



"УТВЕРЖДАЮ"  
ИП Тульментаева В.А.  
В.А.Тульментаева/  
01 февраля 2024 г

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 260

Наименование изделия: ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ

Номер рецептуры: 260

Наименование сборника

**Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2017.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
ГОВЯДИНА Б/К	80,6	79	8,06	7,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,9	3,9	0,39	0,39
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	1,19	1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5,8	5,8	0,58	0,58
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,2	4,2	0,42	0,42
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3	0,3	0,3
<b>Выход: 100</b>				

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	15,10
Жиры, г	16,11
Углеводы, г	4,72
Энергетическая ценность,	224,39

В1, мг	0,06
С, мг	1,44
А, мг	0,02
Е, мг	2,17
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,09

Са, мг	20,49
Mg, мг	18,96
P, мг	132,94
Fe, мг	2,03
K, мг	331,18
I, мкг	6,57
F, мг	0,04
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Нарезанное кубиками по 20-30 г (2-3 кусочка на порцию) мясо заливают водой (50 г на порцию) и тушат с добавлением пассерованной томатной пасты в закрытой посуде около часа. На бульоне, оставшемся после тушения, готовят соус, добавляя в него слегка пассерованный или припущенный лук, нарезанный соломкой или кубиком, соль, заливают им мясо и тушат еще 25-30 мин. За 5-10 мин до окончания тушения кладут лавровый лист.

### Правила оформления, подачи блюд:

Температура подачи +65С

### Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: мясо в соусе, нарезанное кубиками, рядом на тарелку уложен гарнир.

Консистенция: мяса - мягкая, сочная, соуса - однородная, слегка вязкая.

Цвет: мяса - светло-коричневый.

Вкус: тушеного мяса в томатном соусе, умеренно соленый.

Запах: тушеного мяса с жареным луком и томата.

Технолог по питанию

Т.В.Русинова



"УТВЕРЖДАЮ"  
ИП Тульментьева В.А  
/В.А.Тульментьева/  
01 февраля 2024 г

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 133

Наименование изделия: **КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ**

Номер рецептуры: **133**

Наименование сборника

**Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0,24	0,24
КАРТОФЕЛЬ				
с 01.01 по 29.02	235,38	153	23,54	15,3
с 01.03 по 31.07	255	153	25,5	15,3
с 01.08 по 31.08	191,25	153	19,13	15,3
с 01.09 по 31.10	204	153	20,4	15,3
с 01.11 по 31.12	218,57	153	21,86	15,3
МОРКОВЬ				
с 01.01 по 31.08	24	18	2,4	1,8
с 01.09 по 31.12	22,5	18	2,25	1,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	34,2	28,8	3,42	2,88
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,6	3,6	0,36	0,36
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0,24	0,24
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	5,4	5,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0,13	0,13
<b>Выход: 180</b>				

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	3,75
Жиры, г	4,69
Углеводы, г	28,36
Энергетическая ценность,	173,75

B1, мг	0,17
C, мг	14,40
A, мг	0,39
E, мг	1,42
D, мкг	0,04
B2, мг	0,12

Ca, мг	37,46
Mg, мг	43,83
P, мг	107,32
Fe, мг	1,91
K, мг	987,58
I, мкг	9,73
F, мг	0,07
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Сырые очищенные картофель и морковь нарезают кубиками или дольками среднего размера, обжаривают или запекают в жарочном шкафу или пароконвектомате. В картофель добавляют пассерованный лук, нарезанный полукольцами или дольками, пассерованную разведенную водой (в соотношении 1:1) томатную пасту, заливают кипящей водой или бульоном (0,2-0,3 л на 1 кг овощей), кладут соль и тушат при слабом нагреве до готовности 20-25 мин.

### Правила оформления, подачи блюд:

Тушеный картофель кладут горкой на тарелку, можно посыпать мелко нарезанной зеленью. Оптимальная температура подачи 65° С.

