Крупа перловая, пшеничная, овсяная или пшено	3	3	4	4
Морковь	6,3	5	7,5	6
Лук репчатый	7	6	8	7
Масло сливочное	3	3	4	4
Бульон для круп пшеничной, перловой	108	108	130	130
Бульон для остальных круп	114	114	137	137
Зелень сушеная	0,1	0,1	0,1	0,1
<b>Выход готового блюда</b>	<b>150/10</b>		<b>180/10</b>	

**Технология приготовления**

В холодную воду закладывают промытые куски мяса, массой не более 1,5 кг и толщиной не более 8 см, доводят до кипения, удаляют пену и жир, варят при слабом кипении до готовности в течение 2-2,5 часа. За 30-40 минут до окончания варки в бульон кладут соль. Готовый бульон используют для варки супа, отварное мясо нарезают кубиками, заливают бульоном и подвергают кипячению в бульоне в течение 5-7 минут (до подачи хранят в бульоне не более 1 часа при температуре +75°C). Крупу перебирают, промывают несколько раз, меняя воду. Очищенный картофель нарезают кубиками. Обработанные, нарезанные соломкой морковь, лук репчатый припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла в течение 10-15 мин. В кипящий бульон кладут подготовленную крупу, затем картофель, припущенные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки кладут сушеную зелень, соль пищевую йодированную из расчета 0,3 мг на порцию. Отпускают суп с отварным мясом. Общее время приготовления 60 минут. Температура подачи 60-65°C. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления.

### Органолептические показатели

**Внешний вид:** Картофель и коренья сохранили форму нарезки, крупа хорошо разварившаяся, но не потерявшая форму, на поверхности кусочки мяса, блестки жира и зелень

**Цвет:** Бульон прозрачный

**Вкус:** Умеренно соленый, мясного бульона в сочетании с картофелем и крупой

**Запах:** Мясного бульона, припущенных овощей и вареной крупы

**Консистенция:** Мяса, овощей - мягкая; крупа хорошо разварившаяся; соблюдено соотношение жидкой и плотной частей

### Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
3,9	3,5	12,5	97	150/10
4,4	4,1	15,2	115	180/10

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №**Наименование блюда **Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей**

Рецептура № 140 колонка

По сборнику рецептур **блюдо и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004г****Рецептура**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1 до 3 лет		с 3 до 7 лет	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Курица потрошенная 1 категории	30	26	45	39
или Филе куриное	17	16	25	24
или Филе из грудки индейки	17	16	25	24
<b>Масса отварной мякоти без кожи</b>		<b>10</b>		<b>15</b>
Картофель	60	45	72	54
Макаронные изделия	7	7	8	8
Морковь	8,8	7	10	8
Лук репчатый	8	7	9,5	8
Масло сливочное	3	3	4	4
Бульон	114	114	137	137
Зелень сушеная	0,1	0,1	0,1	0,1
<b>Выход готового блюда</b>		<b>150/10</b>		<b>180/15</b>

**Технология приготовления**

В холодную воду закладывают подготовленные тушки кур или филе куриное (или индейки), доводят до кипения, удаляют пену и жир, варят при слабом кипении до готовности в течение 1-1,5 часа. Готовый бульон используют для варки супа, отварную курицу разделяют на мякоть без кожи и нарезают кусочками, заливают бульоном и подвергают кипячению в бульоне в течение 5-7 мин (до подачи хранят в бульоне не более 1 часа при температуре +75°C). Обработанные овощи нарезают в соответствии с видом используемых макаронных изделий: картофель - брусочками или кубиками, морковь - брусочками, соломкой или кубиками, лук шинкуют или мелко рубят. Морковь и лук репчатый припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла в течение 10-15 мин. В кипящий бульон кладут макароны и варят 10-15 мин, затем добавляют подготовленный картофель, припущенные овощи и варят суп до готовности. За 5-7 мин до окончания варки добавляют сушеную зелень и соль пищевую йодированную из расчета 0,3 мг на порцию. Лапшу кладут в суп одновременно с припущенными овощами. При приготовлении супа с вермишелью или фигурными изделиями в кипящий бульон кладут картофель, овощи и варят с момента закипания 5-8 мин, после чего добавляют вермишель или фигурные изделия и варят суп до готовности. Перед окончанием варки кладут сушеную зелень и соль. Суп отпускают с отварной курицей. Общее время приготовления 40 минут. Температура подачи 60-65°C. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления.

