

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 61

Наименование блюда

Запеканка картофельная с мясом отварным, с маслом

Рецептура № 157

колонка

По сборнику

технологических нормативов рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, 2004г, г.Пермь

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 12 лет и старше		с 7 до 11 лет	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Говядина 1 категории	132	97	132	97
или Говядина полуфабрикат	114	97	114	97
Масса отварного мяса		60		60
Картофель	336	253	247	186
Масса варёного протёртого картофеля		242		175
Масло сливочное	15	15	11	11
Яйцо куриное	7	7	4	4
Сухари	5	5	3	3
Масса полуфабриката		319		243
Масло растительное	5	5	3	3
Масса запечённого блюда		250		200
Масло сливочное	5	5	5	5
Выход готового блюда		250/5		200/5

Технология приготовления

Подготовленное мясо нарезают на куски массой нетто от 1,0 до 1,5 кг, толщиной не более 8 см, закладывают в горячую воду, доводят до кипения, снимают образовавшуюся на поверхности пену, варят при слабом кипении в закрытой посуде до готовности. За 15 мин. до окончания варки добавляют соль. Отварное мясо охлаждают, нарезают на куски, пропускают через мясорубку и прогревают с частью сливочного масла. Очищенный картофель варят в подсоленной воде до готовности, воду сливают, картофель обсушивают и протирают горячим. Протёртый картофель делят на две равные части. Одну часть кладут на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень или сковороду 1-1,5 см и разравнивают, кладут фарш, а на него оставшуюся часть картофеля. Толщина запеканки должна быть от 4 до 6 см. После разравнивания изделие смазывают яйцом, посыпают сухарями, сбрызгивают маслом и запекают при температуре 250-280°C в течение 25-30 мин до готовности и образования на поверхности румяной корочки. Готовую запеканку нарезают на порционные куски. При подаче запеканку поливают растопленным маслом сливочным, доведенным до кипения. Температура подачи 60-65°C. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления.

Органолептические показатели

Внешний вид: Порционные куски квадратной или прямоугольной формы, политы маслом сливочным

Цвет: Корочки - золотистый, в разрезе цвет мяса - светло-серый

Вкус: Картофеля с мясом, умеренно солёный

Запах: Запечённого картофеля с ароматом отварного мяса

Консистенция: Сочная, пышная, однородная

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
20,2	26,9	26,7	429,7	250/5
19,1	21,5	21,6	356,3	200/5

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

62

Наименование блюда

Зразы рубленые из мяса, запеченные

Рецептура № 457

колонка

По сборнику рецептур

блюдо и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных
2004г

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов		
	1 порция		
	брутто, г	нетто, г	
Свинина мясная	32	27	
Говядина 1 категории	52	38	
или Говядина полуфабрикат	45	38	
Молоко питьевое	20	20	
Хлеб пшеничный	14	14	
Масса котлетной массы		95	
Фарш:			
Яйцо куриное отварное	35	35	
Мука пшеничная	7	7	
Масса полуфабриката		135	
Масло растительное для смазки листа		2	
Выход готового блюда		100	

Технология приготовления

Подготовленное мясо измельчают на мясорубке, затем соединяют с пшеничным замоченным в молоке и вторично пропускают через мясорубку, добавляют соль и вымешивают. Из котлетной массы формируют лепешки толщиной в 1 см, на середину кладут фарш (мелко рубленые вареные яйца). После этого края лепешек соединяют, придают овальную форму. Изделия панируют в муке и укладывают лист, предварительно смазанный растительным маслом. Изделия запекают при температуре 250-280°C в течение 20-30 минут, периодически переворачивая, до образования румяной корочки на поверхности. Готовые изделия должны быть полностью доведены до готовности, температура в центре изделий из котлетной массы должна быть не ниже 90°C. Температура подачи 60-65°C. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления.

