

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 5.04

Источник: Сборник рец. 2010, №213

Яйцо вареное

Количество порций Сад (100порц. X 1штг)

Наименование продукта	Вес на одну порцию		Вес на общее количество порций	
	Брутто кг.	Нетто кг.	Брутто кг.	Нетто кг.
Яйцо	0.04	0.04	4	4
Выход				0.004

В 100граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.		
Белки	Жиры	Углеводы
12.7	11.5	0.7

Минеральные вещества мг.			
Ca	Mg	P	Fe
55	12	192	2.5

Витамины мг.				
A	B1	B2	PP	C
0.25	0.07	0.45	0.2	0

Энергетическая ценность (ккал)
157

Технология:

Яйца, обработанные в соответствии с санитарными правилами, погружают в кипящую подсоленную воду (на 10 шт яиц берут 3 л воды и 40-50 гр соли) и варят при медленном кипении 8-10 мин. Готовые яйца сразу же после варки погружают в холодную воду. Подают яйца по 1-2 шт на порцию.

Яйцо, сваренное вкрутую, имеет в меру плотный белок и нежный, рассыпчатый желток.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 0.33

Источник: Сборник рец 1982, №429

Плов фруктовый

Количество порций Сад (100порц. X .120г)

Наименование продукта	Вес на одну порцию		Вес на общее количество порций	
	Брутто кг.	Нетто кг.	Брутто кг.	Нетто кг.
Крупа рисовая	0.031	0.031	3.127	3.096
Масло сливочное	0.006	0.006	0.64	0.64
Морковь	0.034	0.025	3.36	2.52
Изюм	0.012	0.012	1.185	1.161
Сахар	0.002	0.002	0.193	0.193
Соль	0.0003	0.0003	0.032	0.032
Выход				0.012

В 100граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.		
Белки	Жиры	Углеводы
2.3	4.6	29.5

Минеральные вещества мг.			
Ca	Mg	P	Fe
26.83	17.68	50.07	0.93

Витамины мг.				
A	B1	B2	PP	C
1.92	0.05	0.03	0.68	1.05

Энергетическая ценность (ккал)
162

Технология:

Подготовленную крупу рисовую замачивают в течение 1,5-2 часа в подсоленной воде комнатной температуры.
Нарезанные полукольцами репчатый лук обжаривают до золотистого цвета, после чего кладут нарезанную соломкой морковь, добавляют воду (соотношение воды и риса 1:1). Ровным слоем по всей поверхности котла закладывают подготовленный рис и варят в открытой посуде до полного выкипания жидкости. За 10-15 минут до готовности риса сверху закладывают перебранный и промытый изюм, закрывают крышкой и доводят до готовности в течение 30-40 минут

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 332.02

Печенье

Количество порций Сад (100порц. X .035г)

Наименование продукта	Вес на одну порцию		Вес на общее количество порций	
	Брутто кг.	Нетто кг.	Брутто кг.	Нетто кг.
Печенье	0.035	0.035	3.5	3.5
Выход				0.0035

В 100граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.		
Белки	Жиры	Углеводы
7.6	0.8	48.6

Минеральные вещества мг.			
Ca	Mg	P	Fe
0	0	0	0

Витамины мг.				
A	B1	B2	PP	C
0	0	0	0	0

Энергетическая ценность (ккал)
237

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 0.07

Источник: Сборник рец. 2010, №6

Масло сливочное

Количество порций Сад (100порц. X .007г)

Наименование продукта	Вес на одну порцию		Вес на общее количество порций	
	Брутто кг.	Нетто кг.	Брутто кг.	Нетто кг.
Масло сливочное	0.007	0.007	0.7	0.7
Выход				0.0007

В 100граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.		
Белки	Жиры	Углеводы
0.6	82.4	0.9

Минеральные вещества мг.			
Ca	Mg	P	Fe
22	3	19	0.14

Витамины мг.				
A	B1	B2	PP	C
0.43	0	0	0.14	0

Энергетическая ценность (ккал)
743

Технология:

