

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 56

Наименование
Номер 56
Наименование сборника

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С БОЛГАРСКИМ ПЕРЦЕМ

СБОРНИК РЕЦЕПТУР БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ ДЛЯ
ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ
СБОРНИК ТЕХНИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ. ФГАУ НЦЗД
МИНЗДРАВА
РОССИИ, ФГБУН ФИЦ Питания, биотехнологии и
безопасности пищи,
От-раслевой союз развития социального питания, НП СРО

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	52,5	42	5,25	4,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,2	4,2	0,42	0,42
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	20,91	11,5	2,09	1,15
ПЕРЕЦ ЗЕЛЕНый СЛАДКИЙ	5,4	4	0,54	0,4
Выход: 60				

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1

Белки, г	0,87	B1,	0,01	Ca, мг	20,82
Жиры, г	4,26	C, мг	10,99	Mg,	7,75
Углеводы, г	2,29	A, мг	0,01	P, мг	14,86
Энергетическая ценность,	51,62	E, мг	1,82	Fe, мг	0,46
		D,	0,00	K, мг	100,44
		B2,	0,02	I, мкг	1,26
				F, мг	0,00
				Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Подготовленную капусту шинкуют, перетирают с солью до появления сока.
Подготовленный перец нарезают соломкой, огурцы – полукольцами или солом-кой. Овощи соединяют, перемешивают.
Заправляют

Правила оформления, подачи блюд:

Температура подачи +14+18 С

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: капуста и перец нарезаны тонкой соломкой, огурцы -полукольцом . Салат заправлен 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.

Технолог по питанию

Т.В.Русинова



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 102
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ / ГРЕНКИ 200/20

Наименование

Номер 102

Наименование сборника

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	3	2,85	0,3	0,29
ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА		20		2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37,5	37,5	3,75	3,75
КАРТОФЕЛЬ				
с 01.01 по 29.02	57,51	37,38	5,75	3,74
с 01.03 по 31.07	62,3	37,38	6,23	3,74
с 01.08 по 31.08	46,73	37,38	4,67	3,74
с 01.09 по 31.10	49,84	37,38	4,98	3,74
с 01.11 по 31.12	53,4	37,38	5,34	3,74
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	16,2	16,12	1,62	1,61
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8,06	0,96	0,81
МОРКОВЬ				
с 01.01 по 31.08	10,67	8	1,07	0,8
с 01.09 по 31.12	10	8	1	0,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0,4	0,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0,16	0,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	14	14
МЯСНОЙ СУПОВОЙ НАБОР	40	40	4	4
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,004	0,004	0,0004	0,0004
Выход: 220				

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1

Белки, г	7,38	B1,	0,16	Ca, мг	46,29
Жиры, г	4,30	C, мг	5,18	Mg,	32,42
Углеводы, г	33,55	A, мг	0,20	P, мг	86,53
Энергетическая ценность,	206,27	E, мг	1,72	Fe, мг	1,94
		D,	0,06	K, мг	418,73
		B2,	0,07	I, мкг	3,33
				F, мг	0,02
				Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Мясной суповой набор размораживают, хорошо промывают под проточной водой и готовят бульон 1-2 часа с добавлением корней на малом огне. Готовый бульон процеживают и на его основе готовят 1 блюдо. Свежие овощи перебирают, моют, очищают. Горох перебирают, промывают и целый замачивают на 4-5 часов, лущеный не замачивают. В кипящий бульон или воду кладут подготовленный горох, проваривают почти до готовности, затем картофель, нарезанный кубиками, пассерованные отдельно лук и морковь, нарезанные мелкими кубиками. За 5-10 минут до окончания варки супа добавляют соль, специи.

