

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование изделия: **РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ**

Номер **235**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организационно-технологическому обеспечению питания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ
КАРТОФЕЛЬ
с 01.01 по 29.02
с 01.03 по 31.07
с 01.08 по 31.08
с 01.09 по 31.10
с 01.11 по 31.12
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ
СОУС СМЕТАННЫЙ С ЛУКОМ И ТОМАТОМ¹
ЛУК РЕПЧАТЫЙ
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ
ВОДА ПИТЬЕВАЯ
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ
СЫР РОССИЙСКИЙ
Выход: 150

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	10,68
Жиры, г	12,50
Углеводы, г	13,34
Энергетическая ценность, ккал	183,12

В1, мг	0,11
С, мг	5,46
А, мг	0,05
Е, мг	0,32
Д, мкг	0,06
В2, мг	0,10

Технология приготовления:

"Сырую рыбу, разделанную на филе с кожей без реберных костей, посыпают солью, кладут на смазанную маслом слив вареного картофеля, заливают соусом, посыпают сухарями или тертым сыром, поливают маслом и запекают в жарочной корочке и температуры внутри изделия не ниже 80° С.

Соус сметанный с луком и томатом

Для белого соуса пассеруют муку при непрерывном помешивании до образования светло-кремового цвета, не допуская пр горячей воды и вымешивают. Для приготовления соуса сметанного в горячий белый соус кладут прокипяченную сметану добавляют томатную пасту и пассеруют 5-7 мин, затем соединяют с соусом сметанным и доводят до кипения."

Соус сметанный с луком и томатом¹

Пассерованную на масле муку разводят горячим молоком с добавлением воды и варят 7-10 мин при слабом кипении. За

Правила оформления, подачи блюд:

При отпуске рыбу, запеченную на противнях, аккуратно перекладывают на подогретые тарелки, вместе с гарниром и соу подстановочных тарелках. Для естественной витаминизации целесообразно блюдо дополнить ломтиком лимона и посы рецептуру и выход. Оптимальная температура подачи 65° С.

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

- Внешний вид — на поверхности изделия румяная корочка;
- цвет — золотисто-коричневый;
- вкус, запах — свойственный припущенной рыбе и картофелю в белом соусе;
- консистенция — мягкая, сочная, сохраняет форму.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА J

Наименование изделия: **КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ /СОУС МОЛОЧНЫЙ 90/25**

Номер рецептуры: **234**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во Тутельяна.-М.: ДеЛи плюс, 2017.-544с.**

Наименование сырья
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ
ВОДА ПИТЬЕВАЯ
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ
СОУС МОЛОЧНЫЙ 326 ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ
САХАР ПЕСОК

ВОДА ПИТЬЕВАЯ

Выход: 115

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	12,60
Жиры, г	11,30
Углеводы, г	12,20
Энергетическая ценность, ккал	151,50

В1, мг	0,10
С, мг	0,19
А, мг	0,03
Е, мг	3,10
Д, мкг	0,07
В2, мг	0,09

Технология приготовления:

Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски, пропускают через мясорубку вместе с замоченным в вод перемешивают и выбивают. Из полученной рыбной котлетной массы формуют котлеты или биточки, пани течение 8-10 мин, и доводят до готовности в жарочном шкафу 5 мин.

При отпуске котлеты или биточки массой 50 г гарнируют, подливают сбоку соус (30 г) или поливают слив Гарниры - картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с маслом, овощи, припущенные с ма Соусы - сметанный №330, сметанный с луком №332.

Норма на порцию: гарнира - 75-150 г, соли - 2 г, лаврового листа - 0,01 г.

При отпуске рыбные блюда посыпают измельченной зеленью петрушки, сельдерея или укропа (1-3 г неттс

Соус молочный 326 для подачи к блюду

Правила оформления, подачи блюд:

Температура подачи +65° С

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: котлеты овально-приплюснутой формы с заостренным концом, аккуратно уложены, сбоку -

Консистенция: сочная, однородная

Цвет: корочки - золотистый, на разрезе - светло-серый

Вкус: жареной рыбной котлетной массы, умеренно соленый

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА J

Наименование изделия: **КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ С МАСЛОМ**

Номер рецептуры: **241**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья

РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ

МОРКОВЬ
с 01.01 по 31.08
с 01.09 по 31.12
ЛУК РЕПЧАТЫЙ
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ
Выход: 90

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	9,70	В1, мг	0,08
Жиры, г	8,30	С, мг	0,82
Углеводы, г	5,80	А, мг	0,41
Энергетическая ценность, ккал	149,30	Е, мг	0,68
		Д, мкг	0,25
		В2, мг	0,11