Органолептические показатели

Внешний вид: Зразы овальной формы с тупыми концами, поверхность без трещин

Цвет: Корочки - коричневый, в разрезе - мяса - от светло-серого до серого, желтоватый от яйца

Вкус: Запеченного мясного изделия в сочетании с яйцом, в меру соленый

Запах: Запеченного мясного изделия, приятный

Консистенция: Сочная, рыхлая

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
14,8	9,3	8,9	179

ых школах,

хлебом,
хорошо
которых
давая им
казанный
-25 мин,
изделия
отлетней
более 2

фарша -

Выход, г
100

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

63

Наименование блюда

Колбаски витаминные с маслом

Рецептура № 64

колонка

По сборнику рецептур

блюдо и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, обслуживающих учащихся образовательных учреждений Свердловской области, 2006г., Екатеринбург

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья, г на			
	от 7 до 10 лет		от 11 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Курица потрошенная 1 категории	197	85	218	94
или Филе куриное или индейки	90	85	99	94
или Грудка куриная промышленного производства	125	85	138	94
Морковь	8,8	7	10	8
Вода питьевая	8	8	10	10
Масса припущенной моркови		6,5		7,5
Молоко питьевое	18	18	20	20
Сухари	5	5	6	6
Масса полуфабриката		113		126
Масло растительное	3	3	4	4
Масса готовых изделий		90		100
Масло сливочное	5	5	5	5
Выход готового блюда		90/5		100/5

Технология приготовления

Подготовленные тушки птицы или грудку куриную разделяют на **мякоть без кожи**. Мякоть птицы или филе куриное нарезают на кусочки и пропускают через мясорубку. Морковь очищают, припускают и так же пропускают через мясорубку. Измельчённое мясо птицы соединяют с морковью, добавляют молоко, соль, хорошо перемешивают и выбивают. Готовую котлетную массу порционируют, формируют колбаски, панируют в сухарях и укладывают на противень, предварительно смазанный маслом. Изделия запекают при температуре 250-280°C в течении 20-25 мин, своевременно переворачивая, до образования румяной корочки на поверхности. Готовые изделия должны быть полностью доведены до готовности, температура в центре изделий из котлетной массы должна быть не ниже 90°C. При подаче изделия поливают растопленным маслом сливочным, доведенным до кипения. Температура подачи 60-65°C. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления.

Органолептические показатели

Внешний вид: Форма изделий овальная, без трещин; политы маслом

Цвет: Корочки- светло коричневый, в разрезе - от светло-серого до серого с включениями моркови

Вкус: Запеченного мяса птицы, умеренно солёный, с овощным привкусом

Запах: Запеченного мяса птицы с морковью с ароматом сливочного масла

Консистенция: Сочная, мягкая

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
13,3	13,2	2,7	182,8	90/5
15,9	15,8	3,0	218	100/5



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

64

Колбаски из мяса с маслом

Рецептура № 32

колонка

По сборнику рецептов блюд и кулинарных изделий национальных кухонь народов России, 1992г

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 7 до 11 лет		с 12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Говядина 1 категории	63	46	68	50
или Говядина полуфабрикат	54	46	59	50
Свинина мясная	35	30	40	34
Морковь	23	18	25	20
Лук репчатый	11	9	12	10
Чеснок свежий	1,5	1,2	1,8	1,4
Сухари	6	6	6	6
Масса полуфабриката		108		119
Масло растительное	3	3	4	4
Масса готовых изделий		90		100
Масло сливочное	5	5	5	5
Выход готового блюда		90/5		100/5

Технология приготовления

Зачищенное мясо вместе с морковью и репчатым луком измельчают дважды на мясорубке, добавляют мелко рубленный чеснок, соль, перемешивают. Готовую котлетную массу порционируют и формируют колбаски. Изделия панируют в сухарях и укладывают на противень, предварительно смазанный маслом. Изделия запекают при температуре 250-280°C в течении 20-25 мин, своевременно переворачивая, до образования румяной корочки на поверхности. Готовые изделия должны быть полностью доведены до готовности, температура в центре изделий из котлетной массы должна быть не ниже 90°C. При подаче изделия поливают растопленным маслом сливочным, доведенным до кипения. Температура подачи 60-65°C. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления.

Органолептические показатели

- Внешний вид:** Изделия имеют правильную форму, запанированы тонким слоем. Поверхность без трещин, покрыта румяной корочкой.
- Цвет:** Корочки - коричневый, в разрезе - от светло-серого до серого. Не допускается розовато - красный оттенок.
- Вкус:** Запеченного мяса, умеренно солёный.
- Запах:** Запеченного мяса, запанированного в сухарях.
- Консистенция:** Пышная, сочная. На разрезе однородная масса, без отдельных кусочков мяса, сухожилий.