Правила оформления, подачи блюд:

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: в жидкой части супа - картофель, нарезанный кубиками или дольками; горох (кроме лущеного) или фасоль - в виде целых, неразваренных зерен
Консистенция: картофель и бобовые - мягкие; горох лущеный - пюреобразный, соблюдается соотношение жидкой и плотной частей супа
Цвет: светло-желтый (горчичный) - супа горохового; светло-коричневый - супа фасолевого

Технолог по питанию

Т.В.Русинова



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 181

Наименование

КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ

Номер

181

Наименование сборника

Сборник методических рекомендаций по организации питания детей

и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. -

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
МОРКОВЬ				
с 01.01 по 31.08	15	11,25	1,5	1,13
с 01.09 по 31.12	14,06	11,25	1,41	1,13
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	1,19	1
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	9	5,85	0,9	0,59
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0,3	0,3
КРУПА РИСОВАЯ	40	39,6	4	3,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	71,6	71,6	7,16	7,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0,1	0,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,8	3,8	0,38	0,38
Выход: 150				

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1

Белки, г	3,16	B1,	0,05	Ca, мг	18,46
Жиры, г	6,01	C, мг	0,86	Mg,	24,89
Углеводы, г	20,37	A, мг	0,24	P, мг	68,83
Энергетическая ценность,	191,71	E, мг	1,68	Fe, мг	0,63
		D,	0,06	K, мг	86,26
		B2,	0,03	I, мкг	1,41
				F, мг	0,03
				Se, мг	0,01

Технология приготовления:

Подготовленную для варки крупу всыпают в подсоленную кипящую жидкость. При этом всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения, помешивая. Масло сливочное добавляют во время варки или использовать его, предварительно прокипятив, поливая кашу при отпуске. Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают котел крышкой и дают каше упреть. Рассыпчатые каши из рисовой крупы можно готовить в большом количестве воды (откидным способом). Для этого подготовленную крупу засыпают в подсоленную кипящую воду (6 л воды и 60 г соли на 1 кг крупы) и варят: рисовую крупу — до готовности, пшено — 5-10 мин. Готовый рис откидывают и выкладывают в посуду, добавляют растопленное и прокипяченное масло сливочное, перемешивают и

Правила оформления, подачи блюд:

При отпуске горячую рассыпчатую кашу кладут на тарелку и поливают растопленным и прокипяченным маслом сливочным. Оптимальная температура блюда 65° С.

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид — зерна крупы полностью набухшие, мягкие, сохраняют форму и упругость, легко отделяющиеся друг от друга, каша политая маслом, овощ сохранили форму

- цвет — свойственный данному виду крупы;
- вкус — свойственный данному виду крупы, без привкуса прогорклости и затхлости;
- запах — свойственный данному виду крупы;

Технолог по питанию

Т.В.Русинова



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 269

Наименование **БИТОЧКИ ОСОБЫЕ /ИЗ ГОВЯЖЬЕГО СЕРДЦА/**
Номер **269**
Наименование сборника

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
ГОВЯЖЬЕ СЕРДЦЕ	100,77	91,7	10,08	9,17
КРУПА МАННАЯ	5,5	5,5	0,55	0,55
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,2	12,77	1,52	1,28
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,4	16,4	1,64	1,64
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	8,2	8,2	0,82	0,82
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,3	3,3	0,33	0,33
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,2	0,2
Выход: 90				

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1

Белки, г	8,61	B1,	0,29	Ca, мг	14,75
Жиры, г	9,80	C, мг	1,98	Mg, мг	29,14
Углеводы, г	9,69	A, мг	0,03	P, мг	210,75
Энергетическая	175,08	E, мг	2,29	Fe, мг	4,89
		D,	0,03	K, мг	295,33
		B2,	0,60	I, мкг	7,07
				F, мг	0,05
				Se, мг	0,02

Технология приготовления:

Перед приготовлением сердце нужно как следует промыть проточной холодной водой, разрезав вдоль пополам, удалить все сгустки крови и сосуды, а также жир. До начала приготовления вы вымочите его в холодной воде в течение 2-3 часов. Разрезать сердце на куски и пропустить через мясорубку. В котлетную массу добавить манную крупу и дать ей набухнуть. Из готовой котлетной массы разделяют изделия овально-приплюснутой формы с заостренным концом (котлеты), или кругло-приплюснутой формы толщиной 2,0-2,5 см (биточки), или плоско-овальной формы толщиной 1 см (шницели). Котлеты, биточки и шницели можно приготовить с добавлением репчатого лука (5 г нетто) и чеснока (0,5 г нетто). Выход изделий при этом не изменяется, так как соответственно изменяется норма молока или воды.

