

Тип довольствующихся: 7-11 лет, от 12 лет и старше  
Технологическая карта № 234

Наименование изделия: Котлеты или биточки рыбные (с маслом)

Номер рецептуры: 2

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сборника рецептур:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Минтай	119	85
или Треска	81,82	60
Хлеб пшеничный	16,36	16,36
или Сухари	2	2
Молоко	23,64	23,64
или Вода	20	20
Масса полуфабрикат	0	125
Масло растительное	2	2
Масса жареных изделий	0	100
Масло сливочное	5	5
Выход:		100/5

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
15,53	7,14	9,08	161,36

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
0,73	0,14	0,14	0,01	0,00	67,58	204,00	46,75	1,03	357,00	0,13	0,00	0,60

Технология приготовления:

Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски, пропускают через мясорубку вместе с замоченным в воде или молоке черствым пшеничным хлебом, добавляют соль, тщательно перемешивают и выбивают. Из полученной рыбной котлетной массы формируют котлеты или биточки, панируют в сухарях, обжаривают с двух сторон на противне или сковороде в течение 8-10 мин, и доводят до готовности в жарочном шкафу 5 мин. При отпуске котлеты или биточки гарнируют, подливают сбоку соус или поливают сливочным маслом. Гарниры - картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с маслом, овощи, припущенные с маслом. Соусы - сметанный, сметанный с луком.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: биточки - кругло-приплюснутой, котлеты - овально-приплюснутой формы с заостренным концом, аккуратно уложены, сбоку - гарнир и соус. Консистенция: сочная, однородная. Цвет: корочки - золотистый, на разрезе - светло-серый. Вкус: жареной рыбной котлетной массы, умеренно соленый. Запах: приятный, рыбы и соуса.

Вид обработки: Жарение

Температура подачи блюда: не менее 65 °С

Тип довольствующихся: 7-11 лет, от 12 лет и старше  
Технологическая карта № 279

Наименование изделия: Тефтели 2-й вариант

Номер рецептуры: 279

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Свинина, вырезка	74,55	74,55
или Говядина (котлетное мясо)	47,27	34,55
Вода	5,45	5,45
Крупа рисовая	7,5	7,5
Масса готового рассыпчатого риса	0	24,82
Лук репчатый	38	32,72
Масло растительное	2,5	2,5
Масса пассерованного лука	0	16,4
Мука пшеничная	3,64	3,64
Масса полуфабриката	0	129,1
Масса готовых тефтелей	0	100
Соус сметанный с томатом №331	0	20
Выход:		100/20

Химический состав данного блюда:

**Пищевые вещества**

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
9,95	8,04	12,35	190,33

**Витамины (мг)**

**Минералы (мг)**

C	B1	B2	A	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F
4,23	0,13	0,11	0,00	0,00	22,53	194,24	39,10	1,64	321,96	0,01	0,00	0,09

Технология приготовления:

В мясной фарш без хлеба добавляют соль, мелко нарезанный слегка пассерованный или припущенный лук, рассыпчатый рис, перемешивают и разделяют тефтели в виде шариков по 2-3 шт. на порцию. Шарики панируют в муке, обжаривают, перекладывают в неглубокую посуду в 1-2 ряда, заливают соусом с добавлением воды (10-20 г на порцию) и тушат 8-10 мин.

При отпуске тефтели гарнируют и поливают соусом, в котором они тушились.

Соусы - сметанный с томатом, сметанный с томатом и луком.

Гарниры - картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с маслом.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: тефтели в виде шариков с равномерной (без трещин) мягкой корочкой, пропитаны соусом, сбоку уложен гарнир.

Консистенция: тефтелей в меру плотная, сочная, однородная.

Цвет: тефтелей - коричневый, соуса - светло-коричневый.

Вкус: тушеного мяса в соусе, умеренно соленый.

Запах: тушеного мяса с ароматом лука.

Вид обработки: Тушение

Температура подачи блюда: не менее 65 °С

Тип довольствующихся: 7-11 лет  
Технологическая карта № 258/1

Наименование изделия: Мясо духовое (свинина) с картофелем и овощами

Номер рецептуры: 2

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. –

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Свинина, вырезка	108	105,6
Масло растительное	7,51	7,51
Картофель	200,98	177,38
Лук репчатый	22,54	18,79
Томат-паста	9,38	9,38
Масса тушеного мяса:	0	64,99
Масса соуса и овощей	0	175,01
Соль пищевая йодированная	1,56	1,56
Морковь	52,8	40,8
Выход:		240

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
16,42	15,17	35,06	455,23

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
43,608	0,384	0,288	0,00	0,00	44,904	346,104	86,736	3,936	1404,744	0,024	0,00	0,144

Технология приготовления:

Обжаренные порционные куски говядины (1-2 куска на порцию) тушат с добавлением бульона и пассерованного томатного пюре почти до полной готовности. Картофель, овощи, нарезанные дольками, обжаривают по отдельности. На бульоне, полученном после тушения мяса, готовят соус, заливают им мясо, кладут обжаренные морковь и репчатый лук. После 10 мин тушения добавляют обжаренный картофель и тушат до готовности. При отпуске на тушеные овощи кладут мясо и поливают соусом.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: мясо - нарезано поперек волокон, уложено на тарелку вместе с овощами. Овощи сохранили форму нарезки.

Консистенция: мяса и овощей - нежная, мягкая, сочная.

Цвет: мяса - коричневый, овощей и соуса - темно-красный, овощей на разрезе - натуральный.

Вкус: без постороннего привкуса, умеренно соленый.

Запах: мяса в сочетании с ароматом овощей.

Вид обработки: Тушение

Температура подачи блюда: не менее 65 °С

Тип довольствующихся: 7-11 лет  
Технологическая карта № 281

Наименование изделия: Биточки паровые (говяж)

Номер рецептуры: 281

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Говядина (котлетное мясо)	96	74
Хлеб пшеничный	18	18
Молоко	22	22
Масло сливочное	2,5	2,5
Масса полуфабриката	0	71,25
Масса припущенных биточков	0	62,5
Соус сметанный	0	37,5
Выход:		100

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
13,29	10,85	9,10	210,19

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
0,42	0,11	0,19	0,00	0,00	51,44	0,00	0,10	2,54	0,01	0,00	0,00	0,01

Технология приготовления:

Из взбитой котлетной массы с добавлением масла формируют биточки, которые варят на пару 20-25 мин или припускают под крышкой 15-20 мин. Отпускают биточки с гарниром и соусом.  
Гарниры - рис припущенный, пюре картофельное, овощи в молочном соусе.  
Соусы - молочный, сметанный.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: биточки правильной округло-приплюснутой формы, поверхность и края ровные, без трещин, сбоку подлит соус и уложен гарнир.  
Консистенция: биточков - мягкая, сочная, однородная, пышная, соуса - эластичная, однородная.  
Цвет: поверхности и на разрезе - от светло-серого до серого.  
Вкус: мясной, умеренно соленый.  
Запах: вареного мяса.

Вид обработки: Припускание

Температура подачи блюда: не менее 65 °С

Тип довольствующихся: 7-11 лет  
Технологическая карта № 229

Наименование изделия: Рыба, тушенная в томате с овощами (минтай или хек) (

Номер рецептуры: 3

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. –

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Минтай потрошенный	233	100
или Филе минтая	105	100
Вода	19	19
Масло растительное	5	5
Масса тушеной рыбы	0	100
Масса готовой рыбы с тушеными овощами и соусом	0	140
Морковь, тушенная с луком №319	0	40
Выход:		100/40

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
8,02	8,45	4,54	125,93

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
3,40	0,03	0,03	0,00	0,00	13,02	0,00	0,31	0,38	0,03	0,00	0,00	0,03

Технология приготовления:

Порционные куски рыбы, нарезанные из филе с кожей без костей, укладывают в посуду в два слоя, чередуя со слоями нашинкованных овощей, заливают бульоном или водой, добавляют масло растительное, томатное пюре, раствор лимонной кислоты, сахар, соль, посуду закрывают крышкой и тушат до готовности (45-60 мин); за 5-7 мин до окончания тушения добавляют специи.

При отпуске рыбу поливают соусом с овощами, в котором она тушилась.  
Гарниры - картофель отварной, пюре картофельное.

Органолептические показатели качества:

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.

Вид обработки: Тушение

Температура подачи блюда: не менее 65 °С

Тип довольствующихся: 7-11 лет, от 12 лет и старше  
Технологическая карта № 271

Наименование изделия: Котлеты домашние (свин/говяж)

Номер рецептуры: 2

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: Дели плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Говядина (котлетное мясо)	62,5	46,25
Свинина мясная	30,5	25,42
Лук репчатый	3,38	2,82
Сухари	7,05	7,05
Яйцо	1,75	1,75
Хлеб пшеничный	16,25	16,25
Вода	14,08	14,08
Соль пищевая йодированная	0,99	0,99
Масса полуфабриката	0	114
Масло растительное	2,82	2,82
Масса готовых изделий	0	100
Масло сливочное	3	3
Выход:		100

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
15,58	18,43	13,07	275,90

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
0,28	0,21	0,17	0,01	0,04	31,11	64,31	10,37	2,30	100,98	0,00	0,00	0,03

Технология приготовления:

Приготовленные согласно рецептуре полуфабрикаты жарят и отпускают так же, как котлеты, биточки, шницель (рец. №268).

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: форма котлеты - овально-приплюснутая, с заостренным концом, сбоку подлит соус и уложен гарнир.

Консистенция: сочная, пышная, однородная.

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

Вкус: жареного мяса, умеренно соленый, без привкуса хлеба.

Запах: жареного мяса, запанированного в сухарях.