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
13,0	12,7	3,2	179,1	90/5

15,6	15,2	3,5	213	100/5
------	------	-----	-----	-------

Подготовленное мясо, сырой очищенный картофель и репчатый лук нарезают и пропускают через мясорубку. Добавляют яйца, соль и все хорошо перемешивают до получения однородной пышной массы. Из полученного фарша формуют изделия в виде шариков, панируют в сухарях и укладывают на противень, предварительно смазанный маслом. Изделия запекают при температуре 250-280°C в течении 20-25 мин, своевременно переворачивая, до образования румяной корочки на поверхности. Готовые изделия должны быть полностью доведены до готовности, температура в центре изделий из котлетной массы должна быть не ниже 90°C. Температура подачи 60-65°C. При подаче изделия поливают соусом. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления.

Приготовление соуса: Соус сметанный: муку пшеничную просеивают, подсушивают в жарочном шкафу. В подготовленную муку, охлажденную до 60-70°C, вливают четвертую часть горячей воды и вымешивают до образования однородной массы, затем постепенно добавляют воду и варят 10 мин. Затем белый соус добавляют к сметане, доведенный до кипения, размешивают, заправляют солью, варят, при постоянном помешивании, в течение 3-5 минут. Томатное пюре уваривают при слабом кипении в течение 3-5 минут до половины первоначального объема, соединяют с соусом сметанным. Соус проваривают, процеживают и вновь доводят до кипения.

Органолептические показатели

Внешний вид: Изделия в форме шариков с равномерной мягкой корочкой, политы соусом сметанным с томатом

Цвет: Корочки- золотистый, в разрезе - от светло-серого до серого. Не допускается розовато - красный оттенок. Соуса - светло-красный

Вкус: Запеченного мяса в сочетании с картофелем и соусом, в меру соленый

Запах: Мяса с ароматом лука и соуса

Консистенция: В меру плотная, сочная, однородная. Соуса - однородная, эластичная

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
11,1	10,8	6,3	166,8	90/30
13,0	12,4	7,4	193,6	100/30



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 66

Наименование блюда

Котлета рыбная запеченная

Рецептура № 388

колонка

По сборнику рецептур

блюдо и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004г

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 7 до 11 лет		с 12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Минтай потрошенный обезглавленный	101	75	112	83
или Треска потрошенная обезглавленная	99	75	125	83
или Горбуша (кета) потрошенная с головой	113	75	142	83
или Горбуша (кета) потрошенная без головы	128	75	151	83
или Горбуша (кета) неразделанная	137	75	110	83
Хлеб пшеничный	14	14	15	15
Вода питьевая	12	12	13	13
Лук репчатый	3	2,5	4	3
Яйца	3,5	3,5	4	4
Сухари пшеничные	4,5	4,5	5	5
Масса полуфабриката		110		121
Масло растительное для смазки листа		2		2
Выход готового блюда		90		100

Технология приготовления

Обработанную рыбу разделяют на **филе с кожей без костей (минтай, треска) или филе без кожи и костей (горбуша, кета)** нарезают на куски, измельчают на мясорубке вместе с замоченным в воде пшеничным хлебом и луком репчатым. В котлетную массу добавляют яйцо, соль, все тщательно перемешивают и выбивают. Из рыбной котлетной массы формируют изделия овально-приплюснутой формы с заостренным концом, панируют в сухарях и укладывают на противень, смазанный маслом. Изделия запекают при температуре 250-280°C в течении 20-25 мин, своевременно переворачивая, до образования румяной корочки на поверхности. Готовые рубленые изделия должны быть полностью доведены до готовности, температура в центре изделий из котлетной массы должна быть не ниже 90°C. Температура подачи 60-65°C. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления.

Органолептические показатели

Внешний вид: Изделия имеют правильную форму, запанированы тонким слоем. Поверхность без трещин, покрыта румяной корочкой

Цвет: Корочки - золотистый; в разрезе - в зависимости от вида рыбы: светло-серый (минтай); светло-розовый (горбуша)

Вкус: Запеченного изделия из рыбной котлетной массы, умеренно солёный

Запах: Запеченного рыбного блюда, без постороннего

Консистенция: Сочная, рыхлая, однородная

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
9,3	8,3	11,6	158	90
10,3	9,3	12,9	176	100