**Органолептические показатели**

**Внешний вид:** Картофель и овощи нарезаны в соответствии с технологией; макаронные изделия не разварившиеся; на поверхности блески жира, кусочки курицы и зелень

**Цвет:** Бульона - прозрачный

**Вкус:** Умеренно соленый, свойственный куриному бульону, макаронным изделиям в сочетании с овощами

**Запах:** Куриного бульона, овощей и варёных макаронных изделий

**Консистенция:** Картофель, овощи, курица - мягкие; макаронные изделия хорошо набухшие, мягкие; соблюдается соотношение жидкой и плотной частей

**Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)**

<b>Белки, г</b>	<b>Жиры, г</b>	<b>Углеводы, г</b>	<b>Энергетическая ценность, ккал</b>	<b>Выход, г</b>
3,2	3,5	13,5	98	150/10
3,9	4,7	15,2	119	180/15



**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №**

Наименование блюда

**Суп картофельный с рыбными фрикадельками**

Рецептура № 142

колонка

По сборнику рецептов

блюдо и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004г

Рецептура

Набор сырья	Расход сырья, г на			
	с 1 до 3 лет		с 3 до 7 лет	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
<b>Фрикадельки рыбные №179-2004</b>				
Горбуша или кета потрошённая с головой	57	40	57	40
или Горбуша или кета неразделанная	69	40	69	40
или Минтай потрошенный обезглавленный	54	40	54	40
Лук репчатый	10	8	10	8
Яйца	2	2	2	2
Вода питьевая	3	3	3	3
<b>Масса полуфабриката</b>		<b>51</b>		<b>51</b>
<b>Масса фрикаделек</b>		<b>40</b>		<b>40</b>
Картофель	112	84	133	100
Морковь	10	8	12,5	10
Лук репчатый	7	6	8	7
Масло растительное	3	3	4	4
Томатное пюре	2	2	3	3
Вода питьевая	108	108	130	130
Зелень сушеная	0,1	0,1	0,1	0,1
<b>Выход готового блюда</b>		<b>150/40</b>		<b>180/40</b>

**Технология приготовления**

Очищенный картофель нарезают кубиками или брусочками, или дольками. Нарезанные ломтиками или брусочками обработанные морковь, лук припускают в небольшом количестве бульона с добавлением масла 5-10 мин, затем добавляют томатное пюре и припускают еще 5-7 мин. В кипящую воду кладут нарезанный картофель, доводят до кипения, добавляют припущенные морковь и лук с томатным пюре и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль, сушеную зелень. Приготовление фрикаделек: обработанную рыбу разделяют на филе с кожей без костей нарезают на куски, пропускают через мясорубку, затем добавляют мелко рубленый лук, яйца, соль пищевую йодированную 0,3 мг на порцию, воду и всё тщательно перемешивают. Сформированные шарики припускают до готовности в течение 10-15 мин. Фрикадельки кладут в суп при отпуске. Общее время приготовления 50 минут. Температура подачи 60-65 °С. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления.

### Органолептические показатели

**Внешний вид:** Овощи и картофель сохранили форму нарезки. На поверхности блёстки жира, фрикадельки и зелень

**Цвет:** Бульона прозрачный; фрикаделек - в зависимости от вида рыбы: горбуши-розовый; минтая-серый

**Вкус:** Характерный для рыбного бульона и овощей

**Запах:** Рыбного бульона и овощей

**Консистенция:** Овощей - мягкие; фрикадельки - мягкие, плотные, сочные. Соблюдено соотношение плотной и жидкой частей

### Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
4,9	3,8	12,2	103	150/40
5,5	4,5	15,1	123	180/40

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №**

Наименование блюда

**Суп картофельный с фасолью с курицей**

Рецептура № 145

колонка

По сборнику  
технологических  
нормативов

рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации 2013г, г.Пермь

**Рецептура**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1 до 3 лет		с 3 до 7 лет	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Курица потрошенная 1категории	30	26	45	39
или Филе куриное	17	16	25	24
или Филе из грудки индейки	17	16	25	24
<b>Масса отварной мякоти без кожи</b>		<b>10</b>		<b>15</b>
Картофель	40	30	48	36
Фасоль	12	12	15	15
или Фасоль консервированная	45	27	53	32
Лук репчатый	7	6	8	7
Морковь	10	8	12,5	10
Масло сливочное	3	3	4	4
Бульон	114	114	137	137
Зелень сушеная	0,1	0,1	0,1	0,1
<b>Выход готового блюда</b>		<b>150/10</b>		<b>180/15</b>

**Технология приготовления**

В холодную воду закладывают подготовленные тушки кур или филе куриное (или индейки), доводят до кипения, удаляют пену и жир, варят при слабом кипении до готовности в течение 1-1,5 часа. Готовый бульон используют для варки супа, отварную курицу разделяют на мякоть без кожи и нарезают кусочками, заливают бульоном и подвергают кипячению в бульоне в течение 5-7 мин (до подачи хранят в бульоне не более 1 часа при температуре +75°C). Фасоль перебирают, промывают, заливают холодной водой и оставляют для набухания в течении 2-3 часов, затем воду сливают. В кипящий бульон кладут подготовленную фасоль и варят при слабом кипении при закрытой крышке до размягчения, затем добавляют очищенный картофель нарезанный брусочками или дольками и вновь доводят до кипения. Нарезанные соломкой морковь и лук репчатый припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла 10-15 мин. За 5-10 мин до окончания варки добавляют припущенные овощи, соль пищевую йодированную 0,3 мг на порцию и сушеную зелень. Суп отпускают с отварной птицей. Температура подачи 60-65°C. При использовании фасоли консервированной, её освобождают от жидкости и кладут в суп за 5 мин до готовности. Общее время приготовления 40 минут. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления.