Вид обработки: Жарение

Температура подачи блюда: не менее 65 °С

Тип довольствующихся: 7-11 лет, от 12 лет и старше  
Технологическая карта № 249

Наименование изделия: Отбивная из мяса птицы (курица)

Номер рецептуры: 249

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений /

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Куриное филе	80,00	80
Яйцо	4	4
Сухари панировочные	12	12
Масло растительное	6	6
Соль пищевая йодированная	0,8	0,8
Выход:		100

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
12,29	13,05	11,16	213,00

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
C	B1	B2	A	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F
0,00	0,00	0,02	0,01	0,09	2,20	7,68	0,48	0,10	5,60	0,00	0,00	0,00

Технология приготовления:

Антрекоты нарезают из толстого или тонкого края по одному куску на порцию толщиной 1,5-2 см, отбивают, посыпают солью и жарят основным способом. Отпускают с гарниром.  
Гарниры - картофель в молоке, картофель жареный (из отварного), картофель жареный (из сырого), кабачки или тыква, тушеные в сметане.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: мясо нарезано поперек волокон одним куском овально- продолговатой формы, поверхность равномерно обжарена, сбоку уложен гарнир. Консистенция: нежная, сочная.  
Цвет: поверхности с обеих сторон - коричневый, на разрезе - серый.  
Вкус: жареного натурального мяса, умеренно соленый.  
Запах: жареного мяса, приятный.

Вид обработки: Жарение

Температура подачи блюда: не менее 65 °С

Тип довольствующихся: 7-11 лет  
Технологическая карта № 251

Наименование изделия: Поджарка (свинина)

Номер рецептуры: 251

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Свинина, вырезка	113,85	113,85
Масса жареного мяса	0	76,92
Лук репчатый	36,92	30,77
Масло растительное	10,77	10,77
Масса пассерованного лука	0	15,38
Томат-паста	15,38	15,38
Масса пассерованного лука и томата	0	23,08
Выход:		100

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
13,69	18,22	5,45	284,05

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
10,00	0,16	0,15	0,00	0,00	21,72	268,32	50,99	2,42	446,63	0,01	0,00	0,09

Технология приготовления:

Мясо, нарезанное брусочками массой 10-15 г, посыпают солью, жарят до готовности. Затем добавляют мелко нашинкованный слегка пассерованный или припущенный репчатый лук, томатное пюре и жарят еще 2-3 мин. Подают с гарниром.

Гарниры - каши рассыпчатые, бобовые отварные, макаронные изделия отварные, картофель отварной, картофель жареный (из отварного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с маслом, капуста тушения, свекла тушеная в сметанном соусе.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: мясо, нарезанное тонкими брусочками массой 10-15 г, вместе с пассерованным луком уложено горкой на тарелку. Гарнир расположен сбоку. Консистенция: кусочки мяса мягкие, нежные.

Цвет: мяса - светло-коричневый, лука с томатом - оранжевый.

Вкус: жареного мяса, умеренно соленый.

Запах: мяса с ароматом томата, пассерованного лука.

Вид обработки: Жарение

Температура подачи блюда: не менее 65 °С



Тип довольствующихся: 7-11 лет, от 12 лет и старше  
Технологическая карта № 269

Наименование изделия: Котлеты, биточки (особые свин/говяж) (с соусом)

Номер рецептуры: 2

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Говядина, лопаточная часть (запечная)	60	56
Свинина мясная	28	24
Хлеб пшеничный	16	16
Молоко	20	20
Сухари	6	6
Масса полуфабриката	0	124
Масса готовых котлет, биточков	0	100
Соус сметанный №330	0	20
Выход:		100/20

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
17,39	12,93	14,10	239,67

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
0,29	0,22	0,22	0,00	0,00	54,58	159,64	21,23	2,39	268,40	0,01	0,00	0,07

Технология приготовления:

Приготавливают так же, как котлеты, биточки (рец. №268).  
При отпуске изделия гарнируют и поливают сливочным маслом или соусом.  
Гарниры и соусы - те же, что и в предыдущей рецептуре.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: форма котлеты - овально-приплюснутая, с заостренным концом, биточка - кругло-приплюснутая, сбоку подлит соус и уложен гарнир. Консистенция: сочная, пышная, однородная.  
Цвет: корочки - коричневый, на разрезе - светло-серый.  
Вкус: жареного мяса, умеренно соленый, без привкуса хлеба.  
Запах: жареного мяса, запанированного в сухарях.

Вид обработки: Жарение

Температура подачи блюда: не менее 65 °С

Тип довольствующихся: 7-11 лет  
Технологическая карта № 265

Наименование изделия: Плов из свинины

Номер рецептуры: 265

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Свинина, вырезка	87	74
Крупа рисовая	40,8	40,8
Масло растительное	4	4
Лук репчатый	8,1	6
Морковь	9	7,8
Томат-паста	6,4	6,4
Масса тушеного мяса	0	40
Масса гарнира	0	80
Соль пищевая йодированная	1,2	1,2
Выход:		120

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
11,48	9,23	32,44	286,92

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
3,864	0,132	0,108	0,00	0,00	14,424	227,484	51,576	1,836	306,612	0,00	0,012	0,072

Технология приготовления:

Нарезанное кусочками по 20-30 г мясо посыпают солью, обжаривают, добавляют слегка пассерованные или припущенные с томатным пюре морковь и лук. Мясо и овощи заливают водой (80 г), доводят до кипения, всыпают перебранный промытый рис и варят до полуготовности. Когда 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.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: мясо нарезано кубиками (20-30 г), кусочки мяса целые, рис рассыпчатый.  
Консистенция: мяса - мягкая, нежная, риса - мягкая.  
Цвет: мяса - серый, риса и овощей - от светло до темно-оранжевого.  
Вкус: тушеного мяса, риса и пассерованных овощей, умеренно соленый.  
Запах: мяса с ароматом риса и овощей.

Вид обработки: Тушение

Температура подачи блюда: не менее 65 °С

Тип довольствующихся: 7-11 лет, от 12 лет и старше  
Технологическая карта № 290

Наименование изделия: Птица тушеная в соусе (завтрак)

Номер рецептуры: 290

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1—4-х классов в общеобразовательных организациях: Пособие.—М.: Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора, 2022.— 275 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Курица (филе)	79	71
Масло растительное	2	2
Масса жареной птицы	0	50
Соус сметанный №330	0	50
Соль пищевая йодированная	3	3
Лавровый лист	0,01	0,01
Выход:		100

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
17,57	8,08	12,96	232,14

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
0,08	0,02	0,03	0,00	0,00	12,94	0,00	0,38	0,06	0,00	0,00	0,00	0,04

Технология приготовления:

Подготовленные тушки птицы или кролика обжаривают до образования корочки, разрезают на порционные куски, заливают соусом и тушат 10-15 мин.  
При отпуске гарнируют и поливают соусом, в котором тушилась птица или кролик.  
Гарнир - рис отварной или припущенный, картофель отварной, картофельное пюре, картофель жареный (из сырого). Соусы - сметанный, сметанный с томатом.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: мясо равномерно обжарено, не подгорело, залито соусом, сбоку уложен гарнир.  
Консистенция: сочная, нежная.  
Цвет: курицы - золотистый, соуса сметанного - кремовый, сметанного с томатом - розовый.  
Вкус: умеренно соленый.  
Запах: свойственный мясу птицы или кролика, соуса.

Вид обработки: Тушение

Температура подачи блюда: не менее 65 °С

Тип довольствующихся: 7-11 лет  
Технологическая карта № 229

Наименование изделия: Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай или хек) 1

Номер рецептуры: 3

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1—4-х классов в общеобразовательных организациях: Пособие.—М.: Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора, 2022.— 275 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Минтай потрошенный	246	124
или Филе минтая	105	100
Вода	19	19
Масло растительное	5	5
Масса тушеной рыбы	0	100
Масса готовой рыбы с тушеными овощами и соусом	0	160
Морковь, тушенная с луком №319	0	60
Выход:		100/60

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
10,13	10,07	6,81	158,22

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
5,10	0,04	0,05	0,02	0,00	19,11	4,17	3,37	0,56	52,54	0,00	0,00	0,04

Технология приготовления:

Порционные куски рыбы, нарезанные из филе с кожей без костей, укладывают в посуду в два слоя, чередуя со слоями нашинкованных овощей, заливают бульоном или водой, добавляют масло растительное, томатное пюре, раствор лимонной кислоты, сахар, соль, посуду закрывают крышкой и тушат до готовности (45-60 мин); за 5-7 мин до окончания тушения добавляют специи.

При отпуске рыбу поливают соусом с овощами, в котором она тушилась.  
Гарниры - картофель отварной, пюре картофельное.

Органолептические показатели качества:

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.

Вид обработки: Тушение

Температура подачи блюда: не менее 65 °С

Тип довольствующихся: 7-11 лет, от 12 лет и старше  
Технологическая карта № 376

Наименование изделия: Чай с лимоном и сахаром

Номер рецептуры: 54-3гн

Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1—4-х классов в общеобразовательных организациях: Пособие.—М.: Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора, 2022.— 275 с.

Наименование сборника рецептур:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Чай высшего сорта	1	1
Сахарный песок	7	7
Вода	195	195
Лимон	7,5	7
Выход:		200

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
0,26	0,00	7,24	30,82

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
2,90	0,00	0,02	0,00	0,00	16,74	1,54	2,78	0,88	11,62	0,00	0,00	0,20

Технология приготовления:

В стакан или чашку наливают заварку чая и доливают кипятком. Сахар кладут в стакан или чашку, либо подают отдельно. Варенье, джем, мед, повидло подают отдельно.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: жидкость золотисто-коричневого цвета налита в стакан.  
Консистенция: жидкая.  
Цвет: золотисто-коричневый.  
Вкус: сладкий, чуть терпкий.  
Запах: свойственный чаю.

Вид обработки: Без обработки

Температура подачи блюда: не менее 75 °С

Тип довольствующихся: 7-11 лет, от 12 лет и старше  
Технологическая карта № 379

Наименование изделия: Кофейный напиток с молоком

Номер рецептуры: 379

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: Дели плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Кофейный напиток	5	5
Вода	120	120
Сахарный песок	10	10
Молоко	80	80
Выход:		200

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
3,02	2,72	14,48	98,30

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
1,04	0,04	0,12	0,00	0,00	101,70	0,00	1,20	0,12	0,30	0,00	0,00	0,12

Технология приготовления:

В сваренный процеженный кофейный напиток добавляют горячее кипяченое молоко, сахар и доводят до кипения.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: кофейный напиток налит в стакан или чашку.

Консистенция: жидкая.

Цвет: светло-коричневый.