### Характеристика изделия по органолептическим показателям:

- Внешний вид — картофель и морковь нарезаны кубиками или дольками, лук — полукольцами, не помяты, не разварены;
- цвет — соответствует цвету тушеного картофеля с морковью, луком и томатом;
- вкус — тушеного картофеля и овощей, кисло-сладкий, в меру соленый;
- запах — тушеного картофеля, с ароматом лука и томата;
- консистенция — картофель и овощи мягкие, сочные, но не разварены.

Технолог по питанию

Т.В.Русинова

"УТВЕРЖДАЮ"  
ИП Тульментьева В.А  
/В.А.Тульментьева/  
01 февраля 2024г



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 342.1

Наименование изделия: КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) ЯБЛОЧНЫЙ

Номер рецептуры: 342.1

Наименование сборника

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2017.-544с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
ЯБЛОКИ	40,9	36	4,09	3,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	154,8	154,8	15,48	15,48
САХАР ПЕСОК	10,8	10,8	1,08	1,08
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,02	0,02
<b>Выход: 180</b>				

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	0,14
Жиры, г	0,14
Углеводы, г	13,88
Энергетическая ценность,	58,21

В1, мг	0,01
С, мг	1,44
А, мг	0,00
Е, мг	0,23
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,01

Са, мг	11,65
Мg, мг	3,99
Р, мг	3,56
Fe, мг	0,71
К, мг	100,86
І, мкг	0,72
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Яблоки 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 варят на слабом огне не более 6-8 мин. Быстро разваривающиеся сорта яблок (антоновские и др.) не варят, а кладут в кипящий сироп, прекращают нагрев и оставляют в сиропе до охлаждения.

Компот отпускают охлажденными до температуры 12-15 °С

### Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: сироп прозрачный, яблоки зачищены от сердцевины и плодоножек, нарезаны дольками разделены пополам, косточки удалены; мелкие — с косточками

Консистенция: компота - жидкая, плодов - мягкая

Цвет: присущий вареным плодам в сиропе

Вкус: кисло-сладкий

Запах: фруктов - концентрированный, приятный

Технолог по питанию

Т.В.Русинова



"УТВЕРЖДАЮ"  
ИП Тульментьева В.А  
/В.А.Тульментьева/  
01 февраля 2024  
г

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 70

Наименование изделия: **ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ/ОГУРЦЫ/**

Номер рецептуры: **70**

Наименование сборника

**Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	138	100	13,8	10
<b>Выход: 100</b>				

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	0,80
Жиры, г	0,10
Углеводы, г	1,70
Энергетическая ценность,	13,00

В1, мг	0,02
С, мг	5,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,02

Са, мг	23,00
Mg, мг	14,00
Р, мг	24,00
Fe, мг	0,60
К, мг	141,00
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Огурцы соленные откидывают на дуршлаг, дают жидкости стечь. Огурцам срезают плодоножку, нарезают дольками или кружочками

### Правила оформления, подачи блюд:

Оптимальная температура подачи 14 С

### Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: огурцы сохранили форму.  
Консистенция: огурцы - упругие, хрустящи.  
Цвет: огурцов - оливковый  
Вкус: соленых огурцов, в меру кисло-соленый.  
Запах: соленых огурцов, приятный.

Технолог по питанию

Т.В.Русинова



"УТВЕРЖДАЮ"  
И.П. Тульmentьева В.А  
/В.А. Тульmentьева/  
01 февраля 2024  
г

### ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

Наименование изделия: **ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника

**МР 2.4.0179-20. 2.4. Гигиена детей и подростков. Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций. Методические рекомендации" (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 18.05.2020)**

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
<b>Выход: 40</b>				

#### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	3,05
Жиры, г	0,25
Углеводы, г	20,07
Энергетическая ценность,	94,73

В1, мг	0,06
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,78
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,02

Са, мг	9,20
Mg, мг	13,20
P, мг	33,60
Fe, мг	0,80
K, мг	51,60
I, мкг	0,00
F, мг	0,01
Se, мг	0,00

#### Технология приготовления:

Хлеб нарезать на порционные кусочки

Технолог по питанию

Т.В.Русинова