**Органолептические показатели**

**Внешний вид:** Картофель, нарезан кубиками; фасоль - в виде целых, неразваренных зёрен. На поверхности блески жира, кусочки птицы и зелень

**Цвет:** Светло-коричневый

**Вкус:** Куриного бульона в сочетании с отварной фасолью, насыщенный, умеренно соленый

**Запах:** Куриного бульона, отварной фасоли и овощей

**Консистенция:** Картофеля, фасоли и птицы - мягкая. Соблюдено соотношение плотной и жидкой частей

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
5,2	4,2	13,2	111	150/10
5,9	4,6	14,5	123	180/15

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №**

Наименование блюда

**Суп крестьянский с крупой с мясом и сметаной**

Рецептура № 154

колонка

По сборнику  
технологических  
нормативов

рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации 2013г, г.Пермь

**Рецептура**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1 до 3 лет		с 3 до 7 лет	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Говядина 1 категории	22	16	22	16
или Мясо-говядина жилованное, замороженное в блоках	19	16	19	16
или Гуляш-полуфабрикат промышленного производства	16	16	16	16
<b>Масса отварного мяса</b>		<b>10</b>		<b>10</b>
Картофель	21	16	27	20
Капуста белокочанная свежая	23	18	28	22
Крупа перловая	6	6	7	7
Морковь	7,5	6	8,8	7
Лук репчатый	7	6	8	7
Масло сливочное	3	3	4	4
Бульон	108	108	130	130
Сметана	5	5	5	5
Зелень сушеная	0,1	0,1	0,1	0,1
<b>Выход готового блюда</b>	<b>150/10/5</b>		<b>180/10/5</b>	

**Технология приготовления**

В холодную воду закладывают промытые куски мяса, массой не более 1,5 кг и толщиной НЕ более 8 см, доводят до кипения, удаляют пену и жир, варят при слабом кипении до готовности в течение 2-2,5 часа. За 30-40 мин до окончания варки в бульон кладут соль пищевую йодированную из расчета 0,3 мг на порцию. Готовый бульон, используют для варки супа, отварное мясо нарезают кубиками, заливают бульоном подвергают кипячению в бульоне в течение 5-7 мин (до подачи хранят в бульоне не более часа при температуре + 75°С). Крупу перловую перебирают, промывают несколько раз, меняя воду. Крупу после промывания закладывают в кипящую воду (в соотношении 1 :3), варят до полуготовности, отвар сливают. Обработанные морковь нарезают кубиками, лук шинкуют Морковь и лук репчатый припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла, сливочного в течение 10-15 мин. В кипящий бульон кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, затем кладут подготовленную свежую белокочанную капусту, нарезанную шашками картофель, нарезанный кубиками. За 10 мин до готовности кладут припущенные овощи и варят суп до готовности. За 5-10 мин до окончания варки кладут соль пищевую йодированную из расчета 0,3 мг на порцию и зелень сушеную. Готовый суп заправляют сметаной и вновь доводят до кипения. Отпускают суп с отварным мясом. Общее время приготовления 90 минут. Температура подачи 60-65°С. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления.

### Органолептические показатели

**Внешний вид:** Картофель, капуста и коренья сохранили форму нарезки, крупа хорошо разварившаяся, но не потерявшая форму. На поверхности блестки жира, кусочки мяса, сметана и зелень

**Цвет:** Бульон прозрачный, овощей - натуральный

**Вкус:** Умеренно соленый, мясного бульона в сочетании с картофелем, овощами и крупой

**Запах:** Мясных экстрактивных веществ, овощей и вареной крупы

**Консистенция:** Овощей, мяса - мягкая; соблюдается соотношение жидкой и плотной частей

### Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
3,9	3,5	7,7	78	150/10/5
4,2	3,9	11,2	97	180/10/5

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №**

Наименование блюда

**Суп молочный с крупой**

Рецептура № 164

колонка

По сборнику  
технологических  
нормативов

рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации 2013г, г.Пермь

**Рецептура**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1 до 3 лет		с 3 до 7 лет	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Молоко питьевое	154	154	205	205
Хлопья овсяные "Геркулес" или манная, или кукурузная	9	9	12	12
или Ячневая, или гречневая, перловая, или пшено	12	12	16	16
Масло сливочное	1,5	1,5	2	2
Сахар	1,2	1,2	2	2
Соль	0,6	0,6	0,8	0,8
<b>Выход готового блюда</b>		<b>150</b>		<b>200</b>

**Технология приготовления**

Хлопья овсяные "Геркулес", рисовую, гречневую, перловую, ячневую, пшеничную крупы варят в слегка подсоленной воде до полуготовности 10-15 мин. Затем излишнюю воду сливают, добавляют горячее молоко, кладут соль, сахар и варят до готовности. Кукурузную крупу варят в воде до готовности, затем излишнюю воду сливают добавляют горячее молоко, доводят до кипения, кладут соль, сахар. Манную крупу предварительно просеивают, всыпают тонкой струйкой в кипящее молоко, кладут соль пищевую йодированную из расчета 0,3 мг на порцию, сахар и варят 5-7 мин до готовности. В суп молочный с крупой за 2-3 минуты до окончания варки кладут масло сливочное. Общее время приготовления 30 минут. Температура подачи 60-65°C. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления.