Вкус: сладкий, с выраженным привкусом кофейного напитка и кипяченого молока.

Запах: аромат кофейного напитка и кипяченого молока.

Вид обработки: Варка

Температура подачи блюда: не менее 75 °С

Тип довольствующихся: 7-11 лет, от 12 лет и старше  
Технологическая карта № 342

Наименование изделия: Компот из свежих плодов

Номер рецептуры: 1

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Яблоки	45,4	40
Вода	172	172
Сахарный песок	12	12
Лимонная кислота	0,2	0,2
Выход:		200

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
0,16	0,16	15,90	64,28

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F
4,00	0,02	0,00	0,00	0,00	14,50	4,40	5,32	0,92	111,56	0,00	0,00	0,18

Технология приготовления:

Яблоки, груши или айву моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Чтобы плоды не темнели, их погружают до варки в холодную воду, слегка подкисленную лимонной кислотой.  
Сироп приготавливают следующим образом: в горячей воде растворяют сахар, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения, проваривают 10-12 мин и процеживают. В подготовленный горячий сироп погружают плоды. Яблоки и груши варят на слабом огне не более 6-8 мин. Быстроразваривающиеся сорта яблок (антоновские и др.) и очень спелые груши не варят, а кладут в кипящий сироп, прекращают нагрев и оставляют в сиропе до охлаждения.  
Черешню или вишню перебирают, удаляют плодоножки, моют; сливы, персики или абрикосы перебирают, моют, разрезают пополам, удаляют косточки, закладывают в горячий сахарный сироп и доводят до кипения.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: сироп - прозрачный, у яблок и груш удалены сердцевинки и плодоножки, плоды нарезаны дольками; абрикосы, персики, сливы - разделены пополам, косточки удалены; мелкие - с косточками.  
Консистенция: компота - жидкая, плодов - мягкая.  
Цвет: присущий вареным плодам в сиропе.  
Вкус: кисло-сладкий.  
Запах: фруктовый - концентрированный, приятный.

Вид обработки: Варка

Температура подачи блюда: не менее 20 °С

Тип довольствующихся: 7-11 лет, от 12 лет и старше  
Технологическая карта № 349

Наименование изделия: Компот из сухофруктов

Номер рецептуры: 54-1хн

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1—4-х классов в общеобразовательных организациях: Пособие.—М.: Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора, 2022.— 275 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Яблоки сушеные	26,8	25
Сахарный песок	7	7
Вода	190	190
Выход:		200

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
0,56	0,02	21,74	89,78

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
C	B1	B2	A	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F
0,50	0,00	0,00	0,00	0,00	36,50	19,26	9,40	1,52	145,22	0,00	0,00	0,18

Технология приготовления:

Подготовленные сухофрукты заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, добавляют лимонную кислоту и варят до готовности.  
Компот из сухофруктов готовят накануне, для того чтобы он настоялся.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: сухофрукты сохранили форму, жидкая часть прозрачная.  
Консистенция: компота - жидкая, плодов - мягкая.  
Цвет: коричневый.  
Вкус: сладкий, с хорошо выраженным привкусом сухофруктов.  
Запах: сухофруктов.

Вид обработки: Варка

Температура подачи блюда: не менее 20 °С



Тип довольствующихся: 7-11 лет, от 12 лет и старше  
Технологическая карта № 376

Наименование изделия: Чай с сахаром

Номер рецептуры: 54-2гн

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1—4-х классов в общеобразовательных организациях: Пособие.—М.: Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора, 2022.— 275 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Сахарный песок	7	7
Вода	200	200
Чай высшего сорта	1	1
Выход:		200

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
0,20	0,00	7,02	28,44

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
0,10	0,00	0,00	0,00	0,00	14,16	0,00	2,00	0,84	0,20	0,00	0,00	0,20

Технология приготовления:

В стакан или чашку наливают заварку чая и доливают кипятком. Сахар кладут в стакан или чашку, либо подают отдельно. Варенье, джем, мед, повидло подают отдельно.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: жидкость золотисто-коричневого цвета налита в стакан.  
Консистенция: жидкая.  
Цвет: золотисто-коричневый.  
Вкус: сладкий, чуть терпкий.  
Запах: свойственный чаю.

Вид обработки: Без обработки

Температура подачи блюда: не менее 75 °С

Тип довольствующихся: 7-11 лет, от 12 лети старше  
Технологическая карта № 382

Наименование изделия: Какао с молоком

Номер рецептуры: 382

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Какао-порошок	4	4
Молоко	100	100
Вода	100	100
Сахарный песок	20	20
Выход:		200

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
3,88	3,10	25,06	147,36

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
1,30	0,04	0,16	0,00	0,00	130,22	26,20	18,00	1,04	60,96	0,00	0,00	0,10

Технология приготовления:

Какао кладут в посуду, смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка (100 мл) и растирают до однородной массы, затем вливают при постоянном помешивании кипяченое горячее молоко, остальной кипятком и доводят до кипения.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: жидкость светло-шоколадного цвета налита в стакан.  
Консистенция: жидкая.  
Цвет: светло-шоколадный.  
Вкус: сладкий, с привкусом какао и молока.  
Запах: свойственный какао.

Вид обработки: Варка

Температура подачи блюда: не менее 75 °С

Тип довольствующихся: 7-11 лет, от 12 лет и старше  
Технологическая карта № 388

Наименование изделия: Напиток из плодов шиповника

Номер рецептуры: 388

Наименование сборника рецептур:

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Плоды шиповника сушеные	20	20
Сахарный песок	20	20
Вода	200	200
Выход:		200

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
0,68	0,28	20,76	88,20

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
100,00	0,02	0,06	0,00	0,00	21,34	3,44	3,44	0,64	10,34	0,00	0,00	0,00

Технология приготовления:

Плоды шиповника промывают холодной водой, кладут в посуду из неокисляющегося материала, заливают кипятком и кипятят при закрытой крышке и слабом кипении 10 мин. Добавляют сахар. Затем оставляют для настаивания на 2-4 часа. После этого отвар процеживают и охлаждают.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: напиток налит в стакан.

Консистенция: жидкая.

Цвет: темно-красный.

Вкус: кисло-сладкий, с привкусом плодов шиповника.

Запах: шиповника.

Вид обработки: Варка

Температура подачи блюда: не менее 20 °С

Тип довольствующихся: 7-11 лет, от 12 лет и старше  
Технологическая карта № 379

Наименование изделия: Кофейный напиток с молоком

Номер рецептуры: 379

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутьяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Кофейный напиток	5	5
Вода	120	120
Сахарный песок	10	10
Молоко	80	80
Выход:		200

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
3,02	2,72	14,48	98,30

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
C	B1	B2	A	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F
1,04	0,04	0,12	0,00	0,00	101,70	0,00	1,20	0,12	0,30	0,00	0,00	0,12

Технология приготовления:

В сваренный процеженный кофейный напиток добавляют горячее кипяченое молоко, сахар и доводят до кипения.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: кофейный напиток налит в стакан или чашку.

Консистенция: жидкая.

Цвет: светло-коричневый.

Вкус: сладкий, с выраженным привкусом кофейного напитка и кипяченого молока.

Запах: аромат кофейного напитка и кипяченого молока.

Вид обработки: Варка

Температура подачи блюда: не менее 75 °С

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 45

Наименование изделия: Салат из белокочанной капусты (завтрак)\*\*

Номер рецептуры: 45

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: Дели плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Капуста белокочанная	61,5	60
Морковь	8	6
Лимонная кислота	0,3	0,3
Сахарный песок	2,4	2,4
Масло растительное	2,4	2,4
Соль пищевая йодированная	0,8	0,8
Выход:		60

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
1,16	2,47	5,63	49,57

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
27,30	0,024	0,03	0,00	0,00	30,492	18,60	9,60	0,408	180,072	0,00	0,00	0,006

Технология приготовления:

Лимонную кислоту растворяют в воде.

Капусту шинкуют, добавляют соль (15 г на 1 кг), раствор лимонной кислоты и нагревают при непрерывном помешивании. Не следует перегревать капусту, так как она будет мягкой. Прогретую капусту охлаждают, смешивают с нашинкованным зеленым луком или морковью, нарезанной соломкой, добавляют сахар и растительное масло.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: капуста и морковь нарезаны тонкой соломкой, лук зеленый нашинкован. Салат заправлен раствором лимонной кислоты, растительным маслом, посыпан зеленью.

Консистенция: овощей - хрустящая, не жесткая, сочная.

Цвет: свойственный входящим в салат продуктам.

Вкус: приятно-кисловатый со слегка ощутимой сладостью, умеренно соленый, без горечи.

Запах: свежей белокочанной капусты в смеси с заправкой.

Вид обработки: Без обработки

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 52

Наименование изделия: Салат из свеклы отварной\*\*

Номер рецептуры: 52

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Свекла	120	100
Масса вареной очищенной свеклы	0	100
Масло растительное	4	4
Соль пищевая йодированная	0,5	0,5
Выход:		100

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
1,50	4,10	8,80	77,96

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
10,00	0,02	0,04	0,00	0,00	37,00	43,00	22,00	1,40	288,00	0,01	0,00	0,02

Технология приготовления:

Подготовленную свеклу отваривают, затем очищают и измельчают на овощерезке. При отпуске свеклу заправляют маслом растительным.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: свекла мелко измельчена. Салат уложен горкой, заправлен маслом растительным.  
Консистенция: мягкая, сочная.  
Цвет: темно-малиновый.  
Вкус: умеренно соленый, свойственный свекле.  
Запах: свеклы.

Вид обработки: Варка

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 20

Наименование изделия: Салат из свежих огурцов\*\*

Номер рецептуры: 20

Наименование сборника рецептур:

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во  
всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П.  
Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. –  
544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Огурец свежий	118,8	95
Масло растительное	6	6
Выход:		100

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
0,75	6,02	2,35	66,60

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
4,69	0,03	0,04	0,00	0,00	22,32	39,59	13,19	0,57	132,38	0,00	0,00	0,00

Технология приготовления:

Свежие, нарезанные кружочками или ломтиками огурцы солят, поливают растительным маслом. При отпуске салата можно добавить зеленый лук (10-15 г) и яйцо - 1/2-1/4 шт. на порцию. Салат можно отпускать также с зеленым луком (125 г нетто лука на 1 кг салата), соответственно изменив норму закладки огурцов.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: огурцы, нарезанные кружочками или ломтиками.