Масло нарезают на куски прямоугольной либо другой, правильной формой. До отпуска хранят в холодильнике.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 197.11

Источник: Сборник рец. 2010, №394

Чай с молоком сгущенным

Количество порций Сад (100порц. X .200г)

Наименование продукта	Вес на одну порцию		Вес на общее количество порций	
	Брутто кг.	Нетто кг.	Брутто кг.	Нетто кг.
Молоко сгущенное	0.013	0.013	1.3	1.3
Чай	0.0005	0.0005	0.05	0.05
Сахар	0.012	0.012	1.2	1.2
Выход				0.02

В 100граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.		
Белки	Жиры	Углеводы
0.5	0.6	9.6

Минеральные вещества мг.			
Ca	Mg	P	Fe
21.31	3.31	16.29	0.24

Витамины мг.				
A	B1	B2	PP	C
0	0	0.01	0.03	0.09

Энергетическая ценность (ккал)
43

Технология:

Чай заваривают в фарфоровых или металлических эмалированных чайниках. Чайник ополаскивают горячей водой, насыпают чай на определенное количество порций, заливают кипятком примерно на 1/3 объема чайника, настаивают 5-10 мин. доливают кипятком, в стакан кладут сахар, наливают заварку, доливают кипятком.

При приготовлении чая с молоком, сгущенное молоко добавляют в кипящую воду, вводят по норме сахар и в готовый сироп с молоком вводят подготовленную заварку.

Кипячение заваренного чая не допускается, как и его длительное хранение на горячей плите. Температура подачи чая + 65 С, температура приема блюда 50-55 С. Срок реализации - 1-2 часа с момента приготовления.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 189.08

Источник: Сборник рец. 2010, №399

Сок абрикосовый

Количество порций Сад (100порц. X .150г)

Наименование продукта	Вес на одну порцию		Вес на общее количество порций	
	Брутто кг.	Нетто кг.	Брутто кг.	Нетто кг.
Сок абрикосовый	0.15	0.15	15	15
Выход				0.015

В 100граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.		
Белки	Жиры	Углеводы
0.5	0	12.7

Минеральные вещества мг.			
Ca	Mg	P	Fe
20	10	18	0.2

Витамины мг.				
A	B1	B2	PP	C
1300	0.02	0.04	0.2	4

Энергетическая ценность (ккал)
55

Технология:

Сок, выпускаемый промышленностью, разливают в стаканы порциями по 150-180 гр непосредственно перед отпуском из стеклянных банок или тетрапакетов. Банки перед вскрытием промывают и вытирают чистой сухой ветошью.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 41.01

Источник: Сборник рец. 1982, №50

Икра кабачковая

Количество порций Сад (100порц. X .050г)

Наименование продукта	Вес на одну порцию		Вес на общее количество порций	
	Брутто кг.	Нетто кг.	Брутто кг.	Нетто кг.
Икра кабачковая	0.053	0.05	5.3	5
Выход				0.005

В 100граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.		
Белки	Жиры	Углеводы
2	9	8.6

Минеральные вещества мг.			
Ca	Mg	P	Fe
41	35	67	7

Витамины мг.				
A	B1	B2	PP	C
0.92	0.02	0.04	0	7

Энергетическая ценность (ккал)
122

Технология:

Икру консервированную укладывают на тарелку горкой.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 56.03

Источник: Сборник рец. 2010, N76

Рассольник ленинградский

Количество порций Сад (100порц. X .250г)

Наименование продукта	Вес на одну порцию		Вес на общее количество порций	
	Брутто кг.	Нетто кг.	Брутто кг.	Нетто кг.
Картофель	0.107	0.075	10.714	7.5
Крупа перловая	0.005	0.005	0.5	0.5
Огурцы соленые	0.027	0.015	2.727	1.5
Масло растительное	0.008	0.008	0.81	0.81
Морковь	0.013	0.01	1.333	1
Лук репчатый	0.006	0.005	0.6	0.5
*Вода	0.187	0.187	18.75	18.75
Выход				0.025