Технология приготовления:

Подготовленное филе рыбы нарезают на куски и пропускают дважды через мясорубку вместе с замоченным добавляют яйцо, соль, хорошо перемешивают и формируют котлеты по 2 шт. на порцию. Изделия кладут в с припускают при закрытой крышке 15-20 мин. Температуры внутри изделия не ниже 80° С. Готовые изделия

Правила оформления, подачи блюд:

При отпуске котлеты аккуратно укладывают поливают их соусом паровым и гарнируют. Оптимальная температура гарниры - картофель отварной пюре картофельное. Оптимальная температура подачи блюда 65 С

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

- Внешний вид — котлеты овально-приплюснутой формы с заостренным концом, аккуратно уложены, пол
- цвет — изделие на поверхности и в разрезе с розоватым оттенком от моркови;
- вкус - приятный сладковато-соленый, характерный для определенного вида рыбы, с привкусом овощей;
- запах - характерный для определенного вида припущенной рыбы с приятным оттенком овощей;

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование изделия: **КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С МАСЛОМ 90/5**

Номер **234**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи плюс, 201**

Наименование сырья
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ

ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ
ВОДА ПИТЬЕВАЯ
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ
Выход: 95

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	4,40	В1, мг	0,09
Жиры, г	5,10	С, мг	0,13
Углеводы, г	6,90	А, мг	0,03
Энергетическая ценность, ккал	105,00	Е, мг	4,37
		Д, мкг	0,08
		В2, мг	0,09

Технология приготовления:

Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски, пропускают через мясорубку вместе с замоченным в воде или молоке ч выбивают. Из полученной рыбной котлетной массы формуют котлеты или биточки, панируют в сухарях, обжаривают с д жарочном шкафу 5 мин.

При отпуске котлеты или биточки массой 50 г гарнируют, подливают сбоку соус (30 г) или поливают сливочным маслом (гарниры - картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с маслом, овощи, припущенные с маслом.

Соусы - сметанный №330, сметанный с луком №332.

Норма на порцию: гарнира - 75-150 г, соли - 2 г, лаврового листа - 0,01 г.

При отпуске рыбные блюда посыпают измельченной зеленью петрушки, сельдерея или укропа (1-3 г нетто на порцию) и

Правила оформления, подачи блюд:

Оптимальная температура подачи 65 С

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: котлеты овально-приплюснутой формы с заостренным концом, аккуратно уложены, сбоку - гарнир

Консистенция: сочная, однородная

Цвет: корочки - золотистый, на разрезе - светло-серый

Вкус: жареной рыбной котлетной массы, умеренно соленый

Запах: приятный, рыбы и соуса.

Наименование изделия: **РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ**

Номер **229**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 201**

Наименование сырья

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ
ВОДА ПИТЬЕВАЯ
МОРКОВЬ
с 01.01 по 31.08
с 01.09 по 31.12
ЛУК РЕПЧАТЫЙ
ТОМАТНАЯ ПАСТА
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА
САХАР ПЕСОК
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ
Выход: 100

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	13,60
Жиры, г	11,70
Углеводы, г	25,10
Энергетическая ценность, ккал	237,30

В1, мг	0,09
С, мг	2,28
А, мг	0,39
Е, мг	1,72
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,10

Технология приготовления:

Порционные куски рыбы, нарезанные из филе с кожей без костей, укладывают в посуду в два слоя, чередуя со слоями растительное, томатную пасту, раствор лимонной кислоты, сахар, соль, посуду закрывают крышкой и тушат до готовности. При отпуске рыбу поливают соусом с овощами, в котором она тушилась.

Гарниры - картофель отварной, пюре картофельное.

Также в рецептуре указан раствор лимонной кислоты (без %) массой 2,5 г.

Норма на порцию: гарнира - 75-150 г, соли - 2 г, лаврового листа - 0,01 г.

При отпуске рыбные блюда посыпают измельченной зеленью петрушки, сельдерея или укропа (1-3 г нетто на порцию) и

Правила оформления, подачи блюд:

Оптимальная температура подачи +65 С

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: целый кусок тушеной рыбы, уложен на тарелку вместе с соусом, сбоку гарнир.

Консистенция: мягкая, допускается легкое расслаивание мякоти у трески, морского окуня.

Цвет: рыбы на разрезе белый или светло-серый, соуса оранжево-красный, овощей натуральный.

Вкус: рыбы в сочетании с соусом и овощами, умеренно соленый.