МБОУ СОШ №1
наименование предприятия № 1

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

67

Котлета полтавская из говядины и свинины

Рецептура № 427

колонка

По сборнику рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 1996г

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 12 лет и старше		с 7 до 11 лет	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Говядина 1 категории	95	70	86	63
или Говядина полуфабрикат	83	70	74	63
Свинина мясная	54	46	48	41
Вода питьевая	10	10	9	9
Чеснок	0,5	0,4	0,5	0,4
Яйца	6	6	5	5
Мука пшеничная	10	10	9	9
Масса полуфабриката		140		125
Масло растительное	2	2	2	2
Выход готового блюда		100		90

Технология приготовления

Говядину и свинину пропускают два раза через мясорубку, добавляют измельченный чеснок, воду, соль, яйцо и перемешивают. Из подготовленной массы формируют изделия овально-приплюснутой формы с заостренным концом, панируют в муке и укладывают на противень, предварительно смазанный маслом. Изделия запекают при температуре 250-280°C в течении 10-15 мин, своевременно переворачивая, до образования румяной корочки на поверхности. Готовые изделия должны быть полностью доведены до готовности, температура в центре изделий из котлетной массы должна быть не ниже 90°C. Температура подачи 60-65°C. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления.

Органолептические показатели

- Внешний вид:** Изделия имеют правильную форму, запанированы тонким слоем. Поверхность без трещин, покрыты румяной корочкой
- Цвет:** Корочки- коричневый, в разрезе - от светло-серого до серого. Не допускается розовато - красный оттенок.
- Вкус:** Запеченного мяса, умеренно солёный
- Запах:** Запеченного мяса с легким ароматом чеснока
- Консистенция:** Пышная, сочная. На разрезе однородная масса, без отдельных кусочков мяса и сухожилий.

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
12,1	12,3	7,5	189	100
10,9	11,1	6,8	170,7	90

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 12 лет и старше		с 7 до 11 лет	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Говядина 1 категории	57	42	52	38
или Говядина полуфабрикат	50	42	45	38
Свинина мясная	49	42	44	38
Картофель	27	20	24	18
Лук репчатый	15	13	14	12
Яйцо	8	8	7	7
Сухари	8	8	7	7
Масса полуфабриката		89 ¹²⁵		80 ¹¹³
Масло растительное для смазки листа		2	2	2
Выход готового блюда		100		90

Технология приготовления

Подготовленное мясо, сырой очищенный картофель, репчатый лук нарезают, пропускают через мясорубку. В массу добавляют яйца и соль, тщательно перемешивают и формируют изделия овально-приплюснутой формы с заостренным концом. Изделия панируют в муке и укладывают на противень предварительно смазанный маслом. Котлеты запекают при температуре 250-280°C в течении 20-25 мин, своевременно переворачивая, до образования румяной корочки на поверхности. Готовые изделия должны быть полностью доведены до готовности, температура в центре изделий из котлетной массы должна быть не ниже 90°C. Температура подачи 60-65°C. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления.

Органолептические показатели

Внешний вид: Изделия имеют правильную форму, запанированы тонким слоем. Поверхность без трещин, покрыта румяной корочкой

Цвет: Корочки - коричневый, в разрезе - от светло-серого до серого

Вкус: Запеченного мяса, умеренно соленый

Запах: Запеченного мяса, запанированного в сухарях

Консистенция: Пышная, сочная

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
9,8	10,9	12,6	187,7	100
9,2	9,8	11,3	170,2	90



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 69

Котлеты, биточки из мяса (свинина мясная и говядина)

Наименование блюда

Рецептура № 451

колонка

По сборнику рецептов

блюдо и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004г

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 7 до 11 лет		с 12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Говядина 1 категории	46	34	50	37
или Говядина полуфабрикат	40	34	44	37
Свинина мясная	40	34	43	37
Хлеб пшеничный	16	16	18	18
Молоко или вода питьевая	11	11	12	12
Яйцо	3,5	3,5	4	4
Лук репчатый	8,3	7	9,5	8
Мука пшеничная или сухари	9	9	10	10
Масса полуфабриката		113		124
Масло растительное	2	2	2	2
Выход готового блюда		90		100

Технология приготовления

Зачищенное мясо измельчают на мясорубке вместе с луком, соединяют с пшеничным хлебом, замоченным в молоке и вторично пропускают через мясорубку. В массу добавляют яйца, соль, хорошо перемешивают и разделяют в виде изделий овально-приплюснутой формы с заостренным концом (котлеты) или круглоприплюснутой формы, толщиной 2,0-2,5 см (биточки). Изделия панируют в муке или сухарях и укладывают на противень, предварительно смазанный маслом. Изделия запекают при температуре 250-280°C в течении 20-25 мин, своевременно переворачивая, до образования румяной корочки на поверхности. Готовые изделия должны быть полностью доведены до готовности, температура в центре изделий из котлетной массы должна быть не ниже 90°C. Температура подачи 60-65°C. Срок реализации не более 2 часов с момента приготовления.