**Органолептические показатели**

**Внешний вид:** Крупа сваренная с кипяченым молоком, на поверхности блески масла сливочного

**Цвет:** Молочно-белый, сливочного масла - жёлтый

**Вкус:** Сладковатый, умеренно солёный, с привкусом сливочного масла

**Запах:** Молочный с ароматом сливочного масла

**Консистенция:** В меру вязкая, крупа мягкая, набухшая

**Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)**

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
4,1	4,9	15,4	122	150
5,5	6,5	20,5	163	200





**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №**Наименование блюда **Суп картофельный с мелкошинкованными овощами со сметаной**

Рецептура № 1.72

колонка

По картотеке блюд лечебного и рационального питания, 1995г часть 1, Екатеринбург

**Рецептура**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1 до 3 лет		с 3 до 7 лет	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Картофель	86	65	106	80
Морковь	9	7	12,5	10
Лук репчатый	4,8	4	6	5
Масло сливочное	3	3	4	4
Помидоры свежие парниковые	6,1	6	10,2	10
или Помидоры свежие грунтовые	7,1	6	11,8	10
Вода питьевая	114	114	137	137
Сметана	5	5	5	5
Зелень сушеная	0,1	0,1	0,1	0,1
<b>Выход готового блюда</b>	<b>150/5</b>		<b>180/5</b>	

**Технология приготовления**

Обработанные морковь и лук мелко нарезают и припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла 5-10 мин, затем добавляют мелконарезанные помидоры и припускают еще 5-7 мин. В кипящую воду закладывают очищенный, мелко нарезанный картофель и варят в течении 10-20 мин. Затем добавляют припущенные овощи, соль пищевую йодированную 0,3 мг на порцию, сушеную зелень и варят до готовности в течении 10-15 мин. Готовый суп заправляют сметаной и вновь доводят до кипения. Общее время приготовления 40 минут. Температура подачи 60-65°C. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления.

**Органолептические показатели**

**Внешний вид:** Овощи сохранили форму нарезки, на поверхности блески жира, сметана и зелень

**Цвет:** Бульон прозрачный

**Вкус:** Овощного бульона, умеренно соленый

**Запах:** Овощей с ароматом сметаны

**Консистенция:** Овощей - мягкая. Соблюдено соотношение плотной и жидкой частей

**Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)**

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
1,7	3,6	11,2	84	150/5
2,0	4,2	14,3	103	180/5



**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №**

Наименование блюда

**Суп - пюре из разных овощей**

Рецептура № 168

колонка

По сборнику рецептур **блюдо и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004г****Рецептура**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1 до 3 лет		с 3 до 7 лет	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Картофель	32	24	37	28
Морковь	11	9	14	11
Капуста свежая белокочанная	16	13	19	15
Лук репчатый	7	6	8	7
Мука пшеничная	3	3	4	4
Масло сливочное	3	3	4	4
Молоко питьевое	23	23	28	28
Вода питьевая	114	114	137	137
Зелень сушеная	0,1	0,1	0,1	0,1
<b>Выход готового блюда</b>	<b>150</b>		<b>180</b>	

**Технология приготовления**

Обработанный лук репчатый шинкуют и припускают, остальные очищенные овощи мелко нарезают и припускают по отдельности в небольшом количестве воды до готовности 10-15 мин. За 5 мин до окончания припускания овощей к ним добавляют припущенный лук репчатый, затем все протирают. Протертые овощи соединяют с белым соусом (муку пшеничную слегка подсушивают, разводят небольшим количеством воды, хорошо вымешивают до образования однородной массы при слабом кипении в течение 3-5 мин), разводят водой, добавляют соль пищевую йодированную из расчета 0,3 мг на порцию, сушеную зелень и проваривают. Готовый суп заправляют смесью, состоящей из молока и масла сливочного. Для ее приготовления к маслу сливочному растопленному добавляют молоко (кипяченое) с температурой 60-70 °С, смесь перемешивают и вводят в суп - пюре, после чего суп доводят до кипения. Температура подачи 60-65 °С. Общее время приготовления 50 минут. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления.