Консистенция: мякоть - плотная с недоразвитыми водянистыми, не кожистыми семенами.

Цвет: ломтик огурца неочищенного - белый с зеленой каймой, очищенного - белый.

Вкус: свежих огурцов в сочетании с растительным маслом.

Запах: свежих огурцов.

Вид обработки: Без обработки

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 47

Наименование изделия: Салат из квашеной капусты (завтрак)\*\*

Номер рецептуры: 47

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Капуста белокочанная, квашеная	63,6	60
Лук репчатый	6	4
Сахарный песок	3	3
Масло растительное	3	3
Выход:		60

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
1,13	3,07	5,12	53,78

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
C	B1	B2	A	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F
18,402	0,012	0,012	0,00	0,00	30,132	20,922	10,158	0,402	187,092	0,00	0,00	0,00

Технология приготовления:

Квашеную капусту перебирают, крупные части измельчают, затем добавляют шинкованный лук, сахар и заправляют растительным маслом.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: салат уложен горкой. Поверхность блестит от растительного масла, лук зеленый мелко нашинкован, лук репчатый - полукольцами.

Консистенция: хрустящая, сочная.

Цвет: белый со слегка темноватым оттенком.

Вкус: квашеной капусты, приятно-кисловатый со слегка ощутимой сладостью. Умеренно соленый.

Запах: свойственный квашеной капусте в смеси с растительным маслом.

Вид обработки: Без обработки



Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 52

Наименование изделия: Салат из свеклы отварной (завтрак)\*\*

Номер рецептуры: 52

Наименование сборника рецептур:

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во  
всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П.  
Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: Дели плюс, 2017. –  
544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Свекла	76	60
<i>Масса вареной очищенной свеклы</i>	76,6	60
Масло растительное	3	3
Соль пищевая йодированная	0,3	0,3
Выход:		60

Химический состав данного блюда:

<i>Пищевые вещества</i>			
<i>Белки, г</i>	<i>Жиры, г</i>	<i>Углеводы, г</i>	<i>Энерг. ценность, ккал</i>
0,90	3,05	5,28	52,17

<i>Витамины (мг)</i>					<i>Минералы (мг)</i>							
<i>С</i>	<i>В1</i>	<i>В2</i>	<i>А</i>	<i>Д</i>	<i>Са</i>	<i>Р</i>	<i>Мg</i>	<i>Fe</i>	<i>К</i>	<i>І</i>	<i>Se</i>	<i>F</i>
6,00	0,012	0,024	0,00	0,00	22,20	25,80	13,20	0,84	172,80	0,006	0,00	0,012

Технология приготовления:

Подготовленную свеклу отваривают, затем очищают и измельчают на овощерезке. При отпуске свеклу заправляют маслом растительным.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: свекла мелко измельчена. Салат уложен горкой, заправлен маслом растительным.  
Консистенция: мягкая, сочная.  
Цвет: темно-малиновый.  
Вкус: умеренно соленый, свойственный свекле.  
Запах: свеклы.

Вид обработки: Варка

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 62

Наименование изделия: Салат из св. моркови с сахаром\*\*

Номер рецептуры: 62

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Морковь	120	96
Сахарный песок	5	5
или Мед пчелиный	5	5
Масло растительное	2	2
Выход:		100

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
1,23	0,09	20,48	81,70

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
C	B1	B2	A	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F
3,36	0,06	0,07	0,00	0,00	25,76	52,77	36,05	0,66	189,90	0,00	0,00	0,00

Технология приготовления:

Подготовленную сырую очищенную морковь нарезают соломкой, добавляют сахар или мед, выкладывают горкой.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: морковь нарезана соломкой. Салат уложен горкой.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: оранжевый.

Вкус: свойственный моркови с сахаром или медом.

Запах: моркови, приятный.

Вид обработки: Без обработки

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 47

Наименование изделия: Салат из квашеной капусты\*\*

Номер рецептуры: 47

Наименование сборника рецептур:

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во  
всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П.  
Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. –  
544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Капуста белокочанная, квашеная	106	100
Лук репчатый	10	6,67
Сахарный песок	5	5
Масло растительное	5	5
Выход:		100

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
1,89	5,11	8,54	89,63

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
30,67	0,02	0,02	0,00	0,00	50,22	34,87	16,93	0,67	311,82	0,00	0,00	0,00

Технология приготовления:

Квашеную капусту перебирают, крупные части измельчают, затем добавляют шинкованный лук, сахар и заправляют растительным маслом.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: салат уложен горкой. Поверхность блестит от растительного масла, лук зеленый мелко шинкован, лук репчатый - полукольцами.

Консистенция: хрустящая, сочная.

Цвет: белый со слегка темноватым оттенком.

Вкус: квашеной капусты, приятно-кисловатый со слегка ощутимой сладостью. Умеренно соленый.

Запах: свойственный квашеной капусте в смеси с растительным маслом.

Вид обработки: Без обработки

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 143

Наименование изделия: Рагу из овощей (обед)

Номер рецептуры: 143

Наименование сборника рецептур:

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во  
всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П.  
Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. –  
544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Картофель	108,33	80,6
Морковь	50	40
Лук репчатый	23,8	19,03
Капуста белокочанная	65,48	52,38
Масло растительное	3,5	3,5
Соус сметанный №330	0	71,42
Лавровый лист	0,02	0,02
Масса рагу	0	238,08
Масло сливочное	11,9	11,9
Выход:		250

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
4,47	14,42	24,47	247,88

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
43,725	0,175	0,175	0,00	0,00	71,825	74,025	30,125	1,60	648,225	0,00	0,00	0,10

Технология приготовления:

Нарезанные дольками или кубиками картофель и коренья слегка обжаривают, лук слегка пассеруют или припускают. Капусту белокочанную нарезают шашками, припускают. Затем картофель и овощи соединяют с соусом сметанным и тушат 10-15 мин. После этого добавляют припущенную белокочанную капусту и продолжают тушить 15- 20 мин. За 5-10 мин до готовности кладут лавровый лист. При отпуске рагу поливают растопленным сливочным маслом, посыпают зеленью.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: овощи и картофель нарезаны кубиками или дольками, овощи сохранили первоначальную форму нарезки.

Консистенция: картофеля, овощей - мягкая, плотная.

Цвет: светло-оранжевый.

Вкус: умеренно соленый, слегка острый.

Запах: овощей, не допускается запах подгорелых овощей.

Вид обработки: Тушение

Температура подачи блюда: не менее 65 °С

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 203

Наименование изделия: Макароны изделия отварные с маслом (завтрак)

Номер рецептуры: 203

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: Делти плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Макаронные изделия отварные №202	0	150
Выход:		150

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
5,85	7,20	36,70	239,04

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
0,00	0,00	0,015	0,00	0,00	16,785	0,015	3,15	0,03	0,00	0,00	0,00	0,315

Технология приготовления:

Макаронные изделия отваривают (рец. №202). При отпуске поливают растопленным маслом.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: макароны уложены горкой, сохранили форму, легко отделяются друг от друга.  
Консистенция: мягкая, упругая, в меру плотная.  
Цвет: белый с кремовым оттенком.  
Вкус: свойственный отварным макаронным изделиям и сливочному маслу, умеренно соленый.  
Запах: отварных макаронных изделий и сливочного масла.

Вид обработки: Варка

Температура подачи блюда: не менее 65 °С

Вложенное блюдо № 202

Наименование изделия: Макароны изделия отварные

Номер рецептуры: 202

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: Делти плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Макаронные изделия высшего сорта	52,5	52,5
Вода	315	315
Соль пищевая йодированная	2,62	2,62
Масло сливочное	9	9
Выход:		150,00

Технология приготовления:

Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с растопленным маслом сливочным (1/3-1/2 часть от указанного в рецептуре количества), чтобы они не склеивались и не образовывали комков. Остальной частью масла макароны заправляют непосредственно перед отпуском.  
Блюда из макаронных изделий подают в горячем виде.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: макаронные изделия сохранили форму, легко отделяются друг от друга.  
Консистенция: мягкая, упругая, в меру плотная.  
Цвет: белый с кремовым оттенком.  
Вкус: свойственный отварным макаронным изделиям, умеренно соленый.  
Запах: отварных макаронных изделий.

Вид обработки: Варка

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 125

Наименование изделия: Картофель отварной (с маслом)

Номер рецептуры: 1

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Картофель	236,57	176,58
Масса вареного картофеля	0	171,43
Масло сливочное	8,57	8,57
Выход:		180

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
3,46	6,79	23,98	180,00

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
24,714	0,18	0,126	0,036	0,00	23,418	95,634	34,83	1,404	854,82	0,00	0,00	0,00

Технология приготовления:

Очищенный картофель варят, сливают воду, а картофель подсушивают, для чего посуду с ним оставляют на 5-7 мин на менее горячем участке плиты. При варке рассыпчатого картофеля воду следует сливать примерно через 15 мин после момента закипания, затем картофель доводят до готовности паром, образующимся в котле. Варить картофель следует небольшими партиями по мере спроса. При отпуске картофель поливают маслом или соусом сметанным.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: клубни картофеля одного размера, хорошо проварены, поверхность клубней хорошо очищена (без остатков глазков и темных пятен), политы маслом или соусом. Консистенция: рыхлая или умеренно плотная.

Цвет: от белого до светло-кремового.

Вкус: свежесваренного картофеля, умеренно соленый.

Запах: свежесваренного картофеля.