Органолептические показатели

Внешний вид: Изделия имеют правильную форму, запанированы тонким слоем. Поверхность без трещин, покрыта румяной корочкой

Цвет: Корочки - коричневый, в разрезе - от светло-серого до серого. Не допускается розовато - красный оттенок

Вкус: Запеченного мяса, умеренно соленый, без привкуса хлеба

Запах: Запеченного мяса, запанированного в муке или сухарях

Консистенция: Пышная, сочная. На разрезе однородная масса, без отдельных кусочков мяса, хлеба, сухожилий

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
13,3	11,4	10,8	199	90

14,8

12,7

12,0

221,5

100



МБОУ СОШ №1

наименование предприятия
№ 1

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

70

Наименование блюда

Курица запеченная с маслом

Рецептура № 494

колонка

По сборнику рецептур

блюдо и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004г

Рецептура

Наименования сырья	Расход сырья и полуфабриктов			
	от 7 до 11 лет		с 12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Курица потрошенная 1 категории	151	135	167	149
или Бедро куриное	142	135	157	149
или Грудка куриная промышленного производства	142	135	157	149
или Филе куриное или индейки	121	115	135	128
Сметана	2	2	3	3
Томатное пюре	2	2	3	3
Чеснок	0,5	0,4	0,6	0,5
Масло растительное	2	2	2	2
Выход готового блюда		90		100

Технология приготовления

Подготовленные тушки птицы, или бедро, или грудку или филе куриное нарезают на порции. Поверхность смазывают смесью томатного пюре, сметаны, рубленого чеснока и соли. Кусочки птицы кладут на противень или сковороду, предварительно разогретый с маслом и запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280°C в течении 20-25 мин, своевременно переворачивая до образования румяной корочки на поверхности. Во время приготовления птицы в жарочном шкафу кусочки периодически переворачивают и поливают жиром и сочком, выделившимся при запекании. При отпуске изделия поливают сочком, в котором готовилась птица. Температура подачи 60-65°C. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления.

Органолептические показатели

Внешний вид: Аккуратно нарубленные куски птицы, с запеченной корочкой, политы сочком

Цвет: Птицы - золотистый

Вкус: Запеченной птицы, умеренно солёный

Запах: Запеченной птицы, приятный, с ароматом чеснока

Консистенция: Корочки - хрустящая, внутри - мягкая, сочная

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
12,6	13,6	0,6	175	90
16,2	15,1	0,7	204	100



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

21

Наименование блюда

Печень говяжья по - строгановски

Рецептура № 431

колонка

По сборнику рецептур

блюдо и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004г

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 7 до 11 лет		с 12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Печень говяжья	114	85	137	114
Масло растительное	5	5	6	6
Масса готовой печени		60		75
Соус сметанный:		40		50
Мука пшеничная	2,5	2,5	3	3
Вода питьевая	30	30	35	35
Сметана	12,5	12,5	15	15
Выход готового блюда		100		120

Технология приготовления

Зачищенную от плёнок и желчных протоков говяжью печень нарезают брусочками, посыпают солью, прогревают с маслом растительным в жарочном шкафу, затем заливают сметанным соусом и тушат 5-7 мин. Температура подачи 60-65°C. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления.

Приготовление соуса: муку пшеничную просеивают, подсушивают на сковороде (без масла). В подготовленную муку, охлажденную до 60-70°C, вливают четвертую часть горячей воды и вымешивают до образования однородной массы, затем постепенно добавляют воду и варят 10 мин. Затем белый соус добавляют к сметане, доведенной до кипения, размешивают, заправляют солью, варят, при постоянном помешивании, в течение 3-5 минут, соус процеживают и доводят до кипения.