**Органолептические показатели****Внешний вид:** Однородная масса, без поверхностных пленок.**Цвет:** Кремовый**Вкус:** Нежный, в меру соленый**Запах:** Овощей, в сочетании с ароматом сливочного масла**Консистенция:** Нежная, эластичная**Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)**

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход,
1,8	3,0	8,0	66	150
2,1	3,6	9,6	79	180



**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № \_\_\_\_\_**

Наименование блюда

**Суп молочный с макаронными изделиями**

Рецептура № 165

колонка

По сборнику  
технологических  
нормативов

рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации 2013г, г.Пермь

**Рецептура**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1 до 3 лет		с 3 до 7 лет	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Молоко питьевое	154	154	205	205
Макаронные изделия	12	12	16	16
Соль	0,4	0,4	0,5	0,5
Масло сливочное	1,5	1,5	2	2
Сахар	1,2	1,2	1,6	1,6
<b>Выход готового блюда</b>		<b>150</b>		<b>200</b>

**Технология приготовления**

Макаронные изделия варят в подсоленной воде до полуготовности (макаронны - 10-15 мин, лапшу - 10-12 мин, вермишель - 5-7 мин). Воду сливают, а макаронные изделия закладывают в кипящее молоко, доводят до кипения и, периодически помешивая, варят до готовности (макаронны - 10-15 мин, лапшу - 10-12 мин, вермишель - 5-7 мин) при слабом кипении. За 5 минут до окончания варки кладут соль пищевую йодированную 0,3 мг на порцию, сахар и растопленное масло сливочное. Температура подачи 60-65°C. Общее время приготовления 25 минут. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления.

**Органолептические показатели**

**Внешний вид:** Макаронные изделия сохранили форму, на поверхности блестки масла сливочного

**Цвет:** Молочно-белый, сливочного масла - жёлтый

**Вкус:** Сладковатый, умеренно солёный, с привкусом сливочного масла

**Запах:** Молочно - мучнистый

**Консистенция:** В меру вязкая, макаронные изделия мягкие, но упругие

**Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)**

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
5,0	5,3	18,0	140	150
6,2	7,4	21,2	176	200



**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №**Наименование блюда **Суп картофельный с клецками с курицей**Рецептура № 155 **колонка**По сборнику рецептур **блюдо и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004г****Рецептура**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1 до 3 лет		с 3 до 7 лет	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Курица потрошенная 1 категории	30	26	45	39
или Филе куриное	17	16	25	24
или Филе из грудки индейки	17	16	25	24
<b>Масса отварной мякоти без кожи</b>		<b>10</b>		<b>15</b>
Картофель	40	30	48	36
Лук репчатый	7	6	8	7
Морковь	7,5	6	8,8	7
Масло растительное	3	3	4	4
Бульон	128	128	153	153
<b>Клецки №548-2004</b>				
Мука пшеничная	5	5	8	8
Масло сливочное	0,5	0,5	0,7	0,7
Яйца	1,3	1,3	2	2
Соль пищевая йодированная	0,1	0,1	0,1	0,1
Вода питьевая	8	8	10	10
<b>Масса готовых клёцек</b>		<b>15</b>		<b>20</b>
Зелень сушеная	0,1	0,1	0,1	0,1
<b>Выход готового блюда</b>	<b>150/10</b>		<b>180/15</b>	

**Технология приготовления**

В холодную воду закладывают подготовленные тушки кур или филе куриное (или индейки), доводят до кипения, удаляют пену и жир, варят при слабом кипении до готовности в течение 1-1,5 часа. Готовый бульон используют для варки супа, отварную курицу разделяют на мякоть без кожи и нарезают кусочками, заливают бульоном и подвергают кипячению в бульоне в течение 5-7 мин (до подачи хранят в бульоне не более 1 часа при температуре +75°C). Очищенный картофель нарезают кубиками. Обработанные, нарезанные кубиком морковь, лук припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла 5-10 мин. В кипящую воду кладут нарезанный картофель, доводят до кипения, добавляют припущенные морковь и лук и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют сушеную зелень и соль. Клецки варят отдельно в небольшом количестве подсоленной воды небольшими партиями. При отпуске в тарелку с супом кладут клецки и отварную птицу. Температура подачи 60-65°C. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления. Общее время приготовления

**Приготовление клёцек:** в воду кладут соль, масло, доводят до кипения, помешивая, высыпают просеянную муку и проваривают тесто, продолжая помешивать, затем охлаждают, добавляют яйца в три приёма, хорошо перемешивают. Тесто закатывают в виде жгута и нарезают кусочки, закладывают в кипящую подсоленную воду, варят при слабом кипении 5-7 мин, откидывают и сразу же раскладывают в тарелки, не хранят.