Правила оформления, подачи блюд:

Температура подачи +65 С

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: форма котлеты - овально-приплюснутая с заостренным концом, биточка - кругло-приплюснутая, сбоку подлит уложен гарнир.
Консистенция: сочная, пышная, однородная.
Цвет: корочки - коричневый, на разрезе - светло-серый.

Технолог по питанию

Т.В.Русинова



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 355

Наименование **КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ**

Номер **355**

Наименование сборника

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	2	2
САХАР ПЕСОК	12	12	1,2	1,2
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	9	9	0,9	0,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,02	0,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	220	220	22	22
Выход: 200				

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1

Белки, г	0,01	B1,	0,00	Ca, мг	12,37
Жиры, г	0,00	C,	0,00	Mg,	2,06
Углеводы, г	18,44	A,	0,00	P,	6,24
Энергетическая ценность,	73,77	E,	0,00	Fe,	0,00
		D,	0,00	K,	2,37
		B2,	0,00	I,	0,00
				F,	0,00
				Se,	0,00

Технология приготовления:

Сухофрукты промывают, заливают горячей водой и оставляют в закрытой посуде на 2-3 ч для набухания. Варят их в той же воде до готовности, протирают, соединяют с отваром, сахаром, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения, вводят крахмал и вновь доводят до кипения.

Правила оформления, подачи блюд:

Температура подачи +18С

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: однородная полупрозрачная масса, без пленки на поверхности и частиц непротертых продуктов
Консистенция: однородная средней густоты, слегка желеобразная
Цвет: оранжевый
Вкус: сладкий с кисловатым привкусом
Запах: сухофруктов

Технолог по питанию

Т.В.Русинова



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

Наименование

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

Номер

Наименование сборника

МР 2.4.0179-20. 2.4. Гигиена детей и подростков.
Рекомендации по
организации питания обучающихся общеобразовательных
организаций. Методические рекомендации" (утв. Главным

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	4	4
Выход: 40				

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1

Белки, г	3,05	B1,	0,06	Ca, мг	9,20
Жиры, г	0,25	C, мг	0,00	Mg,	13,20
Углеводы, г	20,07	A, мг	0,00	P, мг	33,60
Энергетическая ценность,	94,73	E, мг	0,78	Fe, мг	0,80
		D,	0,00	K, мг	51,60
		B2,	0,02	I, мкг	0,00
				F, мг	0,01
				Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Хлеб нарезают порционными кусочками

Технолог по питанию

Т.В.Русинова



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

Наименование **ХЛЕБ РЖАНОЙ**

Номер

Наименование сборника

МР 2.4.0179-20. 2.4. Гигиена детей и подростков.
Рекомендации по
организации питания обучающихся общеобразовательных
организаций. Методические рекомендации" (утв. Главным

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.	30	30	3	3
Выход: 30				

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1

Белки, г	1,99	B1,	0,05	Ca, мг	5,40
Жиры, г	0,26	C, мг	0,00	Mg,	5,70
Углеводы, г	12,72	A, мг	0,00	P, мг	26,10
Энергетическая ценность,	61,19	E, мг	0,66	Fe, мг	1,20
		Д,	0,00	K, мг	40,80
		B2,	0,02	I, мкг	1,68
				F, мг	0,00
				Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Хлеб нарезать на порционные кусочки

Технолог по питанию

Т.В.Русинова



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № ПП

Наименование **МОЛОКО ПРОМ ПРОИЗВОДСТВА Т/П ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ**
Номер **ПП**
Наименование сборника

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	20	20
Выход: 200				

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1

Белки, г	5,63	B1,	0,05	Ca, мг	204,00
Жиры, г	4,85	C, мг	1,04	Mg,	22,40
Углеводы, г	9,31	A, мг	0,03	P, мг	144,00
Энергетическая ценность,	104,76	E, мг	0,00	Fe, мг	0,16
		D,	0,00	K, мг	292,00
		B2,	0,21	I, мкг	18,00
				F, мг	0,00
				Se, мг	0,00

Правила оформления, подачи блюд:

Температура подачи не выше +14

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: молоко без пленки на поверхности
Консистенция: жидкая
Цвет: белый, с кремовым оттенком
Вкус: характерный для молока, сладковатый
Запах: молока, приятный

Технолог по питанию

Т.В.Русинова