Органолептические показатели

Внешний вид: Печень сохранила форму нарезки, залита сметанным соусом

Цвет: Печени - серый; соуса - кремовый

Вкус: Печени - в меру солёный; соуса - сметанный

Запах: Печени с соусом сметанным

Консистенция: Печени - мягкая; соуса - однородная

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
11,9	10,9	3,7	160,5	100
14,3	12,9	4,4	190,9	120

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

72

Наименование блюда

Печень, тушенная в соусе

Рецептура № 401

колонка

По сборнику
технологических
нормативов

рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации 2013г, г.Пермь

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 7 до 11 лет		с 12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Печень говяжья	147	93	147	121
Мука пшеничная	4	4	6	6
Масса полуфабриката		95		125
Масло растительное	4	4	5	5
Масса тушеной печени		60		80
Соус сметанный №442-2013, Пермь		40		50
Сметана	10	10	12,5	12,5
Мука пшеничная	1	1	1,3	1,3
Вода питьевая	30	30	40	40
Масло сливочное	1	1	1,3	1,3
Выход готового блюда		100		120

Технология приготовления

Зачищенную от плёнок и желчных протоков печень нарезают брусочками, посыпают солью, панируют в муке и прогревают с маслом растительным в жарочном шкафу 5-10 мин. Затем печень заливают сметанным соусом и тушат при слабом кипении в течение 15-20 минут. Температура подачи 60-65°C. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления.

Приготовление соуса: в растопленное сливочное масло всыпают просеянную муку и подсушивают при непрерывном помешивании, не допуская пригорания. В подготовленную муку, охлажденную до 60-70°C, вливают четвертую часть горячей воды и вымешивают до образования однородной массы, затем постепенно добавляют воду и варят 10 мин. Затем белый соус добавляют к сметане, доведенной до кипения, размешивают, заправляют солью, варят, при постоянном помешивании, в течение 3-5 минут, соус процеживают и доводят до кипения.

Органолептические показатели

Внешний вид: Печень сохранила форму нарезки, стушена с соусом

Цвет: Печени - серый; соуса - кремовый

Вкус: Тушеной печени в сочетании с соусом

Запах: Тушеной печени с ароматом соуса

Консистенция: Печени - мягкая; соуса - однородная

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
8,7	8,2	4,6	127	100

10,5

9,9

5,5

153

120



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 73

Наименование блюда _____

Плов из мяса

Рецептура № 443

_____ колонка _____

По сборнику рецептур _____

блюдо и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004г

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья, г на			
	1 порция			
	брутто, г	нетто, г		
Говядина 1 категории	107	79		
или Говядина полуфабрикат	93	79		
или Свинина мясная	87	74		
Масса тушёного мяса		50		
Масло растительное	8	8		
Крупа рисовая	51	51		
Лук репчатый	10	8		
Морковь	21	17		
Томатное пюре	8	8		
Масса гарнира		150		
Выход готового блюда		200		

Технология приготовления

Зачищенное мясо нарезают кусочками по 3-4 шт. на порцию складывают в посуду, добавляют воду, масло растительное и тушат 45-60 минут. Очищенные: лук репчатый нарезают полукольцами, морковь - соломкой и припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла, затем добавляют томатное пюре и продолжают припускание еще 5-10 минут. Затем в мясо кладут припущенные с томатным пюре морковь и лук, добавляют соль, воду, равной объему необходимой для рассыпчатой рисовой каши (соотношение воды и риса 1:2,1). Мясо и овощи тушат при слабом кипении 5-10 минут, всыпают ровным слоем по всей поверхности перебранный промытый рис и варят до полного поглощения жидкости, затем рис перемешивают, закрывают крышкой и доводят до готовности в течение 30-40 минут. Отпускают, равномерно распределяя мясо вместе с рисом и овощами. Температура подачи 60-65°C. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления.

Органолептические показатели

Внешний вид: Мясо нарезано кусочками, рис хорошо набухший, рассыпчатый

Цвет: Мяса - светло-коричневый, риса - светло-красный

Вкус: Характерный тушеному мясу с овощами и рисом, без постороннего

Запах: Тушёного мяса с овощами и рисом, без подгорелости

Консистенция: Мясо и рис...