### Органолептические показатели

**Внешний вид:** Коренья, лук и картофель сохранили форму нарезки. Клецки сохранившие форму, не разварены. На поверхности клёцки, кусочки птицы и зелень

**Цвет:** Бульон светло - кремовый; овощей - натуральный, свойственный им в вареном виде

**Вкус:** Куриного бульона, овощей, умеренно соленый

**Запах:** Куриного бульона, овощей

**Консистенция:** Овощей, птицы - мягкая; клёцки - проварены; соблюдается соотношение жидкой и плотной частей

### Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
3,2	3,5	8,7	79	150/10
5,4	5,3	9,2	106	180/15



**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №**

Наименование блюда

**Суп - пюре из капусты с мясом**

Рецептура № 1.35

колонка

По картотеке блюд лечебного и рационального питания, 1995г часть 1, Екатеринбург

**Рецептура**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1 до 3 лет		с 3 до 7 лет	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Говядина 1 категории	22	16	22	16
или Мясо говядина жилованное, замороженное в блоках	19	16	19	16
или Гуляш-полуфабрикат промышленного производства	16	16	16	16
<b>Масса отварного мяса</b>		<b>10</b>		<b>10</b>
Капуста цветная свежемороженая	58	55	68	65
или Капуста свежая белокочанная	69	55	81	65
Морковь	3,8	3	6,3	5
Мука пшеничная	2,5	2,5	3	3
Молоко питьевое	45	45	55	55
Яйцо	3	3	4	4
Сливки или сметана 10%	6	6	7	7
Масло сливочное	3	3	4	4
Бульон	120	120	144	144
Зелень сушеная	0,1	0,1	0,1	0,1
<b>Выход готового блюда</b>		<b>150/10</b>	<b>180/10</b>	

**Технология приготовления**

В холодную воду закладывают промытые куски мяса, массой не более 1,5 кг и толщиной не более 8 см, доводят до кипения, удаляют пену и жир, варят при слабом кипении до готовности в течение 2-2,5 часа. За 30-40 мин до окончания варки в бульон кладут соль. Готовый бульон используют для варки супа, отварное мясо нарезают кубиками, заливают бульоном и подвергают кипячению в бульоне в течение 5-7 мин (до подачи хранят в бульоне не более 1 часа при температуре +75°C). Цветную капусту (без предварительного размораживания) или обработанную капусту белокочанную отваривают в бульоне до готовности и протирают вместе с припущенной мелко нарезанной морковью. Из части горячего молока и яиц приготавливают яично-молочную смесь. Из подсушенной муки и второй половины молока приготавливают белый соус (муку пшеничную слегка подсушивают, разводят небольшим количеством молока, хорошенько вымешивают до образования однородной массы при слабом кипении в течение 3-5 мин). В бульон с протертыми овощами добавляют молочный соус, соль пищевую йодированную 0,3 мг на порцию, доводят до кипения, заправляют яично-молочной и сливочно-масленной смесью (для ее приготовления к маслу сливочному растопленному добавляют сливки или сметану (доведенные до кипения) с температурой 60-70°C, смесь перемешивают), после чего в суп кладут сушеную зелень и доводят до кипения. Отпускают суп-пюре с отварным мясом. Температура подачи 60-65°C. Общее время приготовления 60 минут. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления.

### Органолептические показатели

**Внешний вид:** Однородная масса, без поверхностных пленок

**Цвет:** Кремовый

**Вкус:** Нежный, сливочный, отварных овощей в сочетании с отварным мясом, в меру соленый

**Запах:** Овощей, отварного мяса со сливочным ароматом

**Консистенция:** Нежная, эластичная

### Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
4,2	5,5	6,0	90	150/10
4,7	6,5	6,4	103	180/10

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №**

Наименование блюда

**Суп - пюре из крупы перловой с курицей**

Рецептура № 160

колонка

По сборнику  
технологических  
нормативов

рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации 2013г, г.Пермь

**Рецептура**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1 до 3 лет		с 3 до 7 лет	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Курица потрошенная 1 категории	30	26	45	39
или Филе куриное	17	16	25	24
или Филе из грудки индейки	17	16	25	24
<b>Масса отварной мякоти без кожи</b>		<b>10</b>		<b>15</b>
Крупа перловая	12	12	15	15
Морковь	12,5	10	15	12
Лук репчатый	6	5	7	6
Мука пшеничная	3	3	4	4
Масло сливочное	3	3	4	4
Молоко питьевое	38	38	45	45
Бульон куриный	105	105	126	126
Зелень сушеная	0,1	0,1	0,1	0,1
<b>Выход готового блюда</b>	<b>150/10</b>		<b>180/15</b>	

**Технология приготовления**

В холодную воду закладывают подготовленные тушки кур или филе куриное (или индейки), доводят до кипения, удаляют пену и жир, добавляют пищевую йодированную соль из расчета 0,3 мг на порцию, варят при слабом кипении до готовности в течение 1-1,5 часа. Готовый бульон используют для варки супа, отварную курицу разделяют на мякоть без кожи и нарезают кусочками, заливают бульоном и подвергают кипячению в бульоне в течение 5-7 мин (до подачи хранят в бульоне не более 1 часа при температуре + 75°С). Подготовленные морковь и лук репчатый припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла 10-15 минут. В кипящий бульон закладывают подготовленную перловую крупу (отваренную до готовности), варят 10 мин, добавляют припущенные морковь и лук репчатый, варят до готовности овощей, бульон сливают, перловку с овощами протирают горячими, соединяют с бульоном и белым соусом (муку пшеничную слегка подсушивают, разводят небольшим количеством воды, хорошо вымешивают до образования однородной массы при слабом кипении в течение 3- 5 мин), добавляют соль и проваривают. Готовый суп заправляют смесью, состоящей из молока и масла сливочного. Для ее приготовления к маслу сливочному растопленному добавляют молоко (кипяченое) с температурой 60-70° С, смесь перемешивают и вводят в суп - пюре, добавляют сушеную зелень, после чего суп доводят до кипения. Отпускают суп-пюре с отварной птицей. Температура подачи 60-65°С. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления. Общее время приготовления 50 минут.