Вид обработки: Варка

Температура подачи блюда: не менее 65 °С

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 258/1

Наименование изделия: Мясо духовое (свинина) с картофелем и овощами

Номер рецептуры: 2

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Свинина, вырезка	126	123,2
Масло растительное	8,76	8,76
Картофель	234,47	206,95
Лук репчатый	26,29	21,92
Морковь	61,6	47,6
Томат-паста	10,95	10,95
Масса тушеного мяса:	0	75,82
Масса соуса и овощей	0	204,18
Соль пищевая йодированная	1,82	1,82
Выход:		280

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
19,15	17,70	40,91	531,10

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
50,876	0,448	0,336	0,00	0,00	52,388	403,788	101,192	4,592	1638,868	0,028	0,00	0,168

Технология приготовления:

Обжаренные порционные куски говядины (1-2 куска на порцию) тушат с добавлением бульона и пассерованного томатного пюре почти до полной готовности. Картофель, овощи, нарезанные дольками, обжаривают по отдельности. На бульоне, полученном после тушения мяса, готовят соус, заливают им мясо, кладут обжаренные морковь и репчатый лук. После 10 мин тушения добавляют обжаренный картофель и тушат до готовности. При отпуске на тушеные овощи кладут мясо и поливают соусом.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: мясо - нарезано поперек волокон, уложено на тарелку вместе с овощами. Овощи сохранили форму нарезки.

Консистенция: мяса и овощей - нежная, мягкая, сочная.

Цвет: мяса - коричневый, овощей и соуса - темно-красный, овощей на разрезе - натуральный.

Вкус: без постороннего привкуса, умеренно соленый.

Запах: мяса в сочетании с ароматом овощей.

Вид обработки: Тушение

Температура подачи блюда: не менее 65 °С

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 304

Наименование изделия: Рис отварной (завтрак)

Номер рецептуры: 304

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. –

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Крупа рисовая	36	36
Масло сливочное	5	5
Вода	216	216
Соль пищевая йодированная	2,16	2,16
Выход:		100

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
2,56	3,99	26,70	152,93

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
0,00	0,03	0,02	0,00	0,00	14,05	54,01	20,16	0,38	36,00	0,00	0,01	0,23

Технология приготовления:

Подготовленную рисовую крупу кладут в подсоленную кипящую воду (6 л воды, 60 г соли на 1 кг риса) и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают и промывают горячей кипяченой водой. После стекания воды рис кладут в посуду, заправляют маслом, перемешивают и прогревают.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: зерна крупы целые, хорошо набухшие, легко разделяются.  
Консистенция: рассыпчатая, мягкая, однородная.  
Цвет: от белого до кремового.  
Вкус: отварного риса с маслом.  
Запах: отварного риса с маслом.

Вид обработки: Варка

Температура подачи блюда: не менее 65 °С



Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 171

Наименование изделия: Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом) (обед)

Номер рецептуры: 2

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Масса каши	0	168,75
Масса каши из смеси круп или хлопьев	0	168,75
Крупа пшеничная	72	72
или Гречневая крупа ядрица	79,88	79,88
или Крупа рисовая	60,75	60,75
или Крупа ячневая	56,25	56,25
или Крупа перловая	56,25	56,25
или Пшено	67,5	67,5
Масло сливочное	7,51	7,51
или Сахарный песок	11,25	11,25
Выход:		180

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
9,11	6,23	50,42	281,27

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
0,00	0,144	0,36	0,00	0,00	180,378	178,20	35,64	1,44	213,84	0,00	0,018	0,00

Технология приготовления:

Подготовленную крупу всыпают в подсоленную кипящую жидкость. Всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения, помешивая. Когда каша делается 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. Молоко к каше отпускают в глубокой тарелке вместе с кашей или подают отдельно в стакане.

Органолептические показатели качества:

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

Вид обработки: Варка

Температура подачи блюда: не менее 65 °С

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 312

Наименование изделия: Пюре картофельное (завтрак)

Номер рецептуры: 312

Наименование сборника рецептур:

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во  
всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П.  
Могильного и В.А. Тутьяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. –  
544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Картофель	171	128,25
Молоко	23,7	22,5
Масло сливочное	5,25	5,25
Соль пищевая йодированная	1,01	1,01
Выход:		150

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
3,26	4,88	22,03	146,96

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
25,95	0,165	0,135	0,00	0,00	41,355	74,385	29,505	1,20	728,46	0,00	0,00	0,045

Технология приготовления:

Очищенный картофель варят в кипящей подсоленной воде до готовности. Воду сливают. Добавляют кипяченое молоко и сливочное масло. Протирают, перемешивают.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: протертая картофельная масса.

Консистенция: густая, пышная, однородная.

Цвет: белый с кремовым оттенком.

Вкус: свойственный вареному картофелю, с выраженным привкусом сливочного масла и кипяченого молока, умеренно соленый, нежный.

Запах: свежеприготовленного картофельного пюре с ароматом кипяченого молока и сливочного масла.

Вид обработки: Варка

Температура подачи блюда: не менее 65 °С

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 143

Наименование изделия: Рагу из овощей (обед)

Номер рецептуры: 143

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутьяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Картофель	108,33	80,6
Морковь	50	40
Лук репчатый	23,8	19,03
Капуста белокочанная	65,48	52,38
Масло растительное	3,5	3,5
Соус сметанный №330	0	71,42
Лавровый лист	0,02	0,02
Масса рагу	0	238,08
Масло сливочное	11,9	11,9
Выход:		250

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
4,47	14,42	24,47	247,88

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
43,725	0,175	0,175	0,00	0,00	71,825	74,025	30,125	1,60	648,225	0,00	0,00	0,10

Технология приготовления:

Нарезанные дольками или кубиками картофель и коренья слегка обжаривают, лук слегка пассеруют или припускают. Капусту белокочанную нарезают шашками, припускают. Затем картофель и овощи соединяют с соусом сметанным и тушат 10-15 мин. После этого добавляют припущенную белокочанную капусту и продолжают тушить 15- 20 мин. За 5-10 мин до готовности кладут лавровый лист. При отпуске рагу поливают растопленным сливочным маслом, посыпают зеленью.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: овощи и картофель нарезаны кубиками или дольками, овощи сохранили первоначальную форму нарезки.

Консистенция: картофеля, овощей - мягкая, плотная.

Цвет: светло-оранжевый.

Вкус: умеренно соленый, слегка острый.

Запах: овощей, не допускается запах подгорелых овощей.

Вид обработки: Тушение

Температура подачи блюда: не менее 65 °С

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 321

Наименование изделия: Капуста тушеная (из свежей капусты) (обед)

Номер рецептуры: 1

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Капуста белокочанная	358,25	286,5
Масло сливочное	8,75	8,75
Морковь	6,25	5
Лук репчатый	12	10
Томат-паста	15	15
Раствор лимонной кислоты 3-% №Н	0	7,5
Мука пшеничная	3	3
Сахарный песок	7,5	7,5
Перец душистый	0,05	0,05
Лавровый лист	0,02	0,02
Соль пищевая йодированная	2,5	2,5
Выход:		250

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
6,47	6,70	32,15	197,28

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
136,95	0,125	0,175	0,00	0,00	148,05	94,625	47,325	2,275	877,225	0,00	0,00	0,05

Технология приготовления:

Нарезанную соломкой капусту кладут в котел слоем до 30 см, добавляют воду, лимонную кислоту, масло сливочное, пассерованное томатное пюре и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Затем добавляют пассерованные нарезанные соломкой морковь, лук репчатый и тушат до готовности. За 5 мин до конца тушения капусту заправляют мучной пассеровкой, добавляют сахар, перец, лавровый лист и доводят до кипения.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: смесь тушеной капусты с овощами. Капуста, лук и морковь в виде соломки.  
Консистенция: сочная, слабо хрустящая.  
Цвет: светло-коричневый.  
Вкус: свойственный капусте и продуктам, входящим в состав блюда, умеренно соленый, кисло-сладкий.  
Запах: тушеной капусты с ароматом томата, овощей.

Вид обработки: Тушение

Температура подачи блюда: не менее 65 °С

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 203

Наименование изделия: Макароны изделия отварные с маслом (обед)

Номер рецептуры: 203

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во  
всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П.  
Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. –

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Макаронные изделия отварные №202	0	171,43
Выход:		180

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
6,68	8,24	41,96	273,19

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
0,00	0,00	0,018	0,00	0,00	19,188	0,018	3,60	0,036	0,00	0,00	0,00	0,36

Технология приготовления:

Макаронные изделия отваривают (рец. №202). При отпуске поливают растопленным маслом.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: макароны уложены горкой, сохранили форму, легко отделяются друг от друга.  
Консистенция: мягкая, упругая, в меру плотная.  
Цвет: белый с кремовым оттенком.  
Вкус: свойственный отварным макаронным изделиям и сливочному маслу, умеренно соленый.  
Запах: отварных макаронных изделий и сливочного масла.

Вид обработки: Варка

Температура подачи блюда: не менее 65 °С

Вложенное блюдо № 202

Наименование изделия: Макароны изделия отварные

Номер рецептуры: 202

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во  
всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П.  
Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. –  
544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Макаронные изделия высшего сорта	60	60
Вода	360	360
Соль пищевая йодированная	3	3
Масло сливочное	10,29	10,29
Выход:		171,43

Технология приготовления:

Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с растопленным маслом сливочным (1/3-1/2 часть от указанного в рецептуре количества), чтобы они не склеивались и не образовывали комков. Остальной частью масла макароны заправляют непосредственно перед отпуском.  
Блюда из макаронных изделий подают в горячем виде.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: макаронные изделия сохранили форму, легко отделяются друг от друга.  
Консистенция: мягкая, упругая, в меру плотная.  
Цвет: белый с кремовым оттенком.  
Вкус: свойственный отварным макаронным изделиям, умеренно соленый.  
Запах: отварных макаронных изделий.

Вид обработки: Варка

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 143

Наименование изделия: Рагу из овощей (завтрак)

Номер рецептуры: 143

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Картофель	73,71	54,86
Морковь	34,29	27,43
Лук репчатый	17,14	13,72
Капуста белокочанная	42,86	34,29
Масло растительное	3,26	3,26
Соус сметанный №330	0	51,43
Лавровый лист	0,02	0,02
Масса рагу	0	171,43
Масло сливочное	13,68	13,68
Выход:		180

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
3,11	14,81	16,92	215,03

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
29,232	0,126	0,126	0,00	0,00	50,868	50,40	20,412	1,098	438,498	0,00	0,00	0,054

Технология приготовления:

Нарезанные дольками или кубиками картофель и коренья слегка обжаривают, лук слегка пассеруют или припускают. Капусту белокочанную нарезают шашками, припускают. Затем картофель и овощи соединяют с соусом сметанным и тушат 10-15 мин. После этого добавляют припущенную белокочанную капусту и продолжают тушить 15- 20 мин. За 5-10 мин до готовности кладут лавровый лист. При отпуске рагу поливают растопленным сливочным маслом, посыпают зеленью.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: овощи и картофель нарезаны кубиками или дольками, овощи сохранили первоначальную форму нарезки.