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 74

Наименование блюда

Плов из птицы

Рецептура № 406

колонка

По сборнику рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации 2013г, г.Пермь

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	брутто, г	нетто, г		
Курица потрошенная 1 категории	147	131		
или Грудка куриная на кости	103	70		
или Филе куриное	73	70		
Масса готовой птицы		50		
Масло растительное	10	10		
Крупа рисовая	51	51		
Лук репчатый	10	8		
Морковь	44	35		
Масса гарнира		150		
Выход готового блюда		200		

Технология приготовления

Подготовленную *птицу или грудку разделяют на мякоть без кожи*. Мякоть птицы или филе нарезают кубиками. Морковь и лук мелко нарезают и припускают с маслом растительным. Птицу и овощи заливают горячей водой, равной объему необходимой для рассыпчатой рисовой каши (соотношение воды и риса 1:2,1), доводят до кипения и всыпают перебранный промытый рис и варят до полуготовности. После того как рис впитает всю жидкость, посуду закрывают крышкой, и доводят до готовности 25-40 мин. Отпускают, равномерно распределяя мясо птицы вместе с рисом и овощами. Температура подачи 60-65°C. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления.

Органолептические показатели

Внешний вид: Птица нарезана кусочками, рис хорошо набухший, рассыпчатый

Цвет: Птицы и риса - белый

Вкус: Плов имеет вкус птицы, овощей и риса

Запах: Тушёной птицы с ароматом лука

Консистенция: Мягкая, сочная

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
12,9	12,2	33,4	295	200



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

75

Наименование блюда

Рулет с луком и яйцом

Рецептура № 458

колонка

По сборнику рецептур

блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004г

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 7 до 11 лет		с 12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Говядина 1 категории	67	49	73	54
или Говядина полуфабрикат	58	49	64	54
Хлеб пшеничный	10	10	11	11
Молоко питьевое	15	15	17	17
Котлетная масса		72		80
Фарш:		24		27
Лук репчатый	37	31	40	34
Масло сливочное	3,5	3,5	4	4
Масса припущенного с маслом лука		15		17
Яйца	9	9	10	10
Яйца для смазки изделий	5	5	6	6
Сухари	2,7	2,7	3	3
Масса полуфабриката		102		114
Масло растительное	1	1	1	1
Выход готового блюда		90		100

Технология приготовления

Зачищенное мясо измельчают на мясорубке, соединяют с пшеничным хлебом, замоченным в молоке и вторично пропускают через мясорубку. Для приготовления фарша: измельченный репчатый лук припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла, затем соединяют с измельченными вареными яйцами. На смоченную водой полотняную салфетку раскладывают котлетную массу ровным слоем толщиной 1,5-2 см. На котлетную массу кладут фарш. Затем края салфетки соединяют так, чтобы один край котлетной массы слегка находил на другой, и рулет скатывают с салфетки на смазанный маслом противень швом вниз. Поверхность рулета смазывают яйцом, посыпают сухарями, сбрызгивают маслом, прокалывают в нескольких местах и запекают 30-40 минут при температуре 220-250°C. Готовый рулет режут на порции. Температура подачи 60-65°C. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления.

Органолептические показатели

Внешний вид: Поверхность рулета без трещин и разрывов, ровная

Цвет: Корочки - коричневый, в разрезе - серый

Вкус: В меру соленый, запеченного мяса

Запах: Запеченного мяса

Консистенция: Пышная, на разрезе однородная

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
11,3	11,5	5,4	170,3	90
12,5	12,8	5,9	189	100

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 76
Рыба запеченная со сметаной и сыром

Рецептура № 341

колонка

По сборнику
 технологических
 нормативов

рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации 2013г, г.Пермь

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 7 до 11 лет		с 12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Минтай потрошенный обезглавленный	136	101	153	113
или Треска потрошенная обезглавленная	141	107	157	119
или Горбуша (кета) потрошенная с головой	153	107	170	119
или Горбуша (кета) потрошенная без головы	161	107	179	119
или Горбуша (кета) неразделанная	184	107	205	119
Мука пшеничная	4	4	5	5
Сметана	10	10	10	10
Сыр	6	5	6	5
Масло растительное	3	3	4	4
Выход готового блюда		90		100

Технология приготовления

Обработанную рыбу разделяют на **филе с кожей без костей**, нарезают на порционные куски, солят, панируют в муке и укладывают на противни, смазанные маслом растительным. Поверхность изделий смазывают сметаной и запекают при температуре 250-280°C в течении 20-25 мин до образования румяной корочки. За 5-7 мин. до готовности порционные кусочки посыпают тертым сыром. Температура подачи 60-65°C. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления.