В 100граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.		
Белки	Жиры	Углеводы
0.9	3.3	6.8

Минеральные вещества мг.			
Ca	Mg	P	Fe
7.8	10.34	28.66	0.38

Витамины мг.				
A	B1	B2	PP	C
0.36	0.04	0.02	0.48	6.7

Энергетическая ценность (ккал)
62

Технология:

Промытую перловую крупу предварительно варят в воде до полуготовности. Затем отвар сливают, а крупу промывают, чтобы не ухудшался внешний вид супа. Если используют рисовую крупу, то ее предварительно не варят.

В кипящий бульон закладывают подготовленную крупу и варят 5-10 минут. Картофель нарезают брусочками или дольками, морковь и лук репчатый соломкой. Соленые огурцы очищают от кожицы и семян, нарезают соломкой или ромбиками. Зелень петрушки или укропа мелко рубят.

Репчатый лук слегка пассируют на сливочном масле, добавляют морковь и петрушку и еще пассируют 2-3 минуты. В кипящий с крупой бульон или воду кладут картофель, доводят до кипения, добавляют пассированные морковь и лук, и через 5-10 минут вводят припущенные огурцы.

В конце варки кладут соль и сметану.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 183.13

Источник: Сборник рец. 1982, №697

Куры отварные

Количество порций Сад (100порц. X .040г)

Наименование продукта	Вес на одну порцию		Вес на общее количество порций	
	Брутто кг.	Нетто кг.	Брутто кг.	Нетто кг.
Куры	0.076	0.057	7.552	5.664
Лук репчатый	0.013	0.011	1.33	1.064
Соль	0.001	0.001	0.08	0.08
Выход				0.004

В 100граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.		
Белки	Жиры	Углеводы
26.1	26	3.4

Минеральные вещества мг.			
Ca	Mg	P	Fe
38.25	42.4	338.27	4.52

Витамины мг.				
A	B1	B2	PP	C
0.1	0.12	0.2	5.3	2.65

Энергетическая ценность (ккал)
352

Технология:

Тушки курицы или цыпленка размораживают на воздухе, тщательно промывают, удаляют пеньки, остатки волосовидного пера или пуха. Затем тушки птиц потрошат и промывают. Обработанные тушки кур заправляют "в кармашек", кладут в горячую воду (на 1 кг кур 2-2,5 л), доводят до кипения, снимают пену и продолжают варку при слабом кипении в закрытой посуде до готовности. Время варки (от 30 минут до 3 часов) зависит от возраста, массы птицы и интенсивности нагрева. Готовность курицы определяют, прокалывая ее ножки поварской иглой, по выделяющемуся прозрачному соку. Органолептическим признаком готовности изделия является выделение бесцветного сока в месте прокола и светлый цвет на разрезе.

Отварную птицу охлаждают и нарезают на 1-2 куска на порции. При порционировании птицы спинная кость вырубается. Нормы отходов при разрубе учтены при расчете выхода порции. Нарубленные порции птицы складывают в сотейник, заливают бульоном, доводят до кипения и хранят на плите в закрытой посуде. Бульон используют для приготовления 1-х блюд и соусов.

Требования к качеству: консистенция сочная, рыхлая. Цвет от серо-белого до светло-кремового. Вкус и запах, свойственный отварной курице.

Температура подачи блюда +65°С. Срок реализации 2-3 часа с момента приготовления.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 226.23

Источник: Сборник рец. 2010, №321

Картофельное пюре

Количество порций Сад (100порц. X .130г)

Наименование продукта	Вес на одну порцию		Вес на общее количество порций	
	Брутто кг.	Нетто кг.	Брутто кг.	Нетто кг.
Картофель	0.158	0.111	15.843	11.09
Молоко	0.023	0.023	2.3	2.3
Соль	0.001	0.001	0.13	0.13
Выход				0.013

В 100граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.		
Белки	Жиры	Углеводы
2.2	0.9	14.7