Консистенция: картофеля, овощей - мягкая, плотная.

Цвет: светло-оранжевый.

Вкус: умеренно соленый, слегка острый.

Запах: овощей, не допускается запах подгорелых овощей.

Вид обработки: Тушение

Температура подачи блюда: не менее 65 °С

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 304

Наименование изделия: Рис отварной (обед)

Номер рецептуры: 304

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во  
всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П.  
Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: Дели плюс, 2017. –  
544 с.

Наименование сборника рецептур:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Крупа рисовая	64,8	64,8
Масло сливочное	8,1	8,1
Вода	388,8	388,8
Соль пищевая йодированная	3,89	3,89
Выход:		180

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
4,37	6,44	44,03	251,64

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
0,00	0,036	0,018	0,00	0,00	1,638	73,134	19,602	0,63	48,69	0,00	0,00	0,00

Технология приготовления:

Подготовленную рисовую крупу кладут в подсоленную кипящую воду (6 л воды, 60 г соли на 1 кг риса) и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают и промывают горячей кипяченой водой. После стекания воды рис кладут в посуду, заправляют маслом, перемешивают и прогревают.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: зерна крупы целые, хорошо набухшие, легко разделяются.

Консистенция: рассыпчатая, мягкая, однородная.

Цвет: от белого до кремового.

Вкус: отварного риса с маслом.

Запах: отварного риса с маслом.

Вид обработки: Варка

Температура подачи блюда: не менее 65 °С

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 171

Наименование изделия: Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом) (обед)

Номер рецептуры: 2

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Крупа пшеничная	72	72
Масса каши	0	168,75
Масло сливочное	7,51	7,51
Выход:		180

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
9,11	6,23	50,42	281,27

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
0,00	0,144	0,36	0,00	0,00	180,378	178,20	35,64	1,44	213,84	0,00	0,018	0,00

Технология приготовления:

Подготовленную крупу всыпают в подсоленную кипящую жидкость. Всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения, помешивая. Когда каша делается 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. Молоко к каше отпускают в глубокой тарелке вместе с кашей или подают отдельно в стакане.

Органолептические показатели качества:

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

Вид обработки: Варка

Температура подачи блюда: не менее 65 °С



Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 182

Наименование изделия: Каша жидкая молочная (с крупой рисовой и маслом)

Номер рецептуры: 4

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Крупа рисовая	29,52	29,52
Вода	71,42	71,42
Молоко	100	100
Сахарный песок	5,72	5,72
Масса каши	0	190,48
Масло сливочное	9,52	9,52
или Сахарный песок	9,52	9,52
Выход:		200

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
5,10	8,66	32,42	233,86

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
1,30	0,06	0,18	0,00	0,00	128,50	44,28	15,48	0,44	29,70	0,00	0,00	0,08

Технология приготовления:

В кипящую воду добавляют соль, сахар и перемешивают. Затем всыпают подготовленную крупу и варят, периодически помешивая, 20 мин. После этого добавляют горячее молоко и продолжают варку до готовности. Кашу отпускают с сахаром и маслом, или с сахаром, или с маслом.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: зерна разварились, утратили форму.  
Консистенция: жидкая, на тарелке расплывается, но ложка, положенная выпуклой стороной не тонет.  
Цвет: соответствует виду каши.  
Вкус: умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла.  
Запах: соответствует виду каши в сочетании с молоком и маслом.

Вид обработки: Варка

Температура подачи блюда: не менее 65 °С

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 204

Наименование изделия: Макароны отварные с сыром

Номер рецептуры: 204

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Макаронные изделия отварные №202	0	144
Масло сливочное	6,3	6,3
Сыр "Российский"	31,68	28,8
Выход:		180

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
12,35	19,98	35,33	375,95

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
0,198	0,018	0,108	0,09	0,27	271,386	144,00	13,104	0,342	25,344	0,00	0,00	0,306

Технология приготовления:

Макароны отваривают (рец. №202), заправляют маслом, посыпают тертым сыром непосредственно перед подачей.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: макароны уложены горкой, сохранили форму, легко отделяются друг от друга, посыпаны тертым сыром.  
Консистенция: мягкая, упругая, в меру плотная.  
Цвет: белый с кремовым оттенком.  
Вкус: свойственный отварным макаронам, солоноватый от сыра.  
Запах: отварных макарон с ароматом сыра.

Вид обработки: Варка  
Температура подачи блюда: не менее 65 °С  
Вложенное блюдо № 202

Наименование изделия: Макаронные изделия отварные

Номер рецептуры: 202

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Макаронные изделия высшего сорта	50,4	50,4
Вода	302,4	302,4
Соль пищевая йодированная	2,52	2,52
Масло сливочное	8,64	8,64
Выход:		144,00

Технология приготовления:

Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с растопленным маслом сливочным (1/3-1/2 часть от указанного в рецептуре количества), чтобы они не склеивались и не образовывали комков. Остальной частью масла макароны заправляют непосредственно перед отпуском.  
Блюда из макаронных изделий подают в горячем виде.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: макаронные изделия сохранили форму, легко отделяются друг от друга.  
Консистенция: мягкая, упругая, в меру плотная.  
Цвет: белый с кремовым оттенком.  
Вкус: свойственный отварным макаронным изделиям, умеренно соленый.  
Запах: отварных макаронных изделий.

Вид обработки: Варка

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 218

Наименование изделия: Вареники ленивые отварные (с молоком сгущенным)

Номер рецептуры: 3

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: Дели плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Вареники ленивые (полуфабрикат) №217	0	102,24
Масса вареных вареников	0	105,26
Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности	25	25
Выход:		100/25

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
11,82	8,19	23,45	222,29

Витамины (мг)					Минералы (мг)								
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F	
0,58	0,08	0,33	0,07	0,11	170,62	195,74	22,30	0,54	152,50	0,00	0,00	0,01	

Технология приготовления:

Подготовленные вареники (полуфабрикат) отваривают в подсоленной воде при слабом кипении в течение 4-5 мин.  
Отпускают вареники с маслом или сахаром, или молоком сгущенным, или йогуртом.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: кусочки прямоугольной или треугольной формы.  
Консистенция: однородная, мягкая, сочная.  
Цвет: белый.  
Вкус: свойственный продуктам, входящим в данное изделие.  
Запах: слабовыраженный запах творога.

Вид обработки: Варка

Вложенное блюдо № 217

Наименование изделия: Вареники ленивые (полуфабрикат)

Номер рецептуры: 217

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: Дели плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Творог 9%	85,57	83,84
Мука пшеничная	11,76	11,76
Сахарный песок	6,13	6,13
Яйцо	6,13	6,13
Соль пищевая йодированная	0,82	0,82
Выход:		102,24

Технология приготовления:

В протертый творог вводят муку, яйца, сахар, соль и тщательно перемешивают до получения однородной массы. Затем массу раскатывают пластом толщиной 10-12 мм и разрезают на полоски шириной 25 мм. Полоски нарезают на кусочки прямоугольной и треугольной формы.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: кусочки прямоугольной или треугольной формы.  
Консистенция: однородная, мягкая.  
Цвет: белый.  
Вкус: свойственный продуктам, входящим в данное изделие.  
Запах: слабовыраженный запах творога.

Вид обработки: Без обработки

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 223

Наименование изделия: Запеканка из творога (завтрак)

Номер рецептуры: 2

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Творог 9%	188	184
Крупа манная	12	12
или Мука пшеничная	11,42	11,42
Сахарный песок	16	16
Яйцо	8	8
Масло сливочное	8	8
Сухари	8	8
Сметана	8	8
Масса готовой запеканки	0	200
Выход:		200

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
29,58	24,28	35,66	599,84

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
0,04	0,04	0,10	0,02	0,18	36,80	45,56	7,12	0,56	51,28	0,00	0,00	0,00

Технология приготовления:

Протертый творог смешивают с мукой или предварительно заваренной в воде (10 мл на порцию) и охлажденной манной крупой, яйцами, сахаром и солью. Подготовленную массу выкладывают слоем 3-4 мм на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень или в форму. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной, запекают в жарочном шкафу 20-30 мин до образования на поверхности румяной корочки. Отпускают запеканку с молочным или сладким соусом, с молоком сгущенным или йогуртом.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: порционные кусочки без трещин и подгорелых мест.

Консистенция: однородная, нежная, мягкая.

Цвет: корочки - золотисто-желтый, на разрезе - белый, соуса - светло-коричневый.

Вкус: свойственный продуктам, входящим в данное блюдо.

Запах: слабовыраженный - творога.

Вид обработки: Запекание

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 211

Наименование изделия: Омлет с сыром

Номер рецептуры: 211

Наименование сборника рецептур:

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во  
всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П.  
Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. –  
544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Яйцо	109,1	109,1
или Меланж	100	100
Молоко	40,91	40,91
или Вода	37,5	37,5
Сыр Российский 6%	23,17	21,83
Масса тертого сыра	0	21,83
Масло сливочное	13,64	13,64
Масса готового омлета	0	150
Выход:		150

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
15,15	23,46	2,86	285,95

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
0,525	0,09	0,555	0,285	2,40	113,04	209,46	13,095	2,805	152,73	0,015	0,03	0,06

Технология приготовления:

Омлетную смесь смешивают с тертым сыром и запекают, как омлет натуральный (реп, №210).  
При отпуске поливают растопленным сливочным маслом.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: поверхность омлета зарумянена, но без подгорелых мест.  
Консистенция: однородная, сочная.  
Цвет: золотисто-желтоватый.  
Вкус: свежих жареных яиц.  
Запах: свежих жареных яиц.