**Органолептические показатели**

**Внешний вид:** Однородная масса, без поверхностных пленок. На поверхности кусочки отварной птицы

**Цвет:** Кремовый

**Вкус:** Нежный, в меру соленый

**Запах:** Крупяной в сочетании с куриным бульоном и овощами, со сливочным ароматом

**Консистенция:** Нежная, эластичная

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
3,1	3,5	13,5	98	150/10
3,9	3,7	15,5	111	180/15

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №**

Наименование блюда

**Суп - пюре из птицы**

Рецептура № 173

колонка

По сборнику рецептов

блюдо и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004г

**Рецептура**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1 до 3 лет		с 3 до 7 лет	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Курица потрошенная 1 категории	45	39	54	47
или Филе куриное	25	24	30	29
или Филе грудки индейки	25	24	30	29
<b>Масса отварной мякоти птицы</b>		<b>15</b>		<b>18</b>
Морковь	6,3	5	7,5	6
Лук репчатый	6	5	7	6
Мука пшеничная	6	6	7	7
Масло сливочное	3	3	4	4
Молоко питьевое	23	23	28	28
Яйцо	2	2	3	3
Бульон	120	120	144	144
Зелень сушеная	0,1	0,1	0,1	0,1
<b>Выход готового блюда</b>	<b>150</b>		<b>180</b>	

**Технология приготовления**

В холодную воду закладывают подготовленные тушки кур (или филе курицы или индейки), доводят до кипения, удаляют пену и жир, варят при слабом кипении до готовности в течение 1-1,5 часа. Готовый бульон используют для варки супа, отварную курицу разделяют на мякоть без кожи. Для гарнира часть филе птицы нарезают соломкой, заливают небольшим количеством бульоном и подвергают кипячению в бульоне в течение 5-7 мин (до подачи хранят в бульоне не более 1 часа при температуре +75°C). Остальную мякоть пропускают через мясорубку с частой решеткой и протирают. Обработанные морковь и лук репчатый шинкуют и припускают в небольшом количестве воды до готовности 10-15 мин; затем всё протирают. Протертые овощи соединяют с белым соусом (муку пшеничную слегка подсушивают, разводят небольшим количеством воды, хорошо вымешивают до образования однородной массы при слабом кипении в течение 3-5 мин), разводят бульоном, добавляют соль пищевую йодированную, из расчета 0,3 мг на порцию, и сушеную зелень, проваривают. Готовый суп заправляют смесью, состоящей из молока и масла сливочного (для ее приготовления к маслу сливочному растопленному добавляют молоко (кипяченое) с температурой 60-70° С) и льезоном, после чего суп перемешивают и доводят до кипения. Отпускают суп с отварной птицей. Температура подачи 60-65°C. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления. Общее время приготовления 50 минут.

### Органолептические показатели

**Внешний вид:** Однородная масса, без поверхностных пленок

**Цвет:** Кремовый

**Вкус:** Нежный, сливочный, в меру соленый

**Запах:** Куриного бульона и овощей, в сочетании с ароматом сливочного масла

**Консистенция:** Нежная, эластичная

### Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
3,9	4,5	11,5	102	150
4,5	5,1	15,5	126	180

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №**

Наименование блюда

**Уха с крупой**

Рецептура № 152

колонка

По сборнику  
технологических  
нормативов

рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации 2013г, г.Пермь

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1 до 3 лет		с 3 до 7 лет	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Горбуша или кета потрошённая с головой	86	60	86	60
или Горбуша или кета неразделанная	103	60	103	60
или Минтай потрошенный обезглавленный	84	62	84	62
или Лосось неразделанный	108	63	108	63
Крупа рисовая или пшено	5	5	6	6
Картофель	60	45	73	55
Лук репчатый	7	6	8	7
Масло сливочное	3	3	4	4
Бульон	128	128	154	154
Зелень сушеная	0,1	0,1	0,1	0,1
<b>Выход готового блюда</b>	<b>150/50</b>		<b>180/50</b>	

**Технология приготовления**

Для рыбного бульона плавники, реберные, позвоночные кости, пищевые отходы промывают (у головы удаляют жабры и глаза), заливают холодной водой, доводят до кипения, снимают пену и варят 1 час при слабом кипении, процеживают. Обработанные: картофель нарезают кубиками, лук репчатый - мелкими кубиками. В кипящий бульон закладывают подготовленную крупу перловую (сваренную до полуготовности), картофель, лук репчатый и варят до готовности. За 15 мин до окончания варки кладут подготовленные куски рыбы сыро разделанной на **филе с кожей без костей**, заправляют солью пищевой йодированной и доводят до готовности. За 1- мин до окончания варки в уху кладут масло сливочное и сушеную зелень. Температура подачи 60-65° С. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления. Общее время приготовления 50 минут.