Запах: свойственный тушеной рыбе, с ароматом специй.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

Наименование изделия: **ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ 90/30**

Номер **ТТК 101**

Наименование сборника рецептур:

АКТ ПРОРАБОТКИ

Наименование сырья
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ Б/Г
ИЛИ
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ
МОРКОВЬ
с 01.01 по 31.08
с 01.09 по 31.12
ЛУК РЕПЧАТЫЙ
ЧЕСНОК
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ
КРУПА РИСОВАЯ
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ
СОУС СМЕТАННЫЙ С ЧЕСНОКОМ И ЗЕЛЕНЬЮ 30
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ
ЧЕСНОК
УКРОП
Выход: 120

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	6,90	В1, мг	0,18
Жиры, г	9,90	С, мг	2,24
Углеводы, г	14,47	А, мг	0,43
Энергетическая ценность, ккал	228,70	Е, мг	2,41
		Д, мкг	0,00
		В2, мг	0,15

Технология приготовления:

Горбушу б/г разделяют, отделяя реберные кости и филе с кожей. Далее кожу срезают.

Лук очищенный нарезают в произвольной форме, морковь трут через крупную терку и все пассеруют на растительном масле. Филе горбуши, чеснок, морковь, лук пассерованные, чеснок, соединяют с рисом отварным и добавляют муку. Формуют шарики. Заливают соусом сметанным и запекают еще 3 минуты.

Соус сметанный с чесноком и укропом.

Пассеруют муку на сковороде сухой до светло-кремового цвета, не допуская пригорания. Далее муку охлаждают и добавляют постепенно при непрерывном помешивании добавляют сметану, соль и кипятят 3 минуты, далее добавляют измельченный укроп.

Правила оформления, подачи блюд:

Оптимальная температура подачи +65 С

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: тефтели в виде шариков с равномерной (без трещин) мягкой корочкой, политы соусом.

Консистенция: тефтелей - в меру плотная, сочная, однородная.

Цвет: корочки - светло-коричневый, на разрезе — светло-серый.

Вкус: тушеной рыбы в соусе, умеренно соленый.

Запах: тушеной рыбы с ароматом лука и соуса.

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "ВИТА-ЛАЙН"
 _____ Н.Н.Клоков.
 01 августа 2023 г.

№ 235

ации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-

	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто,	нетто, кг
	59,82	53	5,98	5,3
	88,92	57,8	8,89	5,78
	96,33	57,8	9,63	5,78
	72,25	57,8	7,23	5,78
	77,07	57,8	7,71	5,78
	82,57	57,8	8,26	5,78
	1,5	1,5	0,15	0,15
	3	3	0,3	0,3
		45		4,5
	10,8	9,1	1,08	0,91
	0,9	0,9	0,09	0,09
	10,1	10,1	1,01	1,01
	0,9	0,9	0,09	0,09
	3,1	3,1	0,31	0,31
	30,4	30,4	3,04	3,04
	0,4	0,4	0,04	0,04
	2	1,9	0,2	0,19

Ca, мг	52,68
Mg, мг	43,08
P, мг	170,49
Fe, мг	1,20
K, мг	594,99
I, мкг	83,62
F, мг	0,35
Se, мг	0,01

очным сковороду или противень. Сверху вокруг кусков внахлест укладывают ломтики
в шкафу при температуре 250-280° С до образования на поверхности румяной

игорания. В пассерованную муку, охлажденную до 60-70 градусов, выливают 1/4 часть
, соль и кипятят 3-5 мин, процеживают и доводят до кипения. Лук репчатый шинкуют ,

тем кладут соль, процеживают и доводят до кипения.

сом. Рыбу, запеченную в порционных сковородах, подают к столу в них же, на
пать мелко нарубленной зеленью укропа и зеленого лука, включив их дополнительно в

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор
ООО "ВИТА-ЛАЙН"
Н.Н.Клоков.
01 августа 2023 г.

№ 234

во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А.

	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто,	нетто, кг
	126	63	12,6	6,3
	16,2	16,2	1,62	1,62
	23,4	23,4	2,34	2,34
	9	9	0,9	0,9
	3	3	0,3	0,3
	6	6	0,6	0,6
	2,07	2,07	0,21	0,21
		25		2,5
	12,5	12,5	1,25	1,25
	1,375	1,375	0,138	0,138
	1,375	1,375	0,138	0,138
	0,25	0,25	0,0025	0,0025

	12,5	12,5	1,25	1,25

Ca, мг	52,98
Mg, мг	46,68
P, мг	189,54
Fe, мг	1,48
K, мг	336,04
I, мкг	95,65
F, мг	0,40
Se, мг	0,01

де или молоке черствым пшеничным хлебом, добавляют соль, тщательно пруют в сухарях, обжаривают с двух сторон на противне или сковороде в

очным маслом (5 г).
слом.