Минеральные вещества мг.			
Ca	Mg	P	Fe
33.44	22.32	65.58	0.82

Витамины мг.				
A	B1	B2	PP	C
0.02	0.11	0.08	1.12	17.24

Энергетическая ценность (ккал)
78

Технология:

Очищенный картофель варят до готовности, воду сливают, картофель подсушивают. Вареный горячий картофель протирают через протирачную машину. Температура протираемого картофеля должна быть не ниже 80 град.С, иначе картофельное пюре будет тягучим, что резко ухудшает его вкус и внешний вид. В горячую картофельную массу, непрерывно помешивая, добавляют в 2-3 приема горячее кипяченое молоко и растопленное масло сливочное. Смесь взбивают до получения пышной, однородной массы, ставят на плиту и прогревают. Температура подачи блюда 65 С, температура приема пищи 50-55 С. Срок реализации – 2 часа с момента приготовления.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 210.03

Источник: Сборник рец. 2010, № 376

Компот из сухофруктов

Количество порций Сад (100порц. X .150г)

Наименование продукта	Вес на одну порцию		Вес на общее количество порций	
	Брутто кг.	Нетто кг.	Брутто кг.	Нетто кг.
Сахар	0.012	0.012	1.2	1.2
Сухофрукты	0.015	0.015	1.5	1.5
Лимонная кислота	0.0001	0.0001	0.008	0.008
*Вода	0.152	0.152	15.225	15.225
Выход				0.015

В 100граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.		
Белки	Жиры	Углеводы
0.2	0	12.4

Минеральные вещества мг.			
Ca	Mg	P	Fe
22.36	3	7.7	0.63

Витамины мг.				
A	B1	B2	PP	C
0	0	0.01	0.09	0.2

Энергетическая ценность (ккал)
50

Технология:

Сушеные плоды и ягоды перебирают, удаляя посторонние примеси, промывают. Подготовленные плоды или ягоды заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар и варят до готовности. Груши сушеные, в зависимости от величины и вида, варят 1-2 часа, яблоки - 20-30 мин, чернослив, урюк и курагу - 10-20 минут, изюм - 5-10 минут.

Требования к качеству

Внешний вид: плоды и ягоды не переварены, жидкая часть компота - прозрачная.

Консистенция: ягоды и фрукты сочные, хорошо проваренные.

Цвет: свойственный данному виду сухофруктов.

Вкус: сладкий или кисло-сладкий.

Запах: аромат использованных плодов, ягод.

Температура подачи блюда 35 С, температура приема пищи 25-30 С.

Срок реализации - 1-2 часа с момента приготовления.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 299.17

Хлеб ржаной

Количество порций Сад (100порц. X .037г)

Наименование продукта	Вес на одну порцию		Вес на общее количество порций	
	Брутто кг.	Нетто кг.	Брутто кг.	Нетто кг.
Хлеб ржаной	0.037	0.037	3.75	3.7
Выход				0.0037

В 100граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.		
Белки	Жиры	Углеводы
4.7	0.7	49.8

Минеральные вещества мг.			
Ca	Mg	P	Fe
21	19	87	2

Витамины мг.				
A	B1	B2	PP	C
0	0.08	0.05	0.62	0

Энергетическая ценность (ккал)
214

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 113.12

Источник: Сборник рец. 2010, №231

Сырники со сметаной

Количество порций Сад (100порц. X .100/20г)

Наименование продукта	Вес на одну порцию		Вес на общее количество порций	
	Брутто кг.	Нетто кг.	Брутто кг.	Нетто кг.
Творог	0.093	0.092	9.34	9.2
Мука	0.012	0.012	1.2	1.2
Яйцо	0.012	0.012	1.2	1.2
Сахар	0.01	0.01	1	1
Соль	0.001	0.001	0.13	0.13
Масло сливочное	0.003	0.003	0.3	0.3
Сметана	0.02	0.02	2	2
Выход				0.01

В 100граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.		
Белки	Жиры	Углеводы
16.2	26.5	20.7