Вид обработки: Запекание

Температура подачи блюда: не менее 65 °С

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 222

Наименование изделия: Пудинг из творога (запеченный) (с молоком сгущенным)

Номер рецептуры: 2

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Творог 9%	93,36	93
Крупа манная	8,64	8,64
Сахарный песок	8,64	8,64
Яйцо	4,32	4,32
Масло сливочное	4,32	4,32
Сухари	4,32	4,32
Сметана	4,32	4,32
Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности	14,4	14,4
Выход:		120/30

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
16,33	13,79	28,60	364,60

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
0,168	0,036	0,108	0,024	0,108	64,512	57,972	9,132	0,348	83,064	0,00	0,00	0,012

Технология приготовления:

В горячей воде растворяют ванилин, затем всыпают манную крупу и, помешивая, заваривают. В протертый творог добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, охлажденную заваренную манную крупу, размягченное сливочное масло, соль, подготовленный и обсушенный изюм. Массу тщательно перемешивают. Яичные белки взбивают до образования густой пены и вводят в подготовленную массу перед запеканием. Полученную массу выкладывают на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень (или в формы), смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу в течение 25-35 мин. Готовый пудинг выдерживают 5-10 мин и вынимают из форм. Пудинг, запеченный на противне, не выкладывая, нарезают на порционные куски. Отпускают пудинг с молочным или сладким соусом, с молоком сгущенным, или йогуртом.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: порционные кусочки подрумянены, без трещин и подгорелых мест, политы соусом, либо молоком сгущенным или йогуртом.  
Консистенция: однородная, нежная, с вкраплениями изюма.  
Цвет: корочки - золотисто-желтый, на разрезе - белый с коричневыми вкраплениями изюма.  
Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо.  
Запах: слабовыраженный - творога.

Вид обработки: Запекание

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 173

Наименование изделия: Каша вязкая молочная из крупы гречневой (с маслом)

Номер рецептуры: 3

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Молоко	119,05	119,05
Вода	71,42	71,42
Сахарный песок	7,15	7,15
Масса каши	0	238,1
Масло сливочное	11,9	11,9
Крупа гречневая	59,52	59,52
Выход:		250

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
11,02	13,08	46,40	347,37

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
1,55	0,30	0,30	0,00	0,00	161,525	0,00	0,725	4,125	0,225	0,00	0,00	0,075

Технология приготовления:

Подготовленную крупу засыпают в кипящую жидкость (молоко с водой), добавляют соль, сахар и варят, периодически помешивая, пока каша не загустеет, затем плотно закрывают крышкой и оставляют на плите с умеренным нагревом. Кашу отпускают с маслом и сахаром, или с маслом и вареньем, или с маслом, или с сахаром, или с вареньем.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: зерна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом и сахаром, или маслом и вареньем, или маслом, или сахаром, или вареньем.

Консистенция: однородная, вязкая, зерна - мягкие.

Цвет: свойственный данному виду крупы.

Вкус: умеренно сладкий и соленый с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла.

Запах: свойственный данному виду крупы и молока.

Вид обработки: Варка

Температура подачи блюда: не менее 65 °С

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 210

Наименование изделия: Омлет натуральный

Номер рецептуры: 210

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Яйцо	113,21	113,21
или Меланж	103,46	103,46
Молоко	42,45	42,45
Масса омлетной смеси	0	155,65
Масло растительное	3	3
Масло сливочное	14,15	14,15
Масса готового омлета	0	150
Выход:		150

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
15,72	27,33	2,97	323,67

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	Ғ
0,555	0,09	0,585	0,30	2,49	117,30	217,35	13,59	2,91	158,49	0,03	0,03	0,06

Технология приготовления:

К обработанным яйцам или меланжу добавляют молоко и соль. Смесь тщательно размешивают, выливают на смазанный противень и запекают в жарочном шкафу, высотой 2,5-3 см, полностью прожаривая.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: поверхность омлета зарумянена, но без подгорелых мест.  
Консистенция: однородная, сочная.  
Цвет: золотисто-желтоватый.  
Вкус: свежих жареных яиц, молока, сливочного масла.  
Запах: свежих жареных яиц, сливочного масла.

Вид обработки: Запекание

Температура подачи блюда: не менее 65 °С



Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 173

Наименование изделия: Каша вязкая молочная из пшенной крупы (с маслом)

Номер рецептуры: 2

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Пшено	34,09	34,09
Молоко	68,18	68,18
Вода	40,91	40,91
Сахарный песок	4,1	4,1
Масса каши	0	136,37
Масло сливочное	6,83	6,83
Выход:		150

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
5,96	7,79	30,06	218,14

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
0,885	0,165	0,12	0,00	0,00	94,965	0,00	0,405	1,02	0,12	0,00	0,00	0,045

Технология приготовления:

Подготовленную крупу засыпают в кипящую жидкость (молоко с водой), добавляют соль, сахар и варят, периодически помешивая, пока каша не загустеет, затем плотно закрывают крышкой и оставляют на плите с умеренным нагревом. Кашу отпускают с маслом и сахаром, или с маслом и вареньем, или с маслом, или с сахаром, или с вареньем.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: зерна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом и сахаром, или маслом и вареньем, или маслом, или сахаром, или вареньем.

Консистенция: однородная, вязкая, зерна - мягкие.

Цвет: свойственный данному виду крупы.

Вкус: умеренно сладкий и соленый с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла.

Запах: свойственный данному виду крупы и молока.

Вид обработки: Варка

Температура подачи блюда: не менее 65 °С

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 211

Наименование изделия: Омлет с сыром

Номер рецептуры: 211

Наименование сборника рецептур:

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во  
всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П.  
Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. –  
544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Яйцо	109,1	109,1
или Меланж	100	100
Молоко	40,91	40,91
Сыр Российский 6%	23,17	21,83
Масса тертого сыра	0	21,83
Масло сливочное	13,64	13,64
Масса готового омлета	0	150
Выход:		150

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
15,15	23,46	2,86	285,95

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
0,525	0,09	0,555	0,285	2,40	113,04	209,46	13,095	2,805	152,73	0,015	0,03	0,06

Технология приготовления:

Омлетную смесь смешивают с тертым сыром и запекают, как омлет натуральный (реп, №210).  
При отпуске поливают растопленным сливочным маслом.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: поверхность омлета зарумянена, но без подгорелых мест.  
Консистенция: однородная, сочная.  
Цвет: золотисто-желтоватый.  
Вкус: свежих жареных яиц.  
Запах: свежих жареных яиц.

Вид обработки: Запекание

Температура подачи блюда: не менее 65 °С

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 120

Наименование изделия: Суп молочный с макаронными изделиями

Номер рецептуры: 120

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во  
всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П.  
Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. –  
544 с.

Наименование сборника рецептур:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Молоко	125	125
Вода	105	105
Макаронные изделия высшего сорта	20	20
Масло сливочное	7,5	7,5
Сахарный песок	1,5	1,5
Соль пищевая йодированная	1,5	1,5
Выход:		250

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
5,87	8,82	21,40	198,65

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
1,625	0,05	0,20	0,00	0,00	156,95	0,00	1,05	0,15	0,05	0,00	0,00	0,10

Технология приготовления:

Макаронные изделия варят в воде до полуготовности (макароны - 15-20 мин, лапшу - 10-12 мин, вермишель - 5-7 мин), воду сливают, а макаронные изделия закладывают в кипящую смесь молока и воды и, периодически помешивая, варят до готовности, кладут соль, сахар.  
При отпуске заправляют маслом.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: в жидкой части супа макаронные изделия сохранили форму. Консистенция: макаронные изделия хорошо набухшие, мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.  
Цвет: молочно-белый, сливочного масла - желтый.  
Вкус: сладковатый, умеренно соленый, с привкусом сливочного масла.  
Запах: кипяченого молока, выражен аромат свежего масла.

Вид обработки: Варка

Температура подачи блюда: не менее 65 °С

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 94

Наименование изделия: Рассольник

Номер рецептуры: 94

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Картофель	100	75
Лук репчатый	12	10
Огурцы соленые	16,75	15
Масло растительное	5	5
Вода	187,5	187,5
Лавровый лист	0,01	0,01
Соль пищевая йодированная	1,5	1,5
Выход:		250

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
2,50	5,33	24,80	116,27

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
16,75	0,10	0,05	0,00	0,00	22,475	49,30	20,525	0,85	443,50	0,00	0,00	0,225

Технология приготовления:

В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный дольками или брусочками, доводят до кипения, добавляют слегка пассерованный или припущенный лук, а через 5-10 мин вводят припущенные огурцы, в конце варки добавляют соль.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: огурцы без кожицы и семян, нарезаны ромбиками или соломкой, картофель - дольками или брусочками, лук - соломкой.

Консистенция: овощей - мягкая, сочная; огурцов - слегка хрустящая.

Цвет: бульона - желтый, овощей - натуральный.

Вкус: острый, умеренно соленый, с умеренной кислотностью.

Запах: огуречного рассола, овощей, специй.

Вид обработки: Варка

Температура подачи блюда: не менее 75 °С

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 82

Наименование изделия: Борщ с капустой и картофелем

Номер рецептуры: 82

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Свекла	50	40
Капуста белокочанная	25	20
или Капуста белокочанная, квашеная	21,5	15
Картофель	26,75	20
Морковь	12,5	10
Лук репчатый	12	10
Томат-паста	7,5	7,5
Масло растительное	5	5
Сахарный песок	2,5	2,5
Вода	200	200
Лавровый лист	0,01	0,01
Соль пищевая йодированная	1,5	1,5
Выход:		250

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
2,00	5,17	13,15	107,27

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
21,875	0,05	0,05	0,00	0,00	42,775	40,80	20,00	1,20	306,375	0,00	0,00	0,225

Технология приготовления:

В кипящий бульон или воду закладывают нашинкованную свежую капусту, доводят до кипения, затем добавляют картофель, нарезанный брусочками, варят 10-15 мин, кладут слегка пассерованные или припущенные овощи, тушеную или вареную свеклу и варят борщ до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль, сахар. При использовании квашеной капусты, ее в тушеном виде вводят в борщ вместе со свеклой. Борщ можно заправить подсушенной мукой, разведенной бульоном или водой (10 г муки на 1000 г борща).