о на порцию) или оформляют веточкой зелени.

гарнир

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор
ООО "ВИТА-ЛАЙН"
Н.Н.Клоков.
01 августа 2023 г.

№ 241

питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. -

	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто,	нетто, кг
	126	63	12,24	6,12

	24	18	2,4	1,8
	22,5	18	2,25	1,8
	9	7,2	0,9	0,72
	7,2	7,2	0,72	0,72
	0,23 шт.	9,1	23 шт.	0,91
	9	9	0,9	0,9
	5	5	0,5	0,5

Ca, мг	47,85
Mg, мг	41,49
P, мг	173,05
Fe, мг	1,02
K, мг	341,35
I, мкг	95,55
F, мг	0,41
Se, мг	0,01

им в молоке хлебом, вареной морковью и луком репчатым. В рыбную массу отейник, смазанный маслом сливочным, добавляют немного воды и я хранят не более 40 мин при температуре 60-65° С.

пература подачи 65° С.

иты соусом, рядом — гарнир;

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор
 ООО "ВИТА-ЛАЙН"
 _____ Н.Н.Клоков.
 01 августа 2023 г.

№ 234

ся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П.
7.-544с.

	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто,	нетто, кг
	5	5	0,5	0,5
	126	63	12,6	6,3

	16,2	16,2	1,62	1,62
	23,4	23,4	2,34	2,34
	9	9	0,9	0,9
	9	9	0,9	0,9
	2,5	2,5	0,25	0,25

Ca, мг	39,67
Mg, мг	44,98
P, мг	179,70
Fe, мг	1,46
K, мг	316,25
I, мкг	94,50
F, мг	0,40
Se, мг	0,01

черствым пшеничным хлебом, добавляют соль, тщательно перемешивают и
вух сторон на противне или сковороде в течение 8-10 мин, и доводят до готовности в

5 г).

ли оформляют веточкой зелени.

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор
ООО "ВИТА-ЛАЙН"
Н.Н.Клоков.
01 августа 2023 г.

ся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П.
7.-544с.

	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто,	нетто, кг

	2,5	2,5	0,25	0,25
	164	82	16,4	8,2
	19,1	19,1	1,91	1,91
	24	18	2,4	1,8
	22,5	18	2,25	1,8
	9,5	8	0,95	0,8
	8	8	0,8	0,8
	3,1	3,1	0,31	0,31
	0,2	0,2	0,02	0,02
	2	2	0,2	0,2
	0,01	0,01	0,001	0,001
	1,3	1,3	0,13	0,13

Ca, мг	46,97
Mg, мг	52,15
P, мг	197,98
Fe, мг	1,05
K, мг	467,69
I, мкг	124,90
F, мг	0,52
Se, мг	0,01

иашинкованных овощей, заливают бульоном или водой, добавляют масло
сти (45-60 мин); за 5-7 мин до окончания тушения добавляют специи.

пи оформляют веточкой зелени.

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор
ООО "ВИТА-ЛАЙН"

Н.Н.Клоков.
01 августа 2023 г.

	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто,	нетто, кг
	85,96	57,59	8,6	5,76
		0		0
	115,18	57,59	11,52	5,76
	24,71	18,53	2,47	1,85
	23,16	18,53	2,32	1,85
	16,6	13,94	1,66	1,39
	1,09	0,93	0,11	0,09
	2,3	2,3	0,23	0,23
	10,72	10,61	1,07	1,06
	4,9	4,9	0,49	0,49
	2,25	2,25	0,23	0,23
		0		0
	8	8	0,8	0,8
	3	3	0,3	0,3
	1	0,85	0,1	0,09
	3	2,22	0,3	0,22

Ca, мг	65,78
Mg, мг	60,53
P, мг	271,85
Fe, мг	1,32
K, мг	534,34
I, мкг	117,49
F, мг	0,61
Se, мг	0,04

асле. Рис отваривают до рассыпчатой консистенции. Через мясорубку пропускают арики весом 124 г. Запекают в ПКШ в режиме ПАР-ЖАР при 160 градусах 15 минут.

дают постепенно при непрерывном помешивании воду. Получается белый соус, туда ый чеснок и измельченный укроп. Кипятят 1 минуту.