Минеральные вещества мг.			
Ca	Mg	P	Fe
169.4	26.3	245.37	0.95

Витамины мг.				
A	B1	B2	PP	C
0.18	0.08	0.36	0.45	0.46

Энергетическая ценность (ккал)
385

Технология:

Творог протирают, затем всыпают 2/3 муки, сырые яйца растирают с сахаром и вводят в протертый творог. Добавляют соль и вымешивают массу. Сырники формируют в виде биточков толщиной 1,5 см, панируют в муке, жарят основным способом с двух сторон до появления на поверхности румяной корочки, затем ставят на 10 минут в жарочный шкаф. При подаче сырники (1-2 шт. на порцию) укладывают на тарелку и поливают сладким соусом, маслом сливочным или сгущенным молоком.

Температура отпуска блюда 55°C. Срок реализации 1-2 часа с момента приготовления.

Для сметанного соуса:

В растопленное масло всыпают просеянную муку и пассируют при непрерывном помешивании, не допуская пригорания. Правильно пассированная мука должна иметь слегка кремоватый цвет. В пассированную муку, охлажденную до 60-70°C, вливают четвертую часть горячего бульона и вымешивают до образования однородной массы, затем постепенно добавляют оставшийся бульон.

Для приготовления соуса сметанного в горячий белый соус кладут прокипяченную сметану и кипятят 3-5 мин, процеживают и снова доводят до кипения.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 299.16

Хлеб пшеничный

Количество порций Сад (100порц. X .040г)

Наименование продукта	Вес на одну порцию		Вес на общее количество порций	
	Брутто кг.	Нетто кг.	Брутто кг.	Нетто кг.
Хлеб пшеничный	0.04	0.04	4	4
Выход				0.004

В 100граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.		
Белки	Жиры	Углеводы
7.6	0.6	52.3

Минеральные вещества мг.			
Ca	Mg	P	Fe
20	14	65	0.9

Витамины мг.				
A	B1	B2	PP	C
0	0.12	0.07	0.92	0

Энергетическая ценность (ккал)
232

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 195.02

Источник: Сборник рец.2010, №401

Кефир

Количество порций Сад (100порц. X .150г)

Наименование продукта	Вес на одну порцию		Вес на общее количество порций	
	Брутто кг.	Нетто кг.	Брутто кг.	Нетто кг.
Кефир	0.155	0.15	15.525	15
Выход				0.015

В 100граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.		
Белки	Жиры	Углеводы
2.8	3.2	4.1

Минеральные вещества мг.			
Ca	Mg	P	Fe
120	114	95	0.1

Витамины мг.				
A	B1	B2	PP	C
0.03	0.03	0.17	0.14	0.7

Энергетическая ценность (ккал)
59

Технология:

Кисломолочные продукты наливают непосредственно в стакан. При этом потери при реализации составляют: бифидока, кефира - 3,5%, ацидофилина - 7,5 %, ряженки - 3,0%, простокваши- 5%.

Кисломолочные напитки можно отпускать с сахаром по 5/10/15 гр.

Простоквашу, ряженку или другие кисломолочные продукты, поступающие в банках (емкостью 0,2 л), отпускают в этой же посуде.

Температура подачи блюда 15 -18С, температура приема пищи 15-18С.

В холодный период времени допускается выдерживать перед раздачей кисломолочные продукты в горячем цехе при комнатной температуре в течение часа.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 352.14

Источник: Сборник рец. 2010, №371

Апельсин

Количество порций Сад (100порц. X .080г)

Наименование продукта	Вес на одну порцию		Вес на общее количество порций	
	Брутто кг.	Нетто кг.	Брутто кг.	Нетто кг.
Апельсины	0.08	0.08	8	8
Выход				0.008

В 100граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.		
Белки	Жиры	Углеводы
0.9	0	8.4

Минеральные вещества мг.			
Ca	Mg	P	Fe
34	13	23	0.3

Витамины мг.				
A	B1	B2	PP	C
0.04	0.02	0.02	0.2	60

Энергетическая ценность (ккал)
39