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: овощи сохранили форму нарезки (свекла, капуста, морковь, лук - соломкой, картофель - брусочками).  
Консистенция: свекла и овощи мягкие, капуста свежая - упругая.  
Цвет: малиново-красный, жира на поверхности - оранжевый.  
Вкус: кисло-сладкий, умеренно соленый.  
Запах: свойственный овощам.

Вид обработки: Варка

Температура подачи блюда: не менее 75 °С

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 119

Наименование изделия: Суп с бобовыми (горох)

Номер рецептуры: 119

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Горох, лущеный	35,25	35
Морковь	12,5	10
Лук репчатый	17,75	15
Масло растительное	5	5
Лавровый лист	0,01	0,01
Соль пищевая йодированная	1,5	1,5
Вода	187,5	187,5
Выход:		250

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
3,40	5,50	6,00	97,50

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
2,00	0,325	0,075	0,00	0,00	46,925	87,80	34,775	2,65	282,10	0,00	0,00	0,20

Технология приготовления:

В кипящий бульон или воду кладут подготовленные бобовые. За 15-20 мин до окончания варки кладут овощи. Суп с фасолью можно готовить с томатным пюре (10-20 г на 1000 г) и заправлять чесноком (3 г нетто на 1000 г супа), растертым с солью.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: горох (кроме лущеного), или фасоль, или чечевица - в виде целых, неразваренных зерен.  
Консистенция: бобовые - мягкие; горох лущеный - пюреобразный.  
Цвет: светло-желтый (горчичный) - супа горохового; светло-коричневый - супа фасолевого, темно-оливковый - супа из чечевицы.  
Вкус: свойственный гороху или фасоли, или чечевице, умеренно соленый. Запах: бобовых, корней и лука.

Вид обработки: Варка

Температура подачи блюда: не менее 75 °С

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 88

Наименование изделия: Щи из свежей капусты с картофелем

Номер рецептуры: 88

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Капуста белокочанная	62,5	50
Картофель	40	30
Морковь	12,5	10
Лук репчатый	12	10
Томат-пюре	2,5	2,5
Масло растительное	5	5
или Бульон рыбный	200	200
или Бульон куриный	200	200
Вода	200	200
или Бульон костный	0	200
Лавровый лист	0,01	0,01
Соль пищевая йодированная	1,5	1,5
Выход:		250

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
1,77	5,20	8,75	89,67

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
30,00	0,05	0,05	0,00	0,00	41,80	38,70	18,30	0,725	337,90	0,00	0,00	0,225

Технология приготовления:

Капусту нарезают шашками, картофель - дольками.  
В кипящий бульон или воду закладывают капусту, доводят до кипения, затем кладут картофель, добавляют слегка пассерованные или припущенные морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки в щи добавляют прогретое томатное пюре. При приготовлении щей из ранней капусты ее закладывают после картофеля.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: капуста нарезана шашками, морковь, лук, картофель - дольками.  
Консистенция: капуста упругая, овощи мягкие.  
Цвет: желто-оранжевый, жира на поверхности - оранжевый; овощей - натуральный.  
Вкус: капусты в сочетании с входящими в состав щей овощами, умеренно соленый.  
Запах: свойственный овощам, капусты.

Вид обработки: Варка

Температура подачи блюда: не менее 75 °С

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 103

Наименование изделия: Суп картофельный с макаронными изделиями

Номер рецептуры: 103

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Картофель	100	75
Макаронные изделия высшего сорта	10	10
Морковь	12,5	10
Лук репчатый	12	10
Масло растительное	2,5	2,5
Вода	175	175
Лавровый лист	0,01	0,01
Соль пищевая йодированная	1,5	1,5
Выход:		250

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
2,87	2,95	20,70	122,05

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
16,50	0,10	0,05	0,00	0,00	21,175	49,30	20,40	0,825	443,50	0,00	0,00	0,20

Технология приготовления:

Овощи нарезают в соответствии с видом используемых макаронных изделий: картофель - брусочками или кубиками, коренья - брусочками, соломкой или кубиками, лук шинкуют или мелко рубят. Морковь и лук пассеруют.

В кипящий бульон или воду кладут макароны и варят 10-15 мин, затем добавляют картофель и слегка пассерованные или припущенные овощи, лапшу, соль и варят до готовности. Вермишель и фигурные изделия добавляют в суп за 10-15 мин до готовности супа.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: овощи и макаронные изделия сохранили форму.

Консистенция: картофель и овощи - мягкие; макаронные изделия хорошо набухшие, мягкие.

Цвет: супа - золотистый, жира на поверхности - светло-оранжевый.

Вкус: овощей, умеренно соленый.

Запах: овощей и макаронных изделий.

Вид обработки: Варка

Температура подачи блюда: не менее 75 °С



Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 97

Наименование изделия: Суп картофельный

Номер рецептуры: 97

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Картофель	150	112,5
Морковь	12,5	10
Лук репчатый	12	10
Масло растительное	2,5	2,5
Вода	175	175
Лавровый лист	0,01	0,01
Соль пищевая йодированная	1,5	1,5
Выход:		250

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
2,52	2,98	19,85	116,72

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
24,00	0,15	0,10	0,00	0,00	24,925	71,05	29,025	1,175	656,50	0,00	0,00	0,20

Технология приготовления:

В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, добавляют слегка пассерованные или припущенные морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки кладут соль.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: картофель и овощи нарезаны кубиками, сохранили форму.  
Консистенция: картофель, корни мягкие, но не разваренные.  
Цвет: бульона - золотистый, жир на поверхности - светло-оранжевый.  
Вкус: картофеля, овощей умеренно соленый.  
Запах: картофеля и овощей.

Вид обработки: Варка

Температура подачи блюда: не менее 75 °С

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 104

Наименование изделия: Суп картофельный с мясными фрикадельками

Номер рецептуры: 104

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во  
всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П.  
Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: Дели плюс, 2017. –  
544 с.

Наименование сборника рецептов:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Картофель	116,88	87,73
Морковь	10,97	8,77
Лук репчатый	10,53	8,77
Томат-пюре	2,2	2,2
Масло растительное	2,2	2,2
или Бульон рыбный	153,5	153,5
или Бульон куриный	153,5	153,5
Вода	153,5	153,5
Лавровый лист	0,01	0,01
Соль пищевая йодированная	1,32	1,32
Фрикадельки мясные №105	0	30,7
На порцию 250 грамм	7,67	7,67
Выход:		250

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
7,85	6,30	23,40	157,92

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
19,175	0,15	0,15	0,00	0,05	26,70	62,475	23,70	2,025	522,45	0,00	0,00	0,20

Технология приготовления:

В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, добавляют нарезанные кубиками слегка пассерованные или припущенные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют прогретое томатное пюре, соль.  
Фрикадельки припускают отдельно в небольшом количестве бульона или воды до готовности и кладут в суп при отпуске.  
Бульон после припускания фрикаделек добавляют в суп. Можно готовить суп без томатного пюре.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: картофель и овощи нарезаны кубиками, сохранили форму нарезки (не разрезаны и не помяты).  
Фрикадельки одинакового размера.  
Консистенция: картофель и овощи - мягкие; фрикадельки - упругие, сочные.  
Цвет: бульона - золотистый, жира на поверхности - светло-оранжевый.  
Вкус: картофеля и овощей, умеренно соленый.  
Запах: мясных продуктов, овощей.

Вид обработки: Варка

Температура подачи блюда: не менее 75 °С

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 81

Наименование изделия: Борщ

Номер рецептуры: 81

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Свекла	50	40
Капуста белокочанная	37,5	30
или Капуста белокочанная, квашеная	42,75	30
Морковь	12,5	10
Петрушка (корень)	3,25	2,75
Лук репчатый	12	10
Томат-паста	7,5	7,5
Масло растительное	5	5
Сахарный песок	2,5	2,5
Вода	200	200
Лавровый лист	0,01	0,01
Соль пищевая йодированная	1,5	1,5
Выход:		250

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
1,80	5,10	10,65	96,08

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
23,35	0,05	0,05	0,00	0,00	47,15	34,325	17,60	1,10	232,175	0,00	0,00	0,225

Технология приготовления:

В кипящий бульон или воду закладывают нашинкованную капусту и варят 10-15 мин. Затем кладут тушеную свеклу, слегка пассерованные или припущенные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль, сахар. При использовании квашеной капусты, ее в тушеном виде вводят в борщ вместе со свеклой. Борщ можно заправить подсушенной мукой, разведенной бульоном или водой (10 г муки на 1000 г борща).

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: овощи сохранили форму нарезки (свекла, капуста, морковь, лук - соломкой).  
Консистенция: свекла и овощи - мягкие, капуста свежая - упругая.<sup>^</sup>  
Цвет: малиново-красный, жир на поверхности - оранжевый. Вкус: кисло-сладкий, умеренно соленый.  
Запах: свойственный овощам.

Вид обработки: Варка

Температура подачи блюда: не менее 75 °С

Тип довольствующихся: от 12 лет и старше единое  
Технологическая карта № 113

Наименование изделия: Суп-лапша домашняя

Номер рецептуры: 113

Наименование сборника рецептур:

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждений / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Лапша домашняя №114	0	20
Масса вареной лапши	0	50
Лук репчатый	12	10
Масло растительное	5	5
Вода	237,5	237,5
Лавровый лист	0,01	0,01
Соль пищевая йодированная	1,5	1,5
Выход:		250

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
5,25	7,00	26,42	119,38

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
1,00	0,05	0,025	0,025	0,10	20,05	31,50	7,40	0,425	47,325	0,00	0,00	0,25

Технология приготовления:

В кипящий бульон или воду кладут слегка пассерованный или припущенный лук и варят с момента закипания 5-8 мин, после чего добавляют подготовленную домашнюю лапшу и варят до готовности.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: лук и лапша сохранили форму. Консистенция: лук - мягкий; лапша - хорошо набухшая, мягкая.  
Цвет: бульона - золотистый, жира на поверхности - светло-оранжевый.  
Вкус: овощей, лапши, умеренно соленый.  
Запах: овощей и лапши.

Вид обработки: Варка

Температура подачи блюда: не менее 75 °С