Органолептические показатели

Внешний вид: Порционные кусочки рыбы с равномерной запеченной сырной корочкой

Цвет: Корочки - золотистый; в разрезе - в зависимости от вида рыбы: светло-серый (минтай); светло-розовый (горбуша)

Вкус: Характерный для запеченной рыбы в сочетании со сметаной и сыром, умеренно соленый

Запах: Запеченной рыбы с ароматом сметаны и сыра

Консистенция: Мягкая, сочная

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия) (говядина)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
19,4	14,5	4,3	225,3	90
22,6	17,1	5,1	264,7	100



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

Рыба запеченная в сухарной корочке с маслом

Рецептура № 6/7

колонка

По сборнику рецептур для питания детей в дошкольных организациях, 2011г, г.Екатеринбург

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 7 до 11 лет		с 12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Минтай потрошенный обезглавленный	127	94	153	113
или Треска потрошенная обезглавленная	131	99	157	119
или Горбуша (кета) потрошенная с головой	142	99	170	119
или Горбуша (кета) потрошенная без головы	149	99	179	119
или Горбуша (кета) неразделанная	170	99	205	119
Яйца	17	17	20	20
Молоко питьевое	12	12	14	14
Сухари	8	8	10	10
Масло растительное	4	4	5	5
Масса готового изделия		100		120
Масло сливочное	5	5	5	5
Выход готового блюда		100/5		120/5

Технология приготовления

Обработанную рыбу разделяют на **филе с кожей без костей**, нарезают на порционные куски. Кусочки смачивают в яично - молочной смеси с добавлением соли, панируют в сухарях способом двойной панировки. Укладывают на противень, предварительно смазанный маслом и запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280°C в течение 15-20 мин. Затем рыбу переворачивают и запекают до готовности и образования румяной корочки на поверхности. При подаче рыбу поливают растопленным сливочным маслом, доведенным до кипения. Температура подачи 60-65°C. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления.

Органолептические показатели

Внешний вид: Порционные куски рыбы в сухарной корочке, панировка не отстает; полита маслом

Цвет: Корочки- золотистый, в разрезе - в зависимости от вида рыбы

Вкус: Рыбный, нежный, с привкусом сухарей

Запах: Характерный для рыбы, с ароматом сухарной панировки и масла

Консистенция: Рыбы – мягкая, сочная; корочки - хрустящая

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
11,3	10,5	4,8	158,9	100/5

14,5	12,2	5,8	191	120/5
------	------	-----	-----	-------



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

78

Наименование блюда **Рыба, тушёная в томате с овощами**

Рецептура № 374 колонка

По сборнику рецептур **блюдо и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004г**

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 7 до 11 лет		с 12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Минтай потрошенный обезглавленный	150	111	206	144
или Треска потрошенная обезглавленная	143	108	248	144
или Горбуша (кета) потрошенная с головой	154	108	200	148
или Горбуша (кета) потрошенная без головы	162	108	167	144
или Горбуша (кета) неразделанная	186	108	38	38
Морковь	23	18	23	18
Лук репчатый	14,3	12	14,3	12
Томатное пюре	8	8	8	8
Сахар	1	1	1	1
Масло растительное	5	5	5	5
Выход готового блюда		90/50		120/50

Технология приготовления

Обработанную рыбу разделяют **на филе с кожей без костей**, нарезают на порционные куски, укладывают в посуду в два слоя, чередуя со слоями обработанных, нашинкованных моркови и лука репчатого, заливают водой, добавляют соль, сахар, масло растительное, томатное пюре, посуду закрывают крышкой и тушат до готовности. Отпускают рыбу с соусом и овощами, в котором она тушилась. Температура подачи 60-65°C. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления.

Органолептические показатели

Внешний вид: Рыба хорошо очищена, куски целые, сохранившие форму. Рыба залита соусом с овощами

Цвет: На поверхности светло - оранжевый, на разрезе - белый или розовый

Вкус: Характерный для использованных продуктов

Запах: Свойственный виду рыбы, овощей

Консистенция: Мягкая, сочная

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
13,9	11,3	6,4	182,7	90/50
17,5	12,5	7,2	211	120/50