**Органолептические показатели**

**Внешний вид:** Картофель, лук сохранили форму нарезки, крупа хорошо разварившаяся. плотной части ухи порционные кусочки рыбы. На поверхности блёстки жир; зелень

**Цвет:** Бульона - светло-серый, прозрачный

**Вкус:** Рыбный в сочетании с крупой и овощами, в меру солёный

**Запах:** Вареной рыбы и овощей

**Консистенция:** Рыбы, овощей - мягкая. Соблюдено соотношение плотной и жидкой частей

**Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)**

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход,
8,9	5,9	8,9	124	150/50
11,7	7,4	10,1	154	180/50





**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №**

Наименование блюда

**Уха рыбацкая**

Рецептура № 30/2

колонка

По сборнику

технологических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, 2011г,  
г.Екатеринбург**Рецептура**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1 до 3 лет		с 3 до 7 лет	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Горбуша или кета потрошённая с головой	86	60	86	60
или Горбуша или кета неразделанная	103	60	103	60
или Минтай потрошенный обезглавленный	84	62	84	62
или Лосось неразделанный	108	63	108	63
Картофель	96	72	113	85
Лук репчатый	12	10	14	12
Масло сливочное	3	3	4	4
Бульон	105	105	126	126
Зелень сушеная	0,1	0,1	0,1	0,1
<b>Выход готового блюда</b>	<b>150/50</b>		<b>180/50</b>	

**Технология приготовления**

Для рыбного бульона плавники, реберные, позвоночные кости, пищевые отходы промывают (у головы удаляют жабры и глаза), заливают холодной водой, доводят до кипения, снимают пену и варят 1 час при слабом кипении, процеживают. В кипящий бульон закладывают очищенные картофель нарезанный кубиками, лук нарезанный мелким кубиком и варят до готовности. За 15 мин до окончания варки кладут подготовленные куски рыбы сырой разделанной на **филе с кожей без костей**, заправляют солью пищевой йодированной, из расчета 0,3 мг на порцию, и доводят до готовности. За 1-2 мин до окончания варки в уху кладут масло сливочное и сушеную зелень. Температура подачи 60-65° С. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления. Время приготовления 50 минут.

**Органолептические показатели**

**Внешний вид:** Картофель, лук сохранили форму нарезки. В плотной части ухи порционные кусочки рыбы. На поверхности блёстки жира, зелень

**Цвет:** Бульона - светло-серый, прозрачный

**Вкус:** Рыбный в сочетании с овощами, в меру солёный

**Запах:** Вареной рыбы и овощей

**Консистенция:** Рыбы, овощей - мягкая. Соблюдено соотношение плотной и жидкой частей

**Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)**

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
5,1	5,2	12,6	118	150/50
5,9	6,2	15,1	140	180/50

100

100

100

100

100

100

100

100

100

100

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №**

Наименование блюда

**Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной**

Рецептура №

142

колонка

По сборнику  
технологических  
нормативов

рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации 2013г, г.Пермь

**Рецептура**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1 до 3 лет		с 3 до 7 лет	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Капуста белокочанная	38	30	45	36
Картофель	24	18	29	22
Морковь	10	8	12,5	10
Лук репчатый	7	6	8	7
Томатное пюре	1,5	1,5	2	2
Масло растительное	3	3	4	4
Вода питьевая	120	120	144	144
Сметана	5	5	5	5
Зелень сушеная	0,1	0,1	0,1	0,1
<b>Выход готового блюда</b>	<b>150/5</b>		<b>180/5</b>	

**Технология приготовления**

Подготовленную капусту белокочанную шинкуют шашками, картофель очищенный - брусочками или дольками. Подготовленные морковь, лук репчатый шинкуют и припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла в течение 10-12 минут, затем добавляют томатное пюре и продолжают припускание еще 5-10 минут. В кипящую воду кладут капусту, доводят до кипения, добавляют картофель, припущенные с томатным пюре морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки в щи добавляют сушеную зелень, соль пищевую йодированную, из расчета 0,3 мг на порцию. Щи варят на медленном огне. Готовые щи заправляют сметаной и вновь доводят до кипения. Температура подачи 60-65°C. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления. Общее время приготовления 40 минут.

**Органолептические показатели**

**Внешний вид:** В жидкой части щей - капуста, нарезанная шашками, морковь, лук. На поверхности блески жира, зелень и сметана

**Цвет:** Овощного бульона - светло-серый; жира - оранжевый овощей натуральный

**Консистенция:** Капусты - упругая, картофеля и овощей - мягкая

**Вкус:** Капусты в сочетании с входящими в состав овощами, умеренно солёный

**Запах:** Насыщенного овощного бульона

**Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)**

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
1,3	3,9	4,7	59	150/5
1,5	4,9	5,6	